
Прости себя

Светлый источник любви

Лууле Виилма

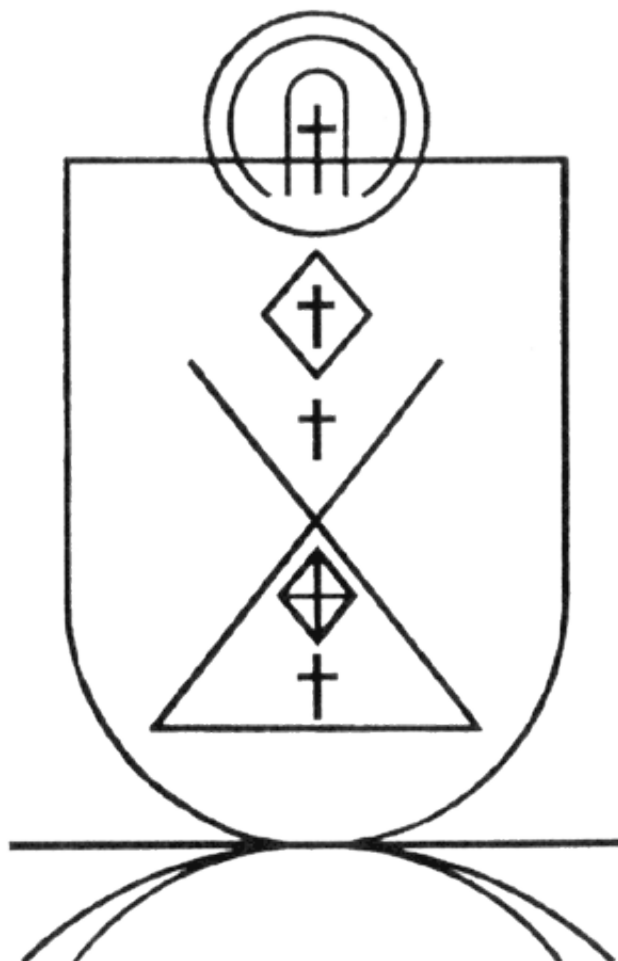
Перевод с эстонского
Ирины Рююдья

Посвящается тем, кто хочет понять.

Опираясь на опыт врача-практика, Л. Виилма предлагает учение о духовном развитии, которое поможет не только излечиться от конкретной болезни, но и восстановить душевное равновесие и обрести внутренний покой.



(Далее изображен
Космический Знак Защиты Книги)



Стремление

*"Я беру Твою руку и гляжу в твои глаза,
где отражается Душевный свет - это Твоя
истина, которую Ты в данный момент несешь
в себе. Лишь Ты и только Ты в силах
распознать величие истины в себе,
что является мерилom Твоего Душевного света.*

*Но кому дано видеть свой Душевный свет,
тому дарована способность посредством
него разговаривать - общаться с собой
и со Всеединством.*

*Прошу - открой свою истину Всеединству
и самому себе, чтобы усилить Душевный свет,
чья ясность и сияние зависят
от осознания Тобой любви.*

*Через осознание и постижение любви
Душе даруется искупление.*

*Искупление есть узнавание истины
на пройденном доселе пути заблуждений.
Открой в себе истину любви,
и от Всеединства Тебе будет
ниспослано искупление.*

*Ищи истину и обретешь искупление
через Свет любви."*

Кто хочет собирать плоды, что растут
в здешнем саду учения,
тот должен превратить всю свою жизнь
в беспрестанные упражнения.

Бо Ин Ра

- # О слиянии в душевной любви
- # Как стать счастливым
- # О болевом синдроме
- # Сверхтребовательность
- # Недовольство

- # Обрести себя
- # О рабстве и свободе, о собаке и кошке
- # Желание быть лучше других
- # Единство противоположностей
- # Сотвори добро прошлому
- # Эго и эгоизм - два лика страха
- # О совести
- # Конфликт с самим собой
- # Об обучении и учебе
- # Вместо заключения



О слиянии в душевной любви

Жизнь имеет две грани: жизнь и смерть.

Жизнь есть уравновешенность, она же - смелость.

Смерть есть неуравновешенность, она же - страх.

Не испытывай человек страха *меня не любят*, мы были бы смелыми и прожили бы с тем же самым телом как минимум втрое дольше, чем теперь, поскольку наше тело это позволило бы. К сожалению, мы постоянно разрушаем свое тело злобой, которую держим в себе. Ведь сила, требуемая для жизненной схватки, есть энергия злобы.

Не будь у нас страхов, мы не хворали бы на этом свете и умели бы умирать. Накануне кончины мы отправились бы спать, как и в любой другой вечер. Сняли бы с себя одежду и забрались под одеяло. Утром, как на заре новой жизни, встали бы, оделись и пошли бы жить. Каждый день мы упражняемся в умирании с целью выучить это, но никак не выучим.

Мы не осознаем, что во время сна дух отделяется от тела и с пользой использует то время, когда тело отдыхает от физической усталости. Ведь дух не спит. Дух странствует в прошлом, будущем, а также в настоящем и поставляет Вам необходимую информацию в виде символических сновидений.

Он показывает Вам те лица и картины, которые прошли бы мимо Вас незамеченными.

Сон является мини-смертью, которая учит нас правильно относиться к смерти. Однако испуганный человек, как всегда, все делает прямо наоборот. Он возвращает свой страх *меня не любят* до смертельного страха и чем старше становится, тем больше боится заснуть. Нарушения сна смертельным страхом он не называет, а если кто-то назовет, то он сердится и говорит, что не боится, а напротив - сам желает смерти. На словах он говорит правду, а его мысль являет собой типичное отрицание испуганного человека.

Со смертью дух и душа покидают тело. **Кто не боится, тот не испытывает мучений в момент смерти и тому действительно хорошо.** Это известно тем, кто побывал в состоянии клинической смерти. Я побывала и помню. У всех в душе и в духе хранится опыт многих смертей. Поэтому когда человеку очень плохо и он желает прекратить страдания, то он молит о смерти. В трудностях люди просят о более легком исходе.

Большинство из нас этого не помнят. Опыт смерти нельзя потрогать рукой, и поскольку кинофильма о смерти собственного тела не существует, то западный мир весьма скептически воспринимает тот факт, что человек рождается вновь и вновь. Жизнь от этого не меняется, однако страдать приходится немало.

Страх умереть, страх умереть прежде, чем завершены все дела, страх заснуть, не доведя до конца важное дело, страх проспать нечто важное, страх разоспаться, когда дел по горло, и т. д. - все это в действительности является страхом умереть, т. е. смертельным страхом, который вызывает **нарушения сна**. Человек надеется, что во время бодрствования его не застигнут врасплох неожиданности. Задумайтесь о нарушениях своего сна и осознайте особенности своих страхов. Когда Вы их освободите, в тот же миг нарушения сна прекратятся.

У многих людей бессонница прекращалась только от того, что я растолковывала им сущность бессонницы. В их числе были и такие, кто на протяжении ряда лет спал не более одного-двух часов в сутки. Изнуренность бессонницей - это серьезная болезнь, которой болеют уже даже дети. Их безрезультатно пытались лечить успокоительными, снотворными, гипнозом, наркозом и т. п. Как только **полностью** уясняется причина, болезнь проходит.

Для уравновешенного человека смерть - это просто переход из одного состояния в другое, а затем снова возвращение.

В духовном мире не существует временного измерения. **Период между двумя возрождениями безвременен.** Смотрела я как-то раз конец одной из своих жизней и умирание, отождествляя себя нынешнюю с собой тогдашней. Ощущение полной свободы, которое я испытала в нынешней жизни во время своих клинических смертей, но из невежества до конца не уяснила, оказалось очень знакомым. Я поняла, почему душа человека рвется к свободе как к идеалу. И так, я умерла, освободилась, стала парить в мире ярких красок и свежих запахов, а затем вдруг тяжело рухнула вниз. Казалось, я еще не успела завершить первого глубокого и свободного вдоха, как уже оказалась снова на земле. Между двумя моими жизнями уместился промежуток всего в 200 лет! Было немножко плохо, но и немножко хорошо.

Так возвращается душа человека из мира относительного равновесия, словно побывав в учебной поездке с целью получить наглядный пример, в мир неуравновешенности, чтобы самой по-человечески обрести уравновешенность и чтобы достигнутое стало достоинством его духа.

Равновесие есть равный вес двух чаш весов. Чаши весов в каждом из нас - это отец и мать. Если они не уравновешены и мы признаем, что сами по своей доброй воле выбрали их для себя, чтобы научиться жизни, то мы сможем также привести эти чаши весов в состояние равновесия. Для этого не требуется ничего, кроме как желания понять своих родителей. Понимает тот, у кого нет страха *меня не любят*, при высвобождении которого возникает видение **родителя как целого** и их **совместного существования как целого**.

Соответственно своим родителям, человек может быть внутренне уравновешенным либо неуравновешенным.

Когда цельные люди вступают в брак либо соединяются как-то иначе, то в этом единстве они составляют половину. Они являются половинами, дополняющими друг друга и образующими единое целое. Чем уравновешеннее одна из них, тем уравновешеннее и другая. Чем негативнее некая черта характера у одного, тем позитивнее та же черта характера у другого, чтобы в совокупности было нормально. Различие в характерах выражает потребность этих людей постичь через негативность другого свою собственную аналогичную негативность, которая является скрытой.

Душа - это учитель. Она знает, что именно человеку в его цельности требуется выучить в этой жизни, и она направляет его стопы по той дороге, по которой идет тот, кто нам нужен - единственно необходимый для нас представитель противоположного пола, наш учитель. Учителем является

негативность. Мы приходим жить - обращать во благо плохое или, иными словами, состоя в браке, видеть хорошую сторону в том плохом, что свойственно спутнику жизни. К сожалению, все большее число людей с этой задачей не справляется - **они не уравнивают свои супружеские веса.**

Вступая в брак, человек не должен отказываться от своей цельности, не должен жертвовать собой во имя другого, как это часто происходит в браке. Он не должен также заставлять другого приносить себя в жертву во имя него. Кто так поступает, тот разрушает брачный союз.

Что делать, когда брачный союз рушится?

Знайте, что единственным совершенным спасителем жизни является свобода, она же любовь. Вместо того, чтобы спасти брак от краха, начните освобождать **свой** страх *меня не любят*, и Вам не понадобится переделывать партнера. Брачный союз как целое уравнивается благодаря Вам, благодаря тому, что Вы, будучи одной из сторон брака, станете обретать уравнищенность. Избавление от собственного страха позволит Вам увидеть супруга в правильном свете. Не говорите, будто супруг не меняется. Он изменится, если изменитесь Вы. Изменится Ваше отношение к нему, и Вы вновь ощутите то чувство, которое некогда свело вас вместе.

Очень трудно бывает простить другому человеку, если чувствуешь, что он виноват. В действительности с такими мыслями прощение невозможно. Прощение из вежливости - это лицемерие, занятие пустое и никчемное. Прежде чем простить другому, освободите свои страхи, тогда освободится злоба, и Вы поймете, что Вы сами - тот провокатор, на чью удочку он клюнул и оказался виноватым.

Поглядите на супруга своими глазами, прочувствуйте его своим сердцем. Не мерьте его меркой Ваших родителей, родственников, завистников. Если сами не умеете, присмотритесь к друзьям супруга. В друзья выбирают подобных себе. Если у него нет друзей, то он - замкнувшийся в себе человек, который не желает пока еще открывать свою душу. Либо уже не желает открывать свою душу, поскольку сильно обжегся. Следовательно, в Вас он нашел того единственного, перед кем хотел бы раскрыться, но не торопится из-за боязни. Постарайтесь понять и уважать желание другого, даже если это - замкнутость испуганного человека. Терпеливая любовь подобна солнцу, под чьими лучами из промерзшей земли в надлежащее время пробивается цветок. Поспешность сродни прокаливанию почвы с целью ускорения появления цветка. Если слишком жарко, то цветок спечется, не успев прорасти.

Находясь в браке, следует знать свое место в жизни, исполнять роль, предусмотренную половой принадлежностью. Не так, как это делают

женщины, которые в самом начале брака начинают протестовать: почему я должна готовить еду, почему я должна рожать детей? И т. д. А кто же должен? Муж, что ли? Тогда нужно было выходить за того, кто будет все за Вас делать. Мужчина, добровольно вступивший в брак, таких разговоров, к счастью, не ведет. Он начинает протестовать позже, когда супружеская петля слишком туго сдавит шею. У некоторых эта беда случается очень скоро, в соответствии с испытываемым мужчиной страхом *меня не любят, со мной не считаются*.

Если семейная жизнь не ладится, задумайтесь о **своих** промахах. Не вините себя - наоборот, **высвободите страх оказаться виноватым**. В противном случае Вы уподобитесь чаше весов, которая становится слишком тяжелой - материальной либо слишком легкой - душевной. Тяжелое перевешивает легкое, и легкое вынуждено вспархивать, подобно бабочке, и лететь на поиски нового цветка. Так возникают разводы, при которых виновным оказывается упорхнувший, бросивший другого в беде. На деле же ситуация обратная.

Если один становится слишком материальным, а другой во имя любви и сохранения семьи желает шагнуть с ним в ногу, то этот другой приносит себя в жертву, и они оба не замечают, что в их видимом равновесии вес стал настолько тяжелым, что вдавливается в землю. Принесший себя в жертву, не сумевший остаться самим собой, покидает этот мир, оставляя свое физическое тело в земле, поскольку не выдержал напряжения.

Если один становится слишком легким, т. е. душевным, т. е. эмоциональным, а другой во имя сохранения семьи желает угодить ему, то это вряд ли удастся. Удастся в том случае, если оба умеют и хотят, ибо считают правильным отказ от земных благ. А еще лучше удастся, если также и их дети желают жить без земных благ. Обычно материальная жизнь с ее проблемами возвращает их с небес поближе к земле, и они, возможно, кое-как справляются.

Так начинают молодые супружеские пары. Они живут воздухом и свободой, то есть свободой и любовью, покуда потихоньку не спускаются с небес на землю. Вспоминая прекрасную любовь первой поры, они залечивают раны, нанесенные временем. Когда порой случается плохое, такие люди не забывают про хорошее - свое и чужое. Материальное тело неизбежно нуждается в удовлетворении также и материальных потребностей, но подобные люди способны противостоять **гонке стяжательства**, и они легко сохраняют уравновешенность. К сожалению, таких браков очень мало.

Почему? Почему мы сами усложняем себе жизнь?

Причина в том, что для цивилизованного человечества, т. е. для западного мира, семья перестала быть святыней. **Святыней стало и все более становится богатство.**

Мы являемся жертвами цивилизации, иначе говоря, жертвами собственного стяжательства. Когда женщина-мать становится чересчур материальной, перестает выполнять роль женщины, то **дети становятся жертвой материнского нематеринства.** Что это значит?

Это значит, что мать XX века не умеет научить своего ребенка **единению в душевной любви.** Матери нашего времени - мужеподобные деловые особы, отодвигающие женственность и материнство на второй план. Они нервно хватают ребенка на руки и принимаются его убаюкивать, но ребенок не успокаивается, ибо душевный надрыв выражается в ребенке. Ведь мать - это душа ребенка.

Матери убаюкивают, читают, поют, укачивают, заботятся, моют, убирают, кормят. Чего только матери не делают. Они крутятся как белка в колесе. Они держат ребенка на руках и разговаривают поверх ребенка, ругаются поверх ребенка, строят планы поверх ребенка, думают свои хорошие и плохие думы поверх ребенка.

Однако ребенок ждет не дождется, чтобы мать хоть раз в жизни, если на большее не хватает времени, прижала его с нежностью к груди да так, чтобы никто и ничто ее при этом не отвлекало, и ощутила бы, как сердце ребенка сливается с сердцем матери и как тело ребенка сливается с телом матери. Что с того, что разум говорит, что физически это невозможно, но ребенок хочет ощутить, что это возможно. И это возможно.

Нам следует простить своих матерей за то, что они этого не сумели. Желательно, чтобы каждый человек знал про такую важную вещь и, если мать не умеет, научил бы ее. Никто не запрещает нам это делать, тогда как всеобщее неумение чревато страданиями.

Нам следует простить своих отцов за то, что они не сумели проявить внутреннюю мужскую решимость и стать своей жене надлежащей опорой. Если Вы знаете своих бабушек и дедушек, то можете понять, отчего мать и отец именно такие, какие есть. Простите своих бабушек и дедушек за то, что они не сумели исполнить свою роль, предписанную им полом, и тем самым усложнили жизнь себе и своим будущим поколениям. Вы же понимаете, что человечество таким образом учится.

Поглядите на свою мать либо вызовите в воображении ее образ и представьте себе, что идете в мыслях к матери. Идете и становитесь все меньше и меньше, покуда не предстанете перед ней совсем маленьким -

величиной с ее сердце. Окунитесь в сердце матери и ощутите, как хорошо Вам там ее любить. Барьер страха отодвинулся от обоих и не мешает.

Теперь представьте, что мать, становясь все меньше, идет к Вам и, став размером с Ваше сердце, окунается в Ваше сердце. Как хорошо держать мать в своем сердце и любить ее. Мешающая стена страха где-то далеко и не может прервать Вашего единения. Если Вы ощущаете себя счастливым, то Ваше мысленное усилие не пропало даром. Какая бы ни была мать и сколько бы огорчения она ни доставляла Вам, душевное единение с матерью идет лишь на благо вам обоим.

Кто научается единению с матерью в душевной любви, тот способен достичь единения со всеми и вся. Тот обретает единение с отцом, с сестрами и братьями, с дедушками и бабушками, с родственниками, с друзьями, со всеми. **Он способен к единению с жизнью.** Он не боится поместить в свое сердце кого бы то ни было, чтобы сделать тому хорошо своей любовью, каким бы плохим его ни считали. Он умеет любить, понимать и освобождать.

И когда приходит срок, то его сердце находит того единственно верного, с кем соединится душевно, а затем и телесно. Такой человек не вцепляется в другого как собственник и не делает несчастным ни себя, ни другого. Лишь собственническая любовь причиняет боль, если оказавшийся у нее в плену желает вздохнуть хоть чуточку свободнее.

Смелая любовь освобождает.

Испуганная любовь сковывает.

Освободите свой страх *меня не любят и в моей любви не нуждаются*, и Вы станете истинно любящим, который живет сам и дает жить другим.

Как стать счастливым

У меня часто спрашивают: как стать счастливым? Отвечаю: *"Для этого нужно стать человеком"*.

Что значит - стать человеком? Ведь мы и так люди.

Быть человеком значит придерживаться своей половой роли. Мы являемся на свет мужчиной либо женщиной - по своему усмотрению. Не забывайте, что это - наш собственный добровольный выбор.

Кто в предыдущей жизни был мужчиной и закончил свою жизнь мужчиной, тот явился в нынешнюю жизнь женщиной. Но если он не сделал чего-то мужского либо, поддавшись женскому влиянию, чересчур обабился, то в эту жизнь он является женоподобным мужчиной, чтобы через страдания стать настоящим мужчиной. Если он и в нынешней жизни живет наполовину женщиной под властью женщин, то и в будущей жизни он явится мужчиной, чтобы через еще более тяжкие страдания постичь требования мужской жизни.

Кто в предыдущей жизни был женщиной, однако считал, что мужчиной быть лучше, и хотел жить по-мужски, тому приходится в нынешней жизни мучиться в неприятной для себя роли. И если она продолжает считать, что у мужчин жизнь лучше, и отказывается полюбить благородную цель женской жизни, то она и в следующей жизни явится женщиной и будет страдать еще сильнее. Мне не доводилось встречать столь упрямых ниспровергателей природы, которые учились бы однополному бытию дольше, чем три жизни подряд. В принципе, они наверняка есть.

Итак, мы словно шагаем по жизненной лестнице, что дает возможность идти посередине лестницы, покачиваясь столько, сколько требуется при ходьбе. Либо теряем равновесие и начинаем шараться из стороны в сторону, пока не падаем через край в потусторонность, чтобы в следующей жизни забраться обратно на лестницу в том самом месте, где мы прервали свой путь в предыдущий раз.

Желание стать супермужчиной или суперженщиной является естественным для испуганного человека. Стремясь к своей цели любой ценой, человек подминает под себя законы природы, словно траву на лугу, и эгоистично жалуется на то, что жизнь несправедлива. В светских беседах разговор неизменно сворачивается на то, что у женщин жизнь трудная, а у мужчин - легкая. Хоть мужчины и протестуют в душе, но у женщин в руках верный козырь - им приходится рожать - а против этого факта никак не попрешь.

У мужчин жизнь действительно более легкая, но не потому, что они не рожают, а потому, что они видят невидимое. Даже если мужчина не признает невидимого мира, он все же его видит, но это именуется иначе. Что такое строить планы, составлять планы, планировать? Это и есть видеть невидимое. Мужчина может в мыслях детально спланировать каждый шаг вплоть до самой цели, а затем претворить план в жизнь. Потом еще собственным глазом осмотрит сделанное.

Видеть невидимое настолько естественно для мужской природы, что он не представляет, как можно иначе. И если иной мужчина, обабившийся под давлением женщин, этого не умеет, то о нем говорят, что он никакой не мужчина. Впору юбку надевать. Дальше этого рассуждения не идут.

Межполовое взаимопонимание поныне является непреодолимым барьером.

Более всего недоразумений возникает в связи с простыми работами, поскольку при этом женщина и мужчина пытаются перещеголять друг друга в знаниях и мастерстве. Возьмем для примера одну нехитрую работу.

Гвозди умеют забивать все. Присмотритесь, **как забивает гвоздь женщина**. Для выполнения этой операции нужны три вещи: гвоздь, молоток и место, куда будет вбит гвоздь. Немало таких женщин, которые говорят, дескать, я не стану умолять на коленях мужа, а вобью сама, в противном случае все равно вспыхнет ссора. И она права.

Есть женщины, которые с гордостью подчеркивают, что они справляются с мужскими работами лучше самих мужчин. Верно. Было время, когда трактористкам вешали на грудь ордена лишь за то, что они - женщины. Нынешний уровень техники создает иные условия. Нужно лишь спросить, с какими мужчинами такая женщина себя сравнивает и умеет ли она выполнять также и женскую работу. Каждая женщина может утверждать, что она имеет право делать то, что ей нравится, даже если это - мужская работа. Может, разумеется, может, и это постоянно делается, ибо очень много женщин одиноких, разведенных, вдовых. Кто же сделает за них эту работу? Однако важно, чтобы женщина, делая мужскую работу, в мыслях все же оставалась женщиной. Если женщина из гордости кичится своей выносливостью, то она навлекает на себя страдания. Кто бесстрашно выбирает для себя одиночество, но во время выполнения мужских работ чернит мужской род в своем сердце, тому суждено заболеть.

А теперь поглядите, **как забивает гвоздь мужчина**. Непоседливая женщина не в силах понять, отчего мужчина так долго размышляет - ведь дело-то пустяковое - и с какой стати он спрашивает, что именно будет на этом гвозде висеть. Неужели нельзя иначе, раз гвоздь все равно будет вбит? Какие все же мужчины глупые! Женщина неспособна увидеть, что гвоздь и стена примеряются друг к другу, так как они должны соответствовать друг другу, а также, в свою очередь, соответствовать той вещи, которая будет повешена на этот гвоздь. Мужчина способен видеть в глубь стены. Он знает либо подозревает, что в стене в этом месте проходит, например, электрический провод, и он понимает, что будет, если вбить туда гвоздь.

Мужчина видит пространственно и мыслит вглубь.

Женщина видит в одной плоскости и мыслит поверхностно.

Мужчина не уваливает от работы, но он хочет, чтобы гвоздь прослужил

долго. И если жена передумает, то не пришлось бы выдирать этот гвоздь и вбивать новый и тем самым портить стену. Мужчина знает, как трудно строить стену. Женщине же подавай гвоздь для сиюминутной прихоти. Женщины любят перемены. Это означает, что женщины как направляющие развитие жизни желают по возможности скорее идти дальше, зачастую не учитывая объективной реальности. Мужчина хочет создавать вечное, что также нереально. Желание есть страх не получить того, что я хочу.

Если мужчина-подкаблучник исполняет желание женщины, не думая при этом своей головой, то гвоздь непременно изогнется, угодив в препятствие, либо действительно случается так, что раздается громкий треск и в доме гаснет свет. Кто виноват? Мужчина, разумеется. Так считает жена, и так оно есть на самом деле, ибо мужчина обязан сам планировать свои работы. Теперь ему предстоит вырубать в стене дыру и чинить провод. На этот счет есть народная поговорка: **"У кого не работает голова, у того должны работать ноги"**.

Итак, мужчина продумывает план действий и приступает к работе, Мужчине необходимо, чтобы к вечеру была видна сделанная работа. Вечером он обзревает ее и по ней оценивает себя. Если работа нравится, то мужчина бьет себя кулаком в грудь и говорит: *"Молодец мужик!"* Заламывает шапку на затылок и идет ужинать. А если работа неказиста, то мужчина всерьез сплевывает и, надвинув шапку на глаза, отправляется восвояси. В самооправдание он начинает искать виновных. Сперва вина падает на маленького начальника, затем на начальника покрупнее, затем на государство. Но сколько бы он ни искал, в конце концов докапывается до первопричины - и ею оказывается жена. Мужчина, недовольный собой, недоволен также и женой. Мужчина испытывает потребность видеть результаты своего труда.

Мужчина видит невидимое, а создает видимое.

Женщина видит видимое, а создавать должна невидимое.

Как создавать то, чего не видишь? В этом-то и состоит трудность женской доли, которая увеличивается по мере того, как женский пол становится умнее, поскольку **одностороннее усвоение школьной мудрости истребляет в женщине первозданную женщину**. Разрушает женскую веру в свои эмоции, ощущения и в силу любви. Ведь все приходится делать рационально, по-умному, с толком, осязаемо и зримо. Женщина, которая желает быть хорошей и нравиться умным мужчинам, начинает уподобляться мужчине. Она одевается по-мужски, изучает технические науки и пробивается на мужские должности, но все усилия не приносят желаемого результата. Тогда она объявляет, будто женщины дискриминируются, и не сознает того, что при всем своем желании женщины не в силах видеть мир так, как видят его мужчины.

Проблема женского пола в целом обострилась с тех пор, как женщины приобщились в массовом порядке к образованию. Почему образование, которое движет человечество вперед, оказывает подобное воздействие на женщин? Образование являет собой мужскую энергию. Вместе с образованием женскому полу следовало бы получить также душевное образование нового уровня - философию, что явилось бы противовесом полученному образованию. Но этого не случилось, поскольку церковь, прежде превозносившая человека, пришла в упадок, однако власти из своих рук не выпустила.

Церковь тоже подчиняется синусоидальному развитию жизни, то есть она испытывает свои взлеты и свои падения, чему должно бы сопутствовать возникновение нового качества, соответствующего новому уровню поумневшего разума. Однако церковь по сей день не признает этого и потому превратилась в фактор, тормозящий развитие. Церковь абсолютизирует дух и обрекает созданное Богом тело на вечные страдания. Но развивающийся человек распознал эту ошибку и потому отверг догматику.

Всякой уважающей себя женщине следовало бы уяснить, что будь у нее даже диплом о наивысшем в мире образовании, она все равно не сможет идти в ногу с мужским божьим даром. Если она желает доказать мужчинам свое превосходство, то сможет это сделать в какой-нибудь узкой сфере и с большими усилиями. Ею можно восхищаться, но ее женское естество оказывается ущемленным. Это чревато конфликтами.

Мужчины способны в течение очень долгого времени терпеливо относиться к умной и храброй женщине, но если эта женщина в своей растущей заносчивости не замечает того, что мужчинам приходится восстанавливать недостающие звенья в ее логике, то в один прекрасный день у мужчин лопаются терпение, так как помеха начинает слишком мешать, и они говорят свое веское слово. Ибо если умная женщина делает мужскую работу, то глупому мужчине не остается ничего иного, как браться за женскую работу. Но это отнюдь не означает, что умная женщина превосходит своим умом глупого мужчину. Ответственность мужчины за созидание физического мира не позволяет ему отступать без борьбы.

Материалист - будь то мужчина или женщина - считает истинным физический мир, и потому его интересует логический и рациональный мужской мир. В этом мире все делается быстро и осязаемо, что очень важно для материалиста, ибо от этого зависит его самооценка.

Я - женщина и имею способность видеть мир глазами другого человека. Поистине очень любопытно наблюдать за мужским миром. Например, мужчина решает что-то сконструировать. Его план совершенствуется шаг за шагом. Все эти шестеренки, передаточные звенья, шатуны, поршни, шарикоподшипники и т. д. сцепляются в единую систему и работают в голове мужчины как взаправдашние. И если некая передача пробуксовывает, то мужчина все обмозгует и придумает новую штучковину.

А теперь представьте себе, что во время такой мыслительной работы в комнату врывается жена и начинает его укорять за то, что он ничего не делает и что все лежит на ее плечах. Мужчина обозляется, и весь его прекрасный план рушится. Либо мыслительный процесс прерывается наполовине. Покрывается ржавчиной и устаревает прежде, чем он успевает переделать навязанные женой дела. Однако без прочной несущей конструкции мужчины дела женщины обречены на неудачу. Это я поняла еще в детстве, наблюдая за своими родителями. Я пытаюсь втолковать это женщинам, но зачастую натываюсь на глухую стену. Упрямая женщина слепа и глуха ко всему, что не касается ее прав. А права у нее невероятные. Пусть даже во вред себе. Уж она-то найдет потом, кого винить.

Я немного умею видеть невидимое и потому вверяю мужские дела мужу, не подчеркивая при этом своего ума. Чтобы уважать мужа. Чтобы его не унижать. Я знаю, что и он умеет делать женскую работу и, оказавшись один, ни перед чем не спасует, но он не унижает меня тем, чтобы бросить мне вызов. Подобно тому, как у каждого свой почерк, так у каждого есть и свойственный лишь ему стиль работы. Работа хорошо выполняется тогда, когда человек свободен в выборе своего стиля. Эту свободу необходимо уважать.

Мужская рассудительность есть умение видеть невидимое.

Женщине не дано видеть невидимое. Выходит, она лишена рассудительности? Часто так и считают, а женщины лишь укрепляют это мнение своей бездумной суетой, неуместными желаниями и советами.

Женская рассудительность есть умение ощущать невидимое.

Мужчина подобен прожектору во мраке ночи. На близком расстоянии он видит хорошо, но если нужно разглядеть точку на линии горизонта, то он должен сфокусировать луч своего прожектора. Для этого требуется время, силы и умение, а все это приходит с годами. Иначе говоря, для того чтобы составить добротный план на будущее, требуется время, силы, умение. Если необходимо одновременно глядеть и в другом направлении, то повторяется то же самое. Для выполнения третьего приказа у мужчины еще хватает энергии, но четвертый - это уже слишком. Мужчина, которому приходится выполнять волю сверхтребовательных женщин, вынужден крутиться на вышке, подобно центрифуге. Чем быстрее он вращается, тем короче делается луч света, покуда в итоге он начинает освещать лишь самого себя. Чрезмерное послушание делает из мужчины эгоиста, который думает только о себе. Он

становится ленивцем, чья работоспособность истреблена чрезмерной требовательностью. Таким его делает страх перед непомерной требовательностью.

При воспитании сына следует знать, что человек является на свет учиться. Всякая работа есть урок, который начинается с размышления. За хорошей мыслью следует хорошая работа, по завершении которой требуется время, чтобы сделать вывод. Работа, построенная таким образом, воспитывает умного, толкового и трудолюбивого мужчину, чей труд приносит пользу. А если мальчик вынужден делать десять дел зараз, то в голове у него царит полный хаос. Он сбивается с ног, но не бывает доволен собой, и это истребляет в нем мужчину. Он злится на то, что женщины все успевают, но это происходит от непонимания, что мужчины - не женщины.

Женщина ничего не видит в том ночном мраке. Но зато ощущает все то, что видит мужчина. И даже более того. Причем женщина обладает способностью одновременно воспринимать как целое, так и отдельные детали. Женщине не требуется поворачиваться лицом к цели. Женщина ощущает всем своим существом. Не будь у нее страхов, которые блокируют восприятие, она воспринимала бы различные объекты, их взаимосвязь и движение в будущее. Чем меньше страхи у женщины, тем более открыто ее восприятие и тем совершеннее ее способность созидать будущее. Неуравновешенная женщина ощущает то же самое, но она не верит в свои чувства и потому хватается за десять дел сразу. Женская выносливость и стойкость велики. Но и у женских дел есть свой предел, переступив который женщина обрекает себя на бессмысленную суету, не приносящую ни желаемого результата, ни удовлетворения.

Мужчина, который понимает самого себя, понимает и женщину. Либо если себя не понимает, но пытается понять женщину, то начинает понимать и самого себя. Он не станет помыкать женщиной как более сильный и умный. Рассудительный мужчина чувствует, что своей гибкостью женщина придает мужу прочность, своей слабостью - силу, своим неумением - умение. Понимающий мужчина не истребляет душевную доброту женщины тем, что считает себя лучше женщины.

Рассудительный мужчина знает, что развитие не имеет предела. Развитие есть приращение рассудительности. **Рассудительность мужчины возрастает благодаря тому, что он ставит рассудительность женщины выше себя.** Он не боится того, что жена умнее него, поскольку не желает быть лучше жены. Рассудительный мужчина верит в свое мужское видение и ощущает свою выносливость. Но сколь бы ни был мужчина рассудителен, женщина всегда способна удивить его своим восприятием. Женщина, не подумав, как бы между прочим, не углубляясь в суть дела, может произнести нечто такое, чего и сама не понимает, но что расставляет все на свои места. Реплика женщины может, словно молотком, ударить мужчину по лбу как в

хорошем, так и в плохом смысле, но при этом в цепи всегда восстанавливается недостающее звено. Женщина может сама ни о чем не догадываться, но мужчина-то понял. Мужская мысль включилась в работу, будучи приведенной в действие женской любовью, которую возвысил мужчина. Если теперь мужчина поразмыслит и сам это прочувствует, то очередной урок будет им усвоен.

Рассудительный мужчина выслушивает приказ женщины, но поступает так, как велит собственный разум, поскольку он создан как творец физического мира.

Если женщина понимает самое себя, то она понимает и мужа. А если себя не понимает, а старается понять мужа, то начинает понимать и себя. Через понимание мужа она постигает и себя в муже. Она доверяет своим чувствам и видению мужа и реализует себя в любви к мужу. Она не ощущает, что муж считает ее ниже себя, глупее, хуже. Она чувствует, что муж через нее возвышается, и это возвышает женщину. Это - счастье.

Женщина, которая чувствует, что мужчины умнее женщин, приглядывается к мужу, стараясь понять его мысли, слова или объяснения и постичь в них мужскую логику. Если она еще в детстве имела терпение наблюдать за бессловесной мыслительной работой отца, за которой следовало некое дело, то она поняла, что мышление является очень важной деятельностью. Девочка способна ощутить движение, происходящее в мозгу думающего человека. Любовь к отцовскому умению планировать позволит ей в будущем наслаждаться мыслительной деятельностью своего мужа, а не высмеивать ее, подобно другим женщинам. Интерес к мужскому мышлению вдохновляет ее на любовь к мужу.

Мужчина, который ставит жену выше себя, развивается через рассудительность жены.

Он обретает способность ясного восприятия.

Женщина, которая ставит мужа выше себя, развивается через рассудительность мужа.

Она обретает способность ясного видения.

Повседневная же жизнь указывает на то, что испуганные люди стараются унижить супруга вместо того, чтобы его возвысить. Многие не обретают душевного покоя прежде, чем достигнут своей цели.

Мужчины обзывают жен дурами только потому, что женщина думает не так, как мужчина. Оскорбленная женщина замолкает, но от этого ее мозги не начинают мыслить по-мужски. Ведь женщина создана быть женщиной. Прискорбно то, что с каждым разом наряду с устами женщина все больше замыкает свое сердце, ибо боится неприятностей из-за своей откровенности. И если ее рассудительность будет настойчиво проситься наружу, то женщина откроется другим на стороне. Дом и муж вызывают у нее все большую неприязнь. На работе ее считают умной, а дома - дурочкой. К чему ее потянет? Разумеется, к работе. На деле же мужчина увидел в женщине себя, ограниченность своего разума и разозлился на самого себя же.

Лишь потому, что мужчина хочет из жены сделать мужчину, у них обоих страдает разум.

Женщины тоже обзывают мужей дураками и презрительно припечатывают, мол, что ты за мужик. Мужчины приходят в ярость и атакуют жен своими притупившимися от сдерживания чувствами. Женщина может доказать наличие у нее ума бумагой со штампом (т. е. дипломом), тогда как мужчина не может доказать своих чувств. Многие женщины цель образования видят в том, чтобы отомстить мужчинам. По сути же женщина видит в мужчине также самое себя. Глупость женщины состоит в неумении доверять своим чувствам и обращать их себе во благо.

Лишь потому, что женщина хочет из мужчины сделать женщину, у обоих гаснут чувства.

Каждой женщине следовало бы вновь открыть в себе женщину, тогда жизнь стала бы достойной того, чтобы жить. Тогда женщина, глядя на массу сделанных мужем дел, испытывала бы радость, поскольку ощущала бы, что это ее любовь сделала мужа сильным. И она еще сильнее полюбила бы своего славного мужа. А если муж напортачил с работой, то сказала бы себе: *"Это моя ошибка. Я ее исправлю. Я не виню ни себя, ни мужа, поскольку поняла, в чем дело. Я допустила ошибку, а он попался на удочку. В том, что он попался на удочку, уже его ошибка"*.

Груда немытых тарелок и грязного белья раздражает женщину куда больше, чем мужчину. Она вызывает у нее чувство вины, поскольку женщина не выполнила свою основную женскую роль. По той же причине ее может взбесить неубранная квартира, неухоженный двор, грязь на улице. Рассудительная женщина с горячим сердцем может испытывать радость даже от непосильной работы.

Мужчина же не понимает, отчего из-за пустяка разгорелся сыр-бор. Мужчина сделал дом, двор и улицу. Его роль исполнена. И если все это построено не им самим, то все же здесь потрудились мужчины. Энергетика работает в пользу мужчины.

С односторонним ростом рационального ума возрастает угроза превращения в "промежуточный" пол.

Мужчины феминизируются, а женщины мужают.

Если мы хотим быть счастливыми, то следует исполнять свою половую роль. Современная половая роль совершенно иная, нежели несколько тысячелетий тому назад. Не следует бояться того, что женщину снова определят на место домашней наседки среди кастрюль и поварешек. Если у женщины нет стрессов, то она любит в первую очередь своего мужа и в том случае, если она занимает высокое служебное положение и занимается работой, соответствующей ее образованию. Любовь работе не помеха и не отнимает время. Прошу не путать ее с влюбленностью, которая требует времени, денег и не дает работать. Кто любит, тот удовлетворен. Период влюбленности должен быть коротким, а время любви - долгим.

Кто намерен прожить жизнь в одиночестве, тот должен обрести внутреннюю уравновешенность. В противном случае у него ничего не получится. Уравновешенность приобретается через умение понять противоположный пол. Начните постигать его через постижение своей матери или своего отца, т. е. через уравновешивание матери и отца в собственной душе.

Пример из жизни.

Я попросила одну из пациенток описать, как она исправляет свое умонастроение. Ее ответ приводится ниже.

Думаю, что я - обычная эстонка из типичной семьи советского времени. Работящие родители, их старательные дети. Внешне все было в порядке, пока не начались болезни: по весне воспаления сердечной мышцы, ангины, развилась близорукость, воспаления почек и почечной лоханки, воспаление мочевого пузыря и т. д. вплоть до болей и уплотнений в грудях. Дальше уж некуда. Ко всему этому добавился безумный страх и ощущение полного фиаско в жизни, страх за детей, нежелание жить, большая неразбериха в мыслях и чувствах. А если сюда еще добавить упреки матери, мол, у нее, такой здоровой и работящей, такая хилая и насквозь хворая дочь, то и впрямь хоть не живи.

В некий очень важный для меня момент, когда передо мной встал выбор - либо рак груди, либо борьба за здоровую жизнь, я приняла решение. Жизнь -

и только здоровая, приносящая удовлетворение, гармоничная жизнь! С этой минуты начался мой трудный путь к святым житейским истинам.

Жутко выслушивать из уст другого человека правду о себе и об отце с матерью. Оправившись от первоначального потрясения, я стала анализировать свои стрессы. Всех их можно свести к двум словам - боль любви. Я нуждалась в любви, как цветок нуждается в солнце, чтобы расти и раскрывать лепестки. Во имя любви, вернее, во имя выслуживания любви я старалась быть послушным ребенком для родителей, хорошей ученицей для учителей, верным товарищем для друзей, интересным собеседником для знакомых, нескучной женой для своего мужа. Я только и делала, что старалась быть лучше, всегда считаясь с другими и с тем, как им удобно. Мой страх, что меня не станут любить такой, какая я есть, был, как видно, огромен. Да и сейчас еще он велик, хотя я уже полгода изо дня в день освобождаю свои стрессы, и все же иной раз ловлю себя на старых привычках. Ведь это так просто - надеть на себя апробированную личину, и вот уже ты всем нравишься. Но я уже больше на себя не злюсь. И это тоже - шаг вперед, если я сознаю свои ошибки.

Я прощаю себе, как бы трудно это ни было, и прощаю также другим, кто является меня наставлять в некоторых житейских ситуациях. Раньше я думала так: *"Прости ему, потому что поди знай, когда тебе самой понадобится прощение!"* Маленькая корысть в этой мысли была. Теперь я знаю, что поступки, которые требуют прощения, я навлекла на себя сама.

Страх оказаться без вины виноватой, чувство вины, страх казаться плохой воспринимаются мною как высокие морские волны. Они несутся на меня с грохотом и погребают под собой. Возможно ли вообще увидеть свет с такой глубины? И тогда я тихонько, шепотом начинаю убеждать себя в том, что не бывает вины, а есть ошибки. Ошибки можно исправить. И я учусь - до следующего раза. Приходит кто-то из близких и в который раз накатывает на меня волну вины. Учусь, опять учусь. Я знаю, что уже не утону, однако морская гладь дожидается меня далеко, в другом заливе.

Жизнь состоит в постоянном движении и изменении. Стрессы, что я распознала и освободила сегодня, посетят меня завтра в ином обличье, но с той же сутью. И я знаю, что они будут являться, куда я их не усвою. Наступит такой день, когда обнаружится, что определенные ситуации и проблемы не причиняют мне больше боли и не страшат. Остается лишь удивляться, из чего только прежде я не делала проблемы! Новый стресс я встречаю уже не как врага, а как друга, пришедшего меня учить.

... И тогда накатывает девятый вал, и я снова стою перед выбором - утонуть или научиться плавать. Трудно учиться плавать в немолодом возрасте. В детском возрасте куда легче. Своих детей я научу прощению заблаговременно.

Знания являются мне через людские души в той очередности, в какой я готова их воспринимать. Подоплека некоей проблемы раскрывается шаг за шагом.

А. В книге "Без зла в себе" на стр. 43 Вы прочли о том, **что боль является одним из пяти признаков злобы.**

Б. На стр. 131 той же книги Вы узнали, что боль есть злоба поиска виновного.

В. Сейчас Вы узнаете о том, что **боль - это злоба жестокости.**

Как я об этом узнала?

С тех пор, как я ступила на путь духовного совершенствования, я ни разу не была "просто больна". Я прекрасно знаю, что если тело посылает мне сигнал в виде болезненного ощущения, то мне необходимо усвоить то, что оставалось доселе невыученным. Если раньше всякое новое сведение я перепроверяла десятки раз с разными пациентами, то теперь мне известно, что **один и тот же стресс оказывает одинаковое воздействие на всех людей без исключения.** По старой привычке материалиста я и это перепроверяю, однако могу делать это и на духовном уровне.

Итак, как-то раз я ощутила пронзительную боль в затылке. Я освободила свою злобу. Боль уменьшилась. Освободила злобу, связанную с поиском виновного. Боль стала еще тише. Освободила свою чрезмерную требовательность и особенно требовательность к себе, и боль все приглушалась и приглушалась. Поскольку конкретная сиюминутная проблема сделалась для меня ясной, то боль прошла, однако осталось некое смутное ощущение нездоровья. Это ощущение фактом своего существования подсказало, что мне нужно добраться до сути проблемы. Но поскольку в тот момент мне было некогда - нужно было срочно *делать добро другим*, то я отстранила *свое тело на задний план.*

Прошло несколько недель. Моя подруга Боль своим острым покалыванием по разу в день стала сигналить мне, что первый раз был просто предупреждением, тогда как теперь дело уже нешуточное. Внутреннее смутное ощущение опасности встревожило меня. Я поняла, что осталась неосмысленной некая очень важная проблема.

Бросив все дела, я стала искать ключ к разгадке; В тот момент, когда я обратилась к своей боли, я совершала прогулку, ибо больше всего мне нравится заниматься мыслительной работой, когда я нахожусь в движении.

Я сказала: *"Дорогая боль! Я прощаю тебя за то, что ты вошла в меня. Прости и ты меня за то, что я приняла тебя и взрастила и до сих пор не понимаю, что ты хочешь мне сказать. Я отпускаю тебя на волю, но я желаю понять, отчего вообще возникает боль. Ведь боль - это несчастье для человека. Я*

хочу помочь себе, но также хочу помочь и больным. Раз уж мне дано право наставлять таким образом людей, то ты дашь мне и понимание. Я освобождаю свой страх не понять сразу твое сообщение.

Аптеки забиты болеутоляющими средствами, которые поглощаются в умопомрачительных количествах, однако ты, боль, не исчезаешь. Я знаю, что ты не можешь уменьшиться, если человек не понимает твоего поучительного сигнала. Ты вынуждена усиливаться. Прояви себя так, чтобы я сумела понять".

Вдруг я увидела открытую дверь в погреб. Погреб настолько упрятан в земле, что на поверхности виден лишь бугор. Бугор как бы медленно вырастает из-под земли - в сторону видимого. Это значит, что я подавила в себе проблему, поскольку боялась извлечь ее на свет божий, а она разрослась и во мне уже не умещалась.

Заглядываю в погреб и вижу образцовое складское хозяйство, какое только можно себе представить. Если эта символическая картина не явилась бы лично мне, то я совершенно спокойно сказала бы, что подобный рационально-образцовый порядок складирования мне не свойствен. Передо мной было нечто вроде порохового погреба, сплошь заставленного - куда ни кинь взор - рядами аккуратных свертков-кирпичиков да так, что и мышонку негде было проскочить. Лишь возле самого порога оставалось еще с десяток свободных мест. Будь и они заполнены, как мой пороховой погреб - причиняющий боль стресс - достиг бы критической массы, и я, образно выражаясь, превратилась бы в атомную бомбу. В ходе цепной реакции из меня стала бы извергаться разрушительная злоба, причиняя боль мне самой, а также другим.

Я взяла один сверток из собственного склада и стала его распечатывать. Увидев содержимое, я поняла также и сущность синдрома боли. Мною овладели отчаяние и ужас. К счастью, одновременно с этим проблема стала таять, словно весенний снег на жарком солнце, и растекаться ручейками. Ведь я сама хотела это узнать, а уж смелость на то, чтобы признать в себе наличие самого плохого, во мне уже появилась. Ключ был дан, разгадка найдена.

Я поняла: **боль есть жестокость.**

Все мы с детства - кто в большей, кто в меньшей степени - страдаем от жестокости, домашней либо посторонней.

Почему мы страдаем?

Потому что боимся жестокости.

Страх перед жестокостью навлекает жестокость. Чем сильнее возрастает страх, тем сильнее возрастает жестокость.

Жестокость с ее унижением и осмеиванием отнимает надежду быть любимым. Из страха *меня не любят* человек вбирает в себя направленную на него жестокость, а также все аналогичные изъятия жестокости, адресованные кому бы то ни было, и не догадывается о том, что вся эта жестокость становится его собственной. Человек даже не замечает того, что он стал жестоким. Ведь он знает, что жестокости он боится. Убежал бы подальше от жестоких людей, но заставляет себя оставаться на месте. Ответил бы на жестокость жестокостью, но что подумают другие. Между тем жестокость набирает силу, и вместе с ней растет внутреннее сопротивление против жестоких людей.

При достижении критической отметки возникает болезнь с болями, которая, подобно учителю, указывает на неувоенную проблему. Либо ведет себя, как врач, который в целях профилактики серьезной болезни делает человеку прививку, вызывая местный очаг болезни, который призван воздействовать на весь организм как на духовном, так и на физическом уровне.

Жестокость берет начало в семье. Ожесточившиеся друг на друга либо на жизнь родители своими ссорами незаметно, как бы между прочим, ранят душу ребенка, и ребенок заболевает, чтобы родители хоть ненадолго поутихли. Забота о больном ребенке возьмет да и переведет мысли на иное. Ребенок заболевает все чаще и тяжелее. **Болезни ребенка не воспринимаются как зеркальное отражение семейной жизни.** Более того, очень часто ребенок становится новой мишенью для жестокости. Ребенок словно дразнит родителей своей болезнью. Замкнутый круг превращается в рассадник стрессов.

Ребенок начинает бояться любого слова. Поначалу он боится сердитых замечаний, а позже любое резко произнесенное слово воспринимается им как жестокость, поскольку несправедливые слова причиняют сильную боль. Ребенок является на свет, чтобы улучшить жизнь родителей, но если те не дают такой возможности, то ребенок, испытывая чувство вины, становится легко ранимым. Ведь ожесточенный человек одним махом выплескивает свою желчь на кровоточащую душевную рану другого человека, которую сам же и нанес.

Так росла и я. Всякий раз, когда я снова находилась между жизнью и смертью, я говорила себе: *"Я ни за что не стану такой же. Никогда не причиню боли другим своими словами"*. Свое обещание я сдержала. Положа руку на сердце, я могу сказать, что я даже не думаю дурно о других людях. Как же я могла бы дурно о них отзываться?

Нельзя умолчать про то, что в последнее время я иной раз ловила себя на желании ответить жестокому человеку той же монетой и уже готовила в

мыслях хлесткие слова. Если хорошенько вспомнить, то я достаточно часто бывала сама не своя, пока дня через три не придумывала особенно злую парирующую реплику. Значит, в течение трех дней я вынашивала в себе месть и корила себя за то, что не умею вовремя ответить достойно и потому являюсь беззащитной перед человеческой жестокостью. Давать словесный отпор я так и не научилась - вовремя вмешалась жестокость, явившаяся вразумить меня да так, чтобы я в конце концов ее постигла. Слава Богу!

Что бы произошло, если бы я не сумела усвоить этого урока?

Произошла бы **самая обычная история**. Своим паническим страхом перед жестокостью я не раз и не два навлекла бы на себя рафинированную интеллигентную жестокость. Своим мастерским умением **все сносить, лишь бы не уронить репутацию интеллигентного человека**, я терпела бы раз за разом, как ни в чем не бывало. И тогда заболела бы раком. Рак явился бы научить меня тому, что жертвование собой ради сколь угодно распрекрасной вещи есть глупость и постичь это необходимо хотя бы через страдания. **Рак являет собой защищенность на чем-то, чему человек придает чрезмерно важное значение**. Сама я особенно важным считала ум и интеллигентность и ради них позволила жестокости себя погубить.

Рак и боль являются неразлучными спутниками, которые говорят: "Признайся себе в своей жестокости, выросшей из беспомощности и породившей желание отомстить на манер интеллигентного человека: чтобы никто не знал. Сделать это можно лишь одним способом: желая зла жестокому человеку. Обмануть можно всех, даже собственный разум, но тело не обманешь. И если ты осознанно не желаешь зла другому, то ты осознанно причиняешь зло себе, затаивая в себе душевную боль.

В моменты безысходности ты желаешь умереть. Желаешь себе добра? Нет, желаешь зла. Ты хочешь прервать жизнь, недоучив уроков. До сих пор ты делал плохо себе, до других очередь еще не дошла, но могла бы дойти, поскольку в тебе есть незримая недоброжелательность. Ты такой же гражданин мира, как и все остальные. Желание изменить другого хотя бы своим добром является твоей ошибкой. Изменись сам, тогда ты исправишь ошибку и станешь воспринимать чужое зло как наставника, который не умеет учить иначе, чем жестокостью. Но тебе это не причинит больше боли. Ты поумнел и можешь обойтись без страданий".

Я все поняла из этой речи. Поняла гораздо больше, чем было произнесено, и не стала винить ни своих родителей, ни очернителей. Ведь я сама выбрала уроки этой жизни. Сама притянула к себе людей, ставших жестокими из зависти. Тяжкий груз зависти делает человека злым и жестоким, я же была

наивна в отношении зависти.

Сегодняшний день неизменно беспощаден к тем, кто выделяется из общей массы. Человек хочет переkreить всех по своей мерке, а когда это удастся, он опять недоволен. Это - извечная проблема человечества, которую мы до сих пор не можем усвоить. Кто усвоил, того садовые ножницы завистников не касаются.

Сопrotивление подобному жестокому натиску "хороших людей" бывает двояким:

1. **Тот, кто на жестокость отвечает жестокостью, попадает в тюремную камеру,** ибо он причиняет **зримое** зло другим. Того же, что больше всего зла они причинили себе, никто не видит и понимать не намерен.
2. **Тот, кто не желает отвечать жестокостью на жестокость, накапливает в себе как собственную, так и чужую жестокость.** **Зримо** они не причиняют никому зла. Незримо же они наносят зло как себе, так и другим, ибо все, что есть в человеке, есть и в человечестве.

Мы желаем, чтобы жизнь двигалась вперед, двигалась непременно быстро и без сбоев. Жизнь движется вперед умными людьми. Они **не могут стать достойными**, поскольку идущие следом уничтожают умных либо делают все, чтобы умные стали бессердечными, и тогда сами страдают от ума бессердечных. Сами готовят для себя карателя.

Нам нужно уяснить для себя, что значит - быть человеком. Нужно научиться видеть себя в другом человеке. **Кто раздражается при виде другого, тот боится стать таким же и не ведает, что он и есть такой же, только не проявляет это открыто.** Он хочет уничтожить негативность другого и не понимает того, что в действительности уничтожает себя.

В ходе такой борьбы незаметно меняются местами полюса, видимые сторонним наблюдателям. Это означает, что хороший человек, начавший борьбу с плохим, становится зримо плохим, а плохой выявляет свою хорошую сторону.

Чем громче у человека имя, тем сильнее его страх *меня не любят* и потребность быть интеллигентным. Короче говоря, тем крупнее все его стрессы. А значит - тем больше у него вероятность заболеть тяжелой болезнью, если он сам не займется исправлением своего умонастроения. О росте его неуравновешенности заботятся другие, хоть и навлекают на себя

тем самым долг кармы. Общественное мнение является пробным камнем, что испытывает знаменитую личность на прочность. Общественное мнение слепо - оно не видит, что у любого камня есть предел прочности. Если предел прочности превышен, камень разрушается. И тогда общественное мнение выбрасывает камень на помойку и говорит: "*Никудышный был камень!*" Даже если это был бриллиант.

Слепой не отличит отшлифованное стекло от бриллианта. Потому-то в Эстонии и нет бриллиантов. Бриллиант стремится своим блеском пробудить в других желание возвыситься, но если его начинают использовать для испытания прочности своих зубов, то он уходит туда, где он может быть бриллиантом. Есть над чем подумать, дорогие соотечественники! Не делайте вывода, будто я плохо отношусь к своему народу. Я хотела бы, чтобы свой не уничтожал своего. И если мы не будем уничтожать своих, то нам не захочется уничтожать и чужих.

Не имей я способности предвидения, я бы так не говорила. Но я вижу, что люди, движущие жизнь вперед, скрыто истребляются теми, кто желает, чтобы жизнь шла вперед, но делают так, чтобы она лишь ползла вперед. Обозленное из-за страхов человечество не сознает того, что, творя зло другому, самому приходится страдать вдвойне.

В авангарде любителей откровенно грязной борьбы шагает журналистская братия, падкая до сенсаций. **Жажда сенсаций есть желание стать знаменитым, оно же желание быть лучше других.**

Подобное желание губит потенциал мозга, то есть разум.

Разум же способствует духовному развитию.

Я чувствую себя ответственной, хотя и не должна бы, когда некий известный деятель уходит в мир иной в результате неожиданно постигшей его болезни. Меня частенько подмывает сказать: "*Дорогие люди, падкие на сенсации, в том числе и журналисты! Вы рубите сук, на котором сидите. Вы навлекаете на себя долг кармы, поскольку вы губите людей. Искупление долга может оказаться очень суровым*".

Однако я сознаю, что глупо провозглашать мир под дулом винтовки. Снайпер восхищен собственной персоной. Он перебегает от одной жертвы к другой и трубит о своем праве.

Тихий голос истины не вступает в единоборство с кулачным правом.

Каждый человек совершает ошибки, и чем больше его подгонять и

поторапливать, тем меньше у него времени на обдумывание действий. Спешащий конь о четырех ногах и то спотыкается, как же не споткнуться человеку на двух. Это должен бы знать и учитывать всякий, кто впрягся в государственную телегу, ибо его болезни - это прежде всего его личное дело.

А мы, которые являемся поклажей, должны бы помогать целенаправленному движению телеги теплом своих сердец. К сожалению, мы этого не делаем. Зато возвращаем непомерный груз злобы и не удосуживаемся подумать о том, что сколько ни меняй лошадей, телегу злобы в гору не затащишь. Она должна остаться на месте и уничтожить себя сама. Умная лошадь убегает прочь.

Постоянная критика ради самой критики, постоянные обвинения мало-помалу озлобляют людей, ставших мишенью для критики. Слов благодарности они не слышат, любые добрые начинания беспощадно критикуются. Если же они пожелают узнать мнение народа, то народ обижается до глубины души. Что это за государственные руководители, которые сами ничего не знают - таково расхожее мнение. Толковые политики и умные хозяйственники, искренне желающие улучшить уровень жизни народа, уходят со своих постов, если не желают пока умереть. Но и отойдя от дел, они не обретают покоя. Теперь средства массовой информации рисуют их трусами либо предателями. Кто более вынослив, тот становится черствым и равнодушным, поскольку все равно его считают только плохим. Критикан, который истребил в служащем человека, может отныне критиковать машину, покуда его самого не поразит меч судьбы.

Постоянно возрастающий объем информации необходим для постоянно развивающегося человека. **Важно о чем пишут, но еще важнее - как пишут.** Публикация всегда выявляет **душевную наготу** пишущего.

Кто упивается своим геройством и собственной наготой, тот выбирает такую лексику, которая соответствует уровню его развития, уровню именно той чакры, которой он достиг в своем развитии. Непристойный текст указывает на то, что человек является пленником своих гениталий, т. е. пленником уровня 2-й чакры, и не сумел пока подняться выше. Он пока еще лишь выкарабкивается оттуда, потому его и заносит. Он пока еще борется, ибо по-умному не умеет. К сожалению, читатель, достигший того же уровня в своем развитии, оценивает не автора, а описанное событие и устремляет свои эмоции на событие. Есть и такие, которые оценивают автора и адресуют свое недовольство ему. Невидимые стрелы злобы пронзают всех сопричастных и материализуются в очередности, соответствующей степени сдержанности или интеллигентности.

Словесное выступление, содержащее одностороннюю оценку, есть несовершенство, которое влечет за собой плохое последствие. Плохая оценка может задержать поступление сверхважной информации к народу, и народ страдает, однако и журналисту страдания не избежать. Хорошая оценка способна разрекламировать плохую идею до звездных высот. За нее

хватаются, не думая о том, что перебарщивание с хорошим является большим несчастьем, чем страдание от плохого. Поэтому душевная жизнь журналистов должна быть особенно уравновешенной.

Злой, жестокий журналист есть стихийное бедствие, от которого страдают как руководители, так и народ. Но и это является уроком. Сегодня важно быть **рассудительным читателем**. Рассудительность позволяет находиться в курсе мировых событий, осмысливать полученную информацию и уравновешенно идти своей житейской дорогой. Рассудительность позволяет не оставлять в душе критику в свой адрес, т. е. не жертвовать собой ради репутации интеллигентного человека.

Если Вы это поняли, то сможете от всего сердца простить говорящему, и его слова уже не причинят боли. Работа эта нелегка, но без нее мы будем испытывать боль, независимо от того, какой статус мы занимаем в обществе. Тогда Вы откроете для себя достойных журналистов, чья рассудительность настолько велика, что они умеют донести до Вас даже сухую теорию умного ученого, сделать ее по-житейски понятной и применимой в практической жизни. Ищите - и Вы их найдете. Они держатся в тени. Дорога достойного человека незаметна, зато ведет ввысь. Когда Вы их откроете, то пойдете вместе с ними.

Аналогичные проявления жестокости встречаются в любой сфере жизни, прессу же я выбрала в качестве примера потому, что встречающиеся там заблуждения формируют общественное мнение. Если людское понимание жизни хромает на обе ноги, то государство хромает на все четыре. Иначе говоря, если конюх, хромающий на обе ноги, много и грязно ругается, то хромающая на четыре ноги лошадь валится на землю. Но поклажу везти надо, и теперь ее придется везти самому злобному калеке-конюху.

Жизнь учит человека на каждом шагу. Человек считает себя самым *умным учителем*, и так оно и есть. Но **самым рассудительным учителем является природа**. Мы говорим, что человек, который настрадался от жестокости и все же остался в живых, сторонится людей. Изыскивает возможность реализовать себя в одиночестве. Как же он сможет усвоить урок жестокости? Как он поймет, достаточно ли хорошо им познана жестокость на уровне нынешней жизни?

В таком случае его учит окружающий мир, особенно же царство животных.

Представьте сейчас змею. Какая из змей пришла Вам на ум? Уж, гадюка, кобра, анаконда или какая другая? Какое Вас при этом охватило ощущение?

Для испуганного человека змея символизирует жестокость.

Для смелого человека она - совершенная мудрость. Змея является символом выносливости.

В человеческом теле змее соответствует поджелудочная железа.

Когда смелый человек видит змею, то он думает о том, что же змея хочет сказать ему своим появлением. Испуганному человеку змея говорит: *"Если ты меня боишься, то на самом деле ты боишься жестокости, а бежишь от меня. Если твой страх перерос в злобу, то ты ненавидишь жестокость, а убивать приходишь меня - учителя. Приходишь сам либо с удовольствием глядишь на то, как меня убивает кто-то другой, и не понимаешь, что тем самым ты убиваешь либо позволяешь убить жестокость. Я умру, а жестокость не умрет, она неистребима и потому лишь усиливается"*.

Змея, являющаяся человеку наяву либо в воображении, говорит: *"Мне известно о горизонтальном уровне все. Моя гибкость позволяет мне пролезть в любую щель, ибо я лишена упрямой закоснелости. Если я хочу, поскольку мне это надо самой, я могу встать на хвост и постичь все также и на вертикальном уровне. И ты бы так мог, однако боишься жестокости, втягиваешь голову в плечи и уползаешь в свою пещеру зализывать раны. Твой страх делает тебя жестоким и нетерпимым по отношению к жестокости. Если ты начнешь жалить других, то и мне придется прийти ужалить тебя, чтобы во мне ты увидел себя. Если же ты избегаешь встреч со мной, то я явлюсь в виде тяжкого испытания, которое воздействует, подобно змеиному яду"*.

Итак, если Вас или Вашего ребенка укусила змея, то знайте, что это - Ваш урок жестокости, который следует усвоить. А ребенок пожертвовал собой.

В человеческом теле паразитируют различные черви, или гельминты (глисты). Их наличие называется гельминтозом. В Эстонии наиболее распространенными формами гельминтоза являются:

1. Энтеробиоз, возбудителем которого является острица, говорит: *"Дорогой человек! У тебя очень много мелких жестоких каверз, связанных с завершением работ и дел, которые ты пытаешься скрыть. Они не дают тебе по ночам покоя, поскольку когда ты ничем не занят, то выдумываешь новые жестокие каверзы. Я не могу уйти прежде, чем ты выпустишь жестокость на волю"*.

По ночам острицы выходят из заднего прохода класть яйца, вызывая тем самым зуд. Невидимые глазу яйца попадают с пальцев в рот, и начинается развитие нового паразита.

2. Аскаридоз, возбудителем которого являются специфические виды аскарид. Они обитают в тонкой кишке, однако до вызревания, будучи в

стадии яйца, они переносятся через стенку кишки в кровеносные сосуды, сердце, легкие и, проглоченные вместе со слюной, вновь попадают в кишку. Аскариды говорят: *"Дорогой человек! Твое недоброе отношение к женским работам либо к женской жизни происходит оттого, что ты ни во что не ставишь любовь и свободу. Освободи свою жестокость, которую ты пытаешься скрыть, и жестокость потеряет над тобой свою власть"*.

3. Дифиллоботриоз, возбудителем которого является ленточный червь, который прикрепляется к стенке тонкой кишки и может вырасти длиной в несколько метров. Ленточный червь говорит: *"Дорогой человек! Твоя скрытная жестокость похожа на меня: цепляешься за мелочи и делаешь из мухи слона. Страдаешь сам и раздаешь семена своей жестокости другим. Как водится, из самых благих побуждений. Кто попадет на удочку, тот становится таким же жестоким и в придачу зарабатывает и ленточного червя"*.

Червей и змей великое множество. У каждого из них свое место в мире, которое Вы не обязаны знать. Если Вы освободите свою жестокость, то они перестанут восприниматься как мерзкие гады, а станут синонимом выносливости.

В народе змеей образно называют еще и старую злобную бабу. Если ужалил она, человек поневоле подсакивает. Или, говоря иначе, кто сам не догадывается возвыситься, того приходит учить старая злая баба. Ее жестокость подобна двум еле заметным дырочкам от змеиного укуса, что само по себе беда незначительная.

Змея со своим укусом и злая старуха относятся к уровню примитивного физического обучения. Но человечество становится умнее, и тем самым к простой жестокости добавляется ее вторая сторона, которая подобна змеиному яду, истребляющему свободу и рассудительность, а также блокирует почки - органы обучения. **Умно и продуманно вершит свою смертоносную работу яд жестокости.** Умное человечество не любит пошлой простоты, потому и дает плохому ребенку много имен, чтобы было запутанней. Яду жестокости даны, в числе прочих, следующие имена: критика, сатира, сарказм, ирония, фарс. Этот яд имеет цель **высмеять, унижить, опорочить и уничтожить**, а именуется это движущей силой. Люди не понимают, что тот, кто бежит от критики, не обязательно бежит **вперед**.

Против этого яда бороться бессмысленно, ибо это невозможно. **Чтобы усвоить уроки этого яда, человек должен превратиться в сито, которое пропускает через себя яд с приставшей к нему грязью да так, чтобы на дне оставалась крупица - мудрость, которая извлекается лишь посредством усвоения урока жестокости.**

Чтобы стать таким ситом, нужно освободить страхи. У кого нет страха *меня не любят*, тот не испытывает страха перед унижением, жестокостью, а также насмешкой. Такой человек шутит и рассказывает **смешные** анекдоты, от которых **становится легко на сердце**. Такой человек способен смеяться и

над собственными недостатками. Ему хорошо - и другим хорошо рядом с ним.

Пример из жизни.

Женщина лет 50-ти, очень много занимавшаяся улучшением своего умонастроения, спросила меня между делом, все ли ею учтено и что бы еще нужно освободить. Я ответила коротко, как бы мимоходом: освободи свою жестокость. Мы обе спешили, и разговор на этом закончился. Женщина была ошарашена, поскольку жестокой себя не считала, и великодушно простила меня за мое заблуждение.

На следующий день женщина пошла загорать. День выдался холодный и ветреный, однако желание приобрести загар оказалось сильнее. Женщина облюбовала заветренное место, где росла высокая трава. Утрамбовала траву, постелила одеяло и легла на живот. Этот день она решила полностью посвятить себе и потому принялась беседовать со своими стрессами, в том числе и с жестокостью. В разгар беседы со своей **маленькой жестокостью**, наличие которой она не отрицала, женщина вдруг почувствовала, что на икры ног легли согнувшиеся стебли травы. Стряхнула их с себя ногой и продолжала думать свои думы. Через некоторое время стебли травы снова легли ей на ноги. Она снова их отпихнула. Когда это повторилось в третий раз, женщина встала на четвереньки, чтобы подняться и утрамбовать траву поплотнее. Когда она взглянула на ноги, то...

"То я сразу поняла, что означали твои слова", - сказала она. На ее икрах лежала гадюка! И лишь дома, оправившись от сильного испуга, женщина стала размышлять над тем, почему гадюка не укусила ее в ответ на такое бесцеремонное обращение с ней. Женщина поняла, что означает освобождение жестокости.

Эта женщина почти не обнаруживает своей жестокости в отношении других - она пока лишь коллекционирует жестокость. Зато жестокого человека она узнает издалека, а значит, боится. К сожалению, мы обе лишь спустя неделю поняли, сколь велика оказалась ее коллекция. Мы поняли, сколь много **один** человек может уместить в себе стресса **одного вида, чтобы его не сочли плохим**, и сколь умной оказалась гадюка. У женщины в нижней части левой икры образовалось рожистое воспаление. Гадюка была знаком предупреждения, мы же не сумели понять ее сообщения и форсировать ввиду необходимости освобождение жестокости.

За день до начала заболевания женщине пришлось выслушивать от своей матери очень злые и унижительные слова в адрес своего мужа. Мать живет далеко, поэтому дочь не захотела с ней ссориться и проглотила ее злобствования. Женщина сердилась на себя за то, что позволяет говорить так о своем муже, и все же позволила. Принесла себя в жертву семейного согласия. Еще раньше она старательно выправила свое отношение к отцу, мужу и мужскому полу и оттого особенно чувствительно воспринимала жестокую иронию женщин в адрес мужчин. Ее надежда на то, что мать переделает себя хотя бы ради собственного благополучия, рухнула.

Своей воинственностью ее мать пока еще не уготовила себе такого страдания, которое изменило бы ее отношение. А учиться по-умному ее мать не умеет. Дочь жалеет свою мать, и это чувство жалости, оно же чувство вины по поводу того, что жизнь у матери не задалась, как раз и определило последствие. Чувство жалости вынудило ее вобрать в себя жестокость матери к мужскому полу. Матери стало легче, дочери - труднее. Это научило женщину тому, что **сочувствие и жалость есть две грани единого целого. Сочувствуй, но не жалеяй.** Если этого не усвоишь, придется страдать.

С позиций медицины, **рожа** является тяжелым и длительным заболеванием, при котором остаточные явления могут сохраняться на всю жизнь:

- безумная боль - безумная, жестокая злоба поиска виновного;
- алеющее покраснение - злоба выявления виновника;
- температура 40°C - жестокая злоба осуждения уличенного виновника;
- натянутое состояние кожи, вызванное отеком, вплоть до разрыва - душераздирающее отчаяние от накопившейся с лихвой печали;
- увлажненность - страдание от печали и невыносимость этого страдания со временем.

Все это в совокупности являет собой воспаление, т. е. кризисное состояние, при котором унижение становится невыносимым.

Спустя три дня эта женщина была уже на ногах. Кожа сходила с ноги, словно змеиная во время линьки. Все болезненные явления исчезли, за исключением незначительного отека. Медленнее всего проходила печаль женщины, вызванная разочарованностью в матери. Ведь мать - это человек, который делает для ребенка больше всего добра, однако может причинить и больше всех боли.

Схема лечения этой женщины заключалась в следующем:

1. Полное одиночество. В качестве источников звуков лишь нежная музыка для медитации.
2. Постоянное исправление умонастроения с освобождением всех негативных мыслей, а также по возможности детальное проникновение в сущность каждой пришедшей на память мысли.
3. Вытягивание позвоночника как в лежачем, так и стоячем положении.
4. Полный отказ от пищи в течение 10 дней и максимальное потребление воды. Для улучшения вкуса к воде добавлялось немного лимонного сока и меда. Со временем в воду подливался чай.

5. Начиная с 7-го дня - пешие прогулки до физического изнеможения.
6. Энергетический массаж нижних конечностей в сочетании с легким физическим массажем. Я проделывала это на грани болевой выносливости женщины, чтобы обеспечить отток жидкости. Начиная с 4-го дня больная массировала себе ноги сама.

Также она выполняла упражнение под названием "таракан". Это прекрасное средство для восстановления лимфообращения и капиллярного кровоснабжения. Для этого нужно лечь на пол или твердую поверхность, поднять ноги и руки вверх под прямым углом и в течение двух минут мелко вибрировать всеми конечностями. Если не получается одновременно, можно поочередно. Если две минуты - слишком много, можно делать несколько раз помалу. Это упражнение эффективно при любых заболеваниях кровеносных и лимфатических сосудов конечностей.

Сверхтребовательность

Проблемами, связанными с энергией воли, я занимаюсь постоянно на протяжении целого года, а помещаю эту главу здесь потому, что так ее будет легче воспринять и использовать себе на пользу.

Сверхтребовательность является стрессом, истребляющим энергию воли, который воздействует на заплечье, плечи и руки, где и свивает себе гнездо. В позвоночнике она захватывает I-II грудные позвонки. Краткое ее описание приводится на стр. 236 книги "Без зла в себе".

Когда я пыталась глубже осмыслить сверхтребовательность, то передо мной неизменно вставал образ человека с разведенными в стороны руками. Человек походит на крест, поперечный брус которого смыкается с продольным именно там, где гнездится сверхтребовательность.

Сверхтребовательность есть инструмент нашего распятия на кресте, орудие пыток.

У сотен людей я смотрела нежелание, вынужденное положение, сверхтребовательность, недовольство и желание быть лучше других, и у всех сверхтребовательность оказывалась наиболее тяжким бременем. Невозможно пересказать те символические картины, что демонстрировало мне заплечье каждого человека и что я описывала людям, чтобы они узнали про особенности своей сверхтребовательности. Картины изображали огромную, непомерную, нечеловеческую ношу. Желание получать, чтобы отдавать. Желание делать, чтобы иметь, чтобы отдавать, чтобы получать и т. д.

Сверхтребовательность есть инструмент стяжательства.

Сверхтребовательность у всех настолько огромна, что я не встречала ни одного человека, в том числе ребенка, у кого не были бы **напряжены заплечье и руки**. У иного заплечье наощупь твердое и нечувствительное, как деревяшка. Человек же говорит: "*Главное, чтобы не болело*". Однако оно болит, хоть и нечувствительно. Боль подает знак, что **человек боится жестокой сверхтребовательности**, однако этот страх сдерживает. Проходит время, и боль исчезает, ибо нечувствительность возросла, и уже ничто не удерживается в руках. Тогда человек говорит: "*Уж лучше бы болело!*"

Сверхтребовательность и недовольство ходят рука об руку.

Возможно, Вы настолько свыклись с напряжением в заплечье и плечах, что иначе и не представляете себе, особенно если напряжение возникает потихоньку и потому незаметно. Если Вы мне поверите и начнете освобождать стресс сверхтребовательности, то ощутите, как постепенно и приятно опускаются и распрямляются плечи. Втянутая в плечи шея освобождается, вытягивается, и голове становится все лучше. Головная боль проходит сама собой. Мир становится светлее.

Старые люди говорят - *жилы застыли, помассируйте меня немножко*. Они желают освободиться от груза своей сверхтребовательности, но не знают, как это сделать. Кто берется их массировать, тот может испытать сильную брезгливость. Напряженные мышцы, именуемые страдальцем жилами, подобны проволоке. Словно и не человеческое тело вовсе. Возникает чувство отвращения.

Человеку, страдающему от стресса сверхтребовательности, приходится принуждать себя делать массаж другому с тем же стрессом. Почему? Потому что в этот момент сверхтребовательность обоих суммируется, и хочется уже не помочь, а убежать. Помогающий со страхом взваливает ношу страдальца на свои плечи. Особенно сильно это чувство тогда, когда сверхтребовательный родитель заставляет массировать себя ребенка, страдающего от его сверхтребовательности.

В народе о тяжелой работе говорят: плечи ноют, руки отваливаются. Я же сказала бы, что **работа не причиняет боли. Боль причиняет мысль, с которой работа выполняется.**

Человечество в своем развитии постоянно движется вперед. И вместе с тем некоторые представления никак не изживаются - в частности, расхожее мнение о том, что работа - это исключительно труд физический. Не правда ли, знакомая картина: человек занят умственной работой, а другой из его окружения постоянно подчеркивает: *я-то делаю тяжелую работу, а другие прохлаждаются*. Работник умственного труда ощущает себя виноватым, однако молча сносит упреки, ибо он сам выбрал умственную работу, знает ее и любит. Детям зачастую приходится выслушивать от родителей

сакраментальное *"Вам-то что, а вот у нас какая тяжелая жизнь была!"*

Детское **чувство вины грузом давит на заплечье.**

Мнение, будто без требовательности жизнь не движется вперед, является ошибочным. Есть два разных понятия: **потребность и желание.** Смелый человек ощущает потребность, испуганный человек ощущает желание. Маленькое желание - маленькая ошибка, большое желание - большая ошибка. А если все эти желания собрать воедино, то на плечи взваливается непосильная ноша, которая погребает нас под собой.

Матери и вообще **женщины гордятся собой, когда им удастся полностью выложиться** и продемонстрировать, сколь они выносливы как душевно, так и физически. **Сверхтребовательность вызывает у женщин недуги заплечья,** которые могут проявиться еще в юности и сопровождаются болевыми ощущениями. Поскольку в этой области жизненно важных органов нет, то на недуг особого внимания не обращают. Малоподвижность шеи, как правило, сопровождается головной болью, и у человека развивается привычка употреблять болеутоляющие средства. Что хуже всего - это считается нормальным. Если человек мужественно упорствует в своих ошибках, то боль превращается в тупую нечувствительность, вслед за чем руки становятся немощными. Лишь тогда женщина-труженица позволяет себе сделать передышку и, если задумывается, то понимает, что дело худо. Если же и лекарства не помогают, женщина снова хватается за работу - лучше боль, чем сидеть сиднем. Но ее тело считает иначе. Освобождение сверхтребовательности в этом случае является работой нелегкой, однако плодотворной.

Если женщин сверхтребовательность мобилизует, то **мужчин сверхтребовательность деморализует.** Они начинают нервно метаться, суетиться, убегать, спасаться, прятаться. Юноши и мужчины спасаются от сверхтребовательности как только могут и где только могут. Нередко они обретают спасение в смерти. **Все травмы, при которых человеческое тело в меньшей или большей степени рвется на части, являются следствием сверхтребовательности.** А если мужчина из неосознанного страха перед гибелью берет себя в руки и закрепощает себя в беспросветном труде, то у него возникают те же недомогания, что и у женщин.

Кто способен унять свое стяжательство, тот перестает терзать своей сверхтребовательностью как себя, так и других. Тот становится требовательным, однако не сверхтребовательным двигателем жизни.

У иного человека на заплечье имеется видимый глазу бугор, который принято считать жировым отложением, так как особенно он заметен у тучных людей. В действительности же это - **печаль страданий из-за сверхтребовательности.** У худых этот бугор подобен крюку, на который легко повесить сверхтребовательность. Если Вы начнете эту печаль освобождать, то бугор может еще увеличиться, потому что печаль начнет выпячиваться наружу. Позднее он медленно исчезает.

Из-за сверхтребовательности у людей, занимающихся сидячей работой, к вечеру безмерно устают руки и запястье. Сидя работают все, кто связан с письменной работой, бухгалтеры, специалисты по компьютерам, швеи, сапожники, руководящие работники, водители, работники конвейера и др. Принцип один: у них напряженная работа, требующая точности, а значит - сверхтребовательная. Труд школьника относится к этой же категории. Школьник похож на бесправный и бесчувственный ком теста, который все имеют право тянуть одновременно каждый в разные стороны.

Взгляните на почерк своего ребенка, и Вы поймете масштаб и своеобразие его проблемы, связанной со сверхтребовательностью. Ребенок может стараться изо всех сил, но его каракули не выправляются, а становятся еще хуже. Страх перед сверхтребовательностью вызывает малое либо сильное подергивание рук, и почерк не может исправиться. Страх *меня не станут любить*, если я не исправлюсь не позволяет ребенку исправиться.

Все поучают: "*Сиди прямо, положи локти на стол и не держи книгу слишком близко!*" Через мгновение ребенок уже зарылся носом в тетрадь. Шея исчезла неведомо куда, а судорожно сведенные плечи явно указывают на то, что ребенок защищается от ударов неудовлетворенной сверхтребовательности. Он боится. Голова и руки устают. Уроки не запоминаются. У маленьких детей голова болит, как у старика.

А поглядите на собственный почерк. Он же становится все неразборчивее. **Сверхтребовательность вынуждает спешить, спешка вызывает сверхтребовательность.** От былой каллиграфии не осталось и следа. Кто постоянно читает Вам мораль и предъявляет требования? Вы сами. И как настойчиво. Пугаете себя неспособностью достичь необходимой цели и безжалостно подстегиваете себя. Для того чтобы все это самоуничтожение не бросалось в глаза сразу, человечество изобрело пишущую машинку, а теперь и компьютер, в который впечатывает свои мысли и радуется, что никто не видит его безобразного почерка, выдающего его сверхтребовательность.

То, что человеческая сверхтребовательность бывает умопомрачительно велика, это я вижу на пациентах. Человек, способный удовлетворять свою сверхтребовательность, пока еще здоров либо считает себя здоровым. Например, плохой почерк не считается ведь болезнью. Дрожащие от напряжения руки также не считаются болезнью, а если дрожь в руках постоянная, то кто-нибудь да и посоветует: пить меньше надо. От такого вывода трезвенники оскорбляются до глубины души.

Сверхтребовательность заставляет человека хвататься одновременно за несколько дел. Один требует одно, другой - другое, третий - третье, и каждый из них считает свое требование самым важным. Еще не закончено одно дело, как пора приниматься за второе, и третье уже дожидается своей очереди. А если не сделаешь, то будешь плохим, неумехой, недотепой и т. д.

Ребенок разрывается на части. Ничто не доводится до конца. **Судорожные попытки достичь совершенства уводят в сторону от совершенства.** Из

такого ребенка вырастает человек, который хоть и с легкостью порхает с места на место, но никогда не бывает удовлетворенным, ибо не способен реализовать себя как личность.

Чем человек желает быть лучше, тем больше каждый тянет его в свою сторону. Упаси Бог ему при этом быть наделенным еще и неким духовным даром. Все стремятся заполучить его себе как нужный товар. Если такой человек не станет сам себе хозяином, то его уничтожают. Если же станет, то выйдет из сферы чужого влияния, и тогда его называют плохим, но это уже проблема тех, кто его так называет. Однако подобная ситуация не всегда завершается столь благополучным образом, поскольку *хороший* человек считает себя вправе наказывать плохого.

Истории известно множество подобных примеров. Ярчайший из них - то, что произошло 2000 лет тому назад. Христа распяли. Сверхтребовательное человечество, возжелавшее, каждый по-своему, чтобы Христос избавил его от бед, рассердилось, когда Христос этого не сделал. Нравоучениям Христа внимали вполуха. Зачем учиться! Мы и так умные! Главным было - как и сейчас - получение. Получить то, что я хочу, а если не получаю, то плох тот, кто не дал. Его нужно уничтожить. Хорошо бы, если нашелся палач-доброволец, тогда у самого руки остались бы чистыми и можно было бы указать на виновного пальцем.

Иуде пришлось показать людям их истинное лицо - и он показал. А мы вот уже 2000 лет не умеем глядеть в зеркало. Ведь у нас есть козел отпущения, на кого можно все свалить. И таких козлов отпущения хороший человек находит на каждом шагу.

Как-то раз я пожелала узнать, как выглядит сверхтребовательность современного человека. Я обратилась к ней: *"Дорогая сверхтребовательность! Я хочу освободить тебя от себя, но прежде хочу получше тебя узнать. Явись мне так, чтобы я смогла тебя понять"*. Мое желание исходило от всего сердца, и ответ не заставил себя ждать.

Передо мной вдруг возник легко узнаваемый человек, эталон сверхтребовательности XX века - Гитлер. Гитлер-человек, а не Гитлер-военный. Я посмотрела ему в глаза и поняла, что он хотел сказать. Мужчина с мягкими формами, чьи угловатые, резкие движения говорят о превращении мягкой печали в твердую жестокость. Явился на этот свет мягким, отвердел и сломался.

Я не знаю, так ли это было на самом деле - об этом знает история - но я говорю то, что видела. Гитлер был орудием властолюбия своей матери. Женщина, которая не любит своего мужа, начинает предъявлять сплошные требования, и им нет конца. Женщина, которая ненавидит мужа, влюбляется в сына. Сын, который боготворит мать, становится боготворимым матерью и женским полом. Этот сын стал в руках матери орудием мести мужу и мужскому полу, орудием, которое холили и лелеяли, чтобы оно хорошо выполняло свою функцию.

Дерзкое желание продемонстрировать, что рожденный мною сын - самый сильный человек в мире, и есть желание отомстить мужскому полу за то, что муж не любил жену. Почему жене кажется, что муж не любит, и так ли оно на самом деле, об этом озлобленный человек не спрашивает. Испуганная женщина, ощущающая нехватку мужниной любви, становится агрессивной. Она радуется сыну, которого можно использовать в качестве орудия мести, и не понимает, что в борьбе это орудие разрушается. Об этом она даже не думает. Ее цель - возмездие. Мать Гитлера не была исключением.

У каждой эпохи свой назидательный урок. Гитлер сделался активным застрельщиком этого урока. Не разделяй народ его взглядов, у Гитлера ничего не вышло бы. Но народ созрел для жестокости. Человечество нуждалось в уроке, а впоследствии стало искать виновных.

Гитлер - эталон сверхтребовательности. Он хотел все улучшить и выбрал для этого средство, которое народ принял с ликованием. Он истребил физически всех, кого считал плохими.

Все имеет две стороны. Какая из них черная, а какая - белая, зависит от смотрящего и угла зрения. Другой гранью был Сталин. Он также хотел все улучшить. Он допустил истребление всех тех, кого считал плохими. Эти два человека являли собой две грани сверхтребовательной жажды власти. Их желание быть лучше всех превратило их в сумасбродных тиранов. Они не получили того, чего хотели. Они получили то, чего боялись.

Современный человек тоже хочет, чтобы все было хорошо, и считает это настолько естественным и благим желанием, что ничуть не сомневается в собственной непогрешимости. И если он не получает желаемого, то озлобляется. Чем сильнее желание что-то получить, тем сильнее злоба от неудачи. **Незаметно возникает злость - концентрат целенаправленной силы, а значит, злобы.**

Гитлер и Сталин тоже так думали. Эти два человека на примере собственной жизни учат нас тому, что кто хочет все улучшить, тот лишается рассудка и заканчивает свою жизнь - как и они - самоуничтожением. Душевные муки не позволяют жить.

Мы с нашим рациональным умом можем строить распрекрасные планы, однако не осознаем, что чрезмерное хорошее является нарушением равновесия, ведущее к гибели. Душа и ее материализованная форма выражения - тело - **пытаются помешать нам** усугубить ошибки. Лечение тела без постижения причины болезни приводит к еще более тяжелому заболеванию.

Недовольство

Разрушитель воли - недовольство - обитает на высоте III-VII шейных позвонков, уничтожая энергию всех тканей, что находятся ниже ушей и выше

щитовидной железы. Через щитовидную железу и околощитовидные железы недовольство подчиняет себе обмен веществ во всем теле.

Недовольство влияет на движение энергии 5-й чакры, т. е. энергии общения. Неумение общаться является главной проблемой нашей цивилизации.

Умение общаться определяет качество жизни.

Страх *меня не любят* является неумением любить без условий.

Недовольство есть нежелание любить без условий.

Обмен веществ в организме представляет собой распределение в теле веществ, *необходимых* для жизнедеятельности тела, *соответственно потребности*. Речь идет о безусловном отдавании, исходящем из того, что в этом есть потребность. Божественное правило гласит: каждому по потребности, от каждого по способностям. Недовольство превращает потребность в предмет торга. Чем больше человек придерживается торгашеского принципа *ты мне - я тебе*, тем сильнее у него нарушен обмен веществ.

| Позвонок | Орган, находящийся под энергетическим воздействием позвонка | Наиболее распространенные болезни, вызванные повреждением позвонка |
|----------|---|---|
| I | Верхняя часть головного мозга | Мигрень, нарушение памяти, эпилепсия, гипертония, ощущение тяжести в голове |
| II | Нижняя часть головного мозга | Нарушение равновесия, нарушение зрения, болезни глаз |
| III | Нос, уши, гайморова полость | Насморк, гайморит, полипы, ушные болезни |
| IV | Язык, глотка | Воспаление глотки, аденоиды, нарушения вкусовых ощущений |
| V | Гортань, голосовые связки | Воспаление гортани, воспаление голосовых связок, ангина |

| | | |
|-----|------------------------|--|
| | | (РУКИ - боль, затекание, онемение, деформация) |
| VI | Щитовидная железа | Нарушение обмена веществ, нервность, аритмия (РУКИ - боль, затекание, онемение, деформация) |
| VII | Околощитовидные железы | Нарушение обмена кальция - разрежение костей (РУКИ - боль, затекание, онемение, деформация) |

Не будь сверхтребовательности, не было бы и недовольства.

Недовольство выражается словом, тоном, жестом, внешним видом и поведением. Слово вылетает изо рта. Рот находится над горловой чакрой, тем самым как бы говоря, что все исходящее изо рта и привходящее в рот должно у человека быть разумнее, нежели, у животного, у которого рот расположен по-другому.

Что такое рот?

Рот - то место, через которое, когда человек рождается на свет и впервые подает голос, входит душа-чувства. И когда человек, покидая этот мир, испускает последнее дыхание, душа-чувства выходит. **Все, что входит в рот и изо рта выходит, выражает душевную жизнь данного человека.** Вероятно, Вам доводилось читать в разных источниках версии о приходе и уходе души. Незримая душа состоит из разных душевных тел, которые входят через разные участки, но всегда в верхней части тела. В данном случае речь идет о душе-чувствах.

1. Рот является звуковым выразителем отношения.

Слова и тон, которыми человек общается, выражают уровень развития этого человека. Испуганный человек и смелый человек общаются по-разному. Они могут говорить либо молчать - в том и другом случае это делается

красноречиво.

| Испуганный человек живет в самовыражении | Уровень развития | Смелый человек живет в своем бытии |
|---|-------------------------|--|
| Похабные ругательства | II чакра | Понимает похабщину, но сам не использует |
| Властные приказания | III чакра | Приказ воспринимает как необходимость, не как принуждение. Сам не принуждает |
| Эмоциональные заверения влюбленного | IV чакра | Любовь - бессловесная святыня |
| Слова, выражающие желание понять | V чакра | Не выражает желания понять. Просто понимает |
| Вышколенные умные слова | VI чакра | Житейски рассудительные слова |
| Желание доказать свою веру словами | VII чакра | Мгновение бессловного проникновения. Мгновенность |

Молчание не обязательно означает уровень 7-й чакры. **Напряженное** молчание хуже ссоры, при которой человек без обиняков высказывает свое отношение. **Напряженное** молчание есть **испуганное** молчание. Видимых причин молчания столько же, сколько и молчунов, и большинство сознается в том, что боится говорить. Говорение для человека естественно и, значит, необходимо, а потому **вынужденное молчание** является стрессовой ситуацией. Напряженное молчание усугубляет непонимание. *Страх перед большим и сильным* заставляет помалкивать, а *презрение к мелкому и слабому* заставляет не тратить слов понапрасну. Между этими двумя крайностями имеется бессчетное количество вариаций. В любом случае молчание испуганного человека является накопителем злобы. Чем беспомощнее ощущает себя молчащий, тем сильнее его недовольство собой и другими. Другой отвечает тем же. Обычно в таких случаях говорят, мол, плохого сказать не хочу, а хорошего - не могу, хотя и очень хотелось бы. За сердитым молчанием скрывается лексика своего уровня развития, которую боятся пустить в ход, чтобы не обнаружить своей низменности. Сердито молчащий человек ни за что не признает своего страха, чтобы не сделаться посмешищем.

Бывают немногословные люди, которые не злятся на себя за молчаливость, приводящую в раздражение других, поскольку за их бессловесностью скрывается уравновешенная не-эмоциональная любовь. Терпеливость, с какой они дожидаются, чтобы их наконец поняли правильно, воспитывает их самих, а также тех, кому пришлось выносить их молчание. Для представителя противоположного пола подобное молчание является воспитателем духовного уровня развития, который учит читать мысли. К сожалению, это осознается не сразу. Затрачивается много времени и нервов прежде, чем приходит понимание. Человек, страдающий от молчаливости другого, успевает порядочно взрастить свой страх и злобу - "меня не любят".

Есть люди очень умные, с прекрасным языком, которых любят, так как они всегда выражаются деликатно. Но может случиться, что такой человек оказывается на операционном столе, и его скрытая сущность выявляется лишь после прекращения действия наркоза. Хорошо, что лавина его грязных ругательств остается достоянием медицинских работников.

Плохо, если самому пациенту об этом не говорят, в том числе из деликатности. Пациента лишают возможности проникнуть в его скрытую сущность. А это уже беда, из-за которой он вскоре вновь окажется на операционном столе либо заболеет болезнью пострашнее, не поддающейся операции.

Как это ни странно, в человеке могут одновременно уживаться как *страх*, так и *злоба в отношении молчания и молчунов*, а также *страх и злоба в отношении болтунов*, которые тархтят без умолку. Кто испытывает страх *меня не любят*, тот ждет словесных заверений в любви, однако своим страхом замыкает уста другому. Страх превращается в злобу. Покуда человек не освободит свою злобу на молчуна, тот не заговорит.

Аналогично дела обстоят и со страхом и злобой в отношении болтливости. Чем больше Вы боитесь пустопорожней болтовни, тем чаще приходится ее выслушивать. А если в Вас просыпается ненависть к болтовне, то будет казаться, что это делается специально назло вам. Это унижает и утомляет Вас.

Из деликатности, т. е. из страха *меня не станут любить, если я выскажу свое мнение*, Вы его и не высказываете. Вы **проглатываете** свой стресс и зарабатываете воспаление **глотки**. Чем сильнее Вы убеждены в том, что чужая говорливость лишает Вас душевного покоя, тем выше температура, сопутствующая воспалению глотки. **Температура** в символическом плане выражает **злобу нахождения виновного**. Если, жалея себя, Вы начинаете чересчур себя обвинять и чувствуете, что Вас унизили, то воспаление глотки у Вас осложнится воспалением сердечной мышцы. Если подобная ситуация вызывает у Вас озлобление, то возникает опасность инфаркта. А если Вас страшат и злят материальные неурядицы, то заболевают почки.

Человек, который желает рычать на жизнь, подобно злой собаке, начинает **храпеть**.

2. Рот является беззвучным выразителем отношения.

Мы преувеличиваем роль слов. Говорение воспринимается нами как общение, хотя говорение - лишь один из элементов общения, причем относительно незначительный. Обычная речь забывается, запоминаются только очень хорошие или очень плохие слова. Это значит, что забывание необходимо для нас. Забывается нормальность как уравновешенность, как усвоенная мудрость. Она настолько доходчива и доступна, что мы используем ее на благо себе незаметно для себя. А эти очень хорошие или очень плохие слова остаются в памяти как учителя, обманывая нас своим чрезмерным хорошим либо причиняя боль своим плохим. Покуда не наступает прозрение. Зачастую человек не меняет своего отношения до конца жизни, поскольку не понимает что к чему.

Бывает, что мы видим человека впервые, не обменялись с ним ни единым словом, а у нас уже сложилось о нем свое мнение. Это подтверждает, что слова - это еще не все. Разумом мы не помним события предыдущих жизней, однако чувство, или душа, говорит, что это уже было. Канувшее в лету отношение к другим людям и к жизни вообще придало нашему рту его нынешние очертания. Если Вы желаете изменить форму рта, то следует изменить свое отношение. Если Вы этого не сделаете, то тем самым сформируете отношение жизни к себе, что в свою очередь будет формировать Ваш рот в дальнейшем.

Наблюдая за ртом и его движением, можно составить мнение о характере человека. Большой рот указывает на то, что человек не прячет свою душу. Маленький рот говорит о скрытой душевной жизни. Открытый рот означает, что человек раскрывает сейчас свою душу. Сжатый рот выражает крайнюю душевную замкнутость. Рот с естественной горизонтальной осевой линией говорит об уравновешенности. Приподнятые уголки рта означают, что человек хочет быть хорошим. Уголки рта, приподнятые для мимолетной улыбки, указывают на мимолетное желание быть хорошим, иначе говоря, понравиться. Постоянно приподнятые уголки рта - желание быть всегда хорошим. Чрезмерно, по-кукольному, приподнятые уголки рта - ненатуральное желание быть приторно хорошим. Исполнение такого желания делает человека гордым. Он ничуть не сомневается в том, что он - хороший, и постепенно в нем начинает расти презрение к другим. В некий момент у такого человека уголки рта могут неожиданно опуститься вниз да так и остаться, поскольку любующийся своими добродетелями человек получил от жизни унижительный удар. Гордость и презрение - две стороны одной медали. Презрение, возросшее вместе с гордостью, превратило человека в мишень презрения. Гордый человек не успокаивается прежде, чем сумеет отомстить за собственное унижение. Интеллигентный человек в качестве мести выбирает презрительное отношение. **Искривленные книзу** уголки рта выражают именно презрение. **Опущенные** уголки рта говорят о присовокупившейся безысходности.

Красивый улыбающийся рот может сделаться вдруг очень некрасивым. Это означает, что человек не понял преподнесенного ему урока. Его отношение к уроку некрасивое, обличающее. Страх стать некрасивым вынуждает человека приукрашивать себя. Крашение губ в основном является привилегией женщин. Женщина красит губы в цвет 1-й чакры - красный. Иначе говоря, она хочет обратить внимание на то, что ее душевная любовь обладает жизненной силой. Чем сильнее ее самовосхваление, тем краснее и толще слой помады. Ярко-красные губы - это уже перебор, и мужчины шарахаются в сторону, ибо выкрашенные в такой цвет губы говорят о том, что женщина желает не отдать, а забрать жизненную силу. Очень яркие губы свидетельствуют о скрытом вампиризме.

Желание создать о себе хорошее впечатление усиливается по мере улучшения материального благополучия. Поэтому интеллигентный человек контролирует не только слова и эмоции, но и мимику. Упражняясь перед зеркалом в необходимом по жизни актерском мастерстве, человек может отшлифовать идеальное выражение лица, но поскольку это лишь натянутая на лицо маска неискренности, то в момент усталости или расслабления она сбрасывается. Скрытые эмоции формируют лицо, показывая нам наш истинный лик и не спрашивая, нравится ли это или нет. Лицо - это пашня, которая засеивается иллюзиями.

3. Рот является выразителем свободы общения.

Спокойное, беззвучное дыхание говорит об уравновешенности духовной жизни человека. Шумное дыхание, пыхтение, кряхтение, фырканье и прочие выразительные звуки выражают злобу испуганного человека либо страха и чувство вины человека озлобленного. Уже по тембру дыхания можно уловить настроение человека.

Кто свободен душой, тот не делает проблемы из нечистоплотности. Чужая нечистоплотность не мешает ему быть чистоплотным самому. Он оценивает ситуацию такой, какая она есть, не усложняя себе жизни. Он не живет жизнью других, а живет собственной жизнью. Например, от пыльной работы в шахте большинство шахтеров страдают от силикоза либо иного заболевания легких. Поскольку уравновешенный человек относится к пыли как к естественному явлению, сопутствующему угледобыче, то его легкие остаются здоровыми. Он *не принуждает* себя к шахтерскому труду, он *есть* шахтер, и работа доставляет ему удовлетворение. Такой человек улучшает условия труда, совершенствует технологию, разрабатывает новаторские приемы, но не бросает работу и не костерит ее почем зря. Загрязненный воздух проходит через его легкие, не вредя здоровью, ибо его *отношение к загрязненности характеризуется уравновешенным пониманием*. Такой человек *независим от загрязненности*, иными словами, он не является рабом загрязненности.

Все легочные заболевания являются следствием отсутствия свободы.

Чем сильнее человек ненавидит собственное рабство, тем больше у него легкие. Чем больше он заглушает в себе протест против всякого вынужденного положения, желая оставаться человеком интеллигентным, тем сильнее его болезнь затрудняет дыхание. Наиболее типичным недугом является астма. Среди астматиков бывают такие, кто испытывает аллергию на большинство лекарств, которыми их хотят лечить. В таком человеке налицо *тотальный протест* против всего, поскольку он желает наладить свою жизнь сам, без чьих-либо приказов и запретов. Он также протестует против того, что он должен принимать лекарства. Все его существо вопиет: "*Оставьте меня в покое! Дайте мне свободу!*" К сожалению, сам он не умеет стать свободным и потому страдает. Но когда он открывает для себя радость самостоятельных поступков и перестает жить в угоду другим, тогда астма проходит сама собой.

Легкие - органы печали.

Учащаются случаи заболевания туберкулезом легких, который является болезнью жалобщиков. Чем больше жалость к себе, превращающая беспомощного человека в жалобщика, тем безнадежнее исцеление от туберкулеза. Крикуны и те, кто отстаивает свои права, туберкулезом легких не заболевают. Они открыто выражают свое примитивное "я", так как поначалу они не умеют иначе, а впоследствии уже не желают иначе, поскольку криком они добиваются всего, чего хотят. Интеллигентный человек, которого примитивный крикун считает богатым и несправедливым, уступает ему безо всякой меры. Своим желанием быть хорошим он способствует тому, что примитивный становится ленивым.

Если желание сохранить репутацию интеллигента перевешивает желание выкричать свою душевную боль, то человек заболевает туберкулезом легких. У него все более западает грудь и уже нет сил выпрямить спину. Спина горбится, что указывает на *тяжкую ношу сверхтребовательных обязанностей*, которую человек взвалил на плечи. Чем сильнее такой больной заглушает свой крик о помощи, тем сильнее ощущение удушья. Его душит утрата смысла жизни, которая говорит: "*Кричи - не кричи, ничто не поможет*". Таков менталитет раба, полностью покорившегося жизни. А человек, выгнувший грудь колесом, качает свои права и не намерен взваливать на свои плечи груз обязанностей. Пусть себе требуют - с него спрос маленький. Он не грустит и не раскаивается из-за ничегонеделания или непослушания. А потому ему и не грозит туберкулез, даже если вокруг него живут одни туберкулезники. Если все приказы и запреты слетают с него как с гуся вода, и он не держит на принуждающих зла, то он - совершенно здоровый человек.

Лечение туберкулеза стоит очень дорого. А лечить надо, поскольку иначе заражаются здоровые люди, особенно дети. Заражения не было бы, не будь мы рабами вынужденного положения. Однако мы - рабы. Туберкулез легких

является типичной болезнью пленника. Человечество - пленник страха, а реальный пленник является пленником вдвойне. Для лечения требуется много денег, для изменения же отношения денег вообще не требуется. Изменение отношения даровало бы здоровье. Покуда умный жалобщик этого не поймет, его будет вразумлять глупая туберкулезная палочка. Для нее неважно, по какую сторону тюремной стены проживает жалобщик. Она знает, что в том и другом случае она имеет дело с пленником страха.

Туберкулезом может быть поражен и любой другой орган. Локализация и особенности туберкулеза определяются нюансами печальных жалоб.

- Жалобы на неспособность реализовать свое желание - **туберкулез почек.**
- Жалобы на неупорядоченность своей половой жизни - **туберкулез гениталий.**
- Жалобы на неумение использовать потенциал своего мозга - **туберкулез мозга.**
- Жалобы на мужскую никчемность - туберкулез **лимфатических сосудов.** И т. д.

4. Рот служит посредником душевной любви.

В главе "Дети рождаются от поцелуя" книги "Без зла в себе" речь шла о поцелуях. Вероятно, Вы поняли, почему при единении в душевной любви происходит зачатие ребенка. Если в человеке нет постоянного страха, что его не любят, и постоянного страха, что в его любви не нуждаются, то у него нет и постоянного желания быть лучше других с тем, чтобы его любили. В этот момент он *отдает* лучшее из того, что имеет. В этот момент он является сам собой, и, если в этот момент происходит половая связь, то результатом является беременность. У кого-то желанная, у кого-то нежелательная, но она выражает сиюминутное бытие человека самим собой, т. е. свободу.

Простой цветок раскрывается оплодотворяющему солнцу, и происходит их единение без того, чтобы один считал себя лучше или хуже другого. Они не стыдятся самих себя и не предъявляют требований к другому либо к последствиям. А человек, испытывающий комплекс неполноценности, отказывается отдавать, ожидая прежде получения как доказательства своей ценности. *Если меня любят, значит, я чего-то стою.* Чем такой человек становится старше и умнее, тем он более рационально и трезво оценивает ситуацию и приходит к выводу, что любить его собственно как будто и не за что. Поэтому его поцелуй перестает быть благословенным. Человеческое дитя, обученное не доверять противоположному полу или даже его

ненавидеть, замыкается в себе. Цветок отдает солнцу, солнце отдает цветку - а человек поступает наперекор законам природы.

У проституток и до изобретения противозачаточных средств не было детей, либо это несчастье постигало их крайне редко. А бедная банщица, у которой всего-то и было в жизни счастья что изредка прижаться к мужу и крепко его поцеловать, чтобы было что вспомнить хорошего в жизни, каждый год рожала по ребенку. Единственное сокровище бедняка - его жаркое сердце. Если два жарких сердца соединяются в одно, то вырастает сильный, красивый плод. Пусть они не осознают своих действий и не умеют петь дифирамбы по случаю - их сердца ощущают, когда наступает благословенный момент единения семени с принявшей его почвой. Поэтому многодетные семьи величают богатыми, хотя денег в таких семьях почти не водится.

Изнасилованная девушка также может забеременеть. Почему? Ведь она этого не желает! Забеременеть она, естественно, не желает, но в душе у нее настолько большая потребность отдавать себя, что это затемняет прочие стрессы. Своими мыслями она провоцирует пробуждение мужских инстинктов. Впоследствии эти мысли могут оказаться столь далекими, что она уже и не помнит их и тем более не признается в них другим. Страх и злоба, что *меня не любят*, притягивают к женщине мужчину с теми же стрессами. Разница в том, что женщина думает, а мужчина делает. Если бы человек понимал самого себя, то он понял бы и партнера противоположного пола. Хотя бы в последнюю минуту. Насилие превратилось бы в страстную половую связь. Многие женщины, оказавшиеся в беде, пытаются понять мужчину, ответить ему добром - и таким образом избавляются от жестокого обращения.

5. Рот поставляет телу воду.

Напитки уравновешенного человека достойны его самого. Он не нуждается в укрепляющих напитках, будь они тонизирующие или алкогольные. Ему нужна вода. Он может не пить несколько дней и испытывать сильную жажду, но если перед ним поставить лучшую в мире очищенную воду, то пить он не станет. Через час он придет на берег реки, кишасей водной живностью, отгонит живность в сторону и напьется от души. Это хорошая вода, поскольку она содержит все, необходимое для жизни, в том числе бактерии, которые неопасны для уравновешенного человека. Наоборот - он нуждается в них, а они нуждаются в нем.

Человек может быть примитивным и ничего не знать о бактериях, но если он уравновешен *на своем уровне развития*, то он живет счастливой жизнью здорового человека. Его душа дает ему через чувства необходимый на данный момент совет, и он доверяет сигналам своих потребностей.

Для уравновешенного человека вода является свободой, для человека

испуганного - печалью. В каждом человеке имеется как уравновешенность (усвоенная мудрость, она же рассудительность), так и страх (неуравновешенность, она же неусвоенная мудрость), поэтому никто не может пока еще обходиться без воды. Если удельный вес печали - воды - превышает 49%, то и душа, и тело становятся тяжелыми, тем самым говоря: *"Освободись от своей печали!"*

6. Рот является мерилем сердца.

Уравновешенный человек чувствует, какая пища ему нужна. Он отправляется в поле либо в магазин, как в поле, и выбирает растительную пищу. Его душа в ином не нуждается. Он не ощущает желаний отведать чего-нибудь особенного. Он ни в чем не испытывает недостатка, поскольку *его уравновешенность способствует максимальному усвоению питательных веществ.* Растения содержат все, что человеку нужно для жизни. Если бы мы только принимали, что нам предлагается, и не оскорбляли пищу своими претензиями. В то же время человек, живущий за Полярным кругом, может питаться одним мясом и рыбой, и растения ему даже не снятся. *Он ест то, что дает ему природа, и этим доволен.* Мясо для него не есть злоба. Его душа довольна и не гонит его выискивать что-то новое, неизведанное.

Сходите в продовольственный магазин и понаблюдайте за поведением покупателей, за их отношением к еде, а также и за собой со стороны. В мимике, словах, тоне, жестах, в том, как человек перебирает продукты, как отбрасывает в сторону негодное, как разводит руками, мол, купить-то нечего - во всем этом сквозит пренебрежительное отношение. Желание быть лучше других проявляется и в отношении к пище. Один продукт плох, другой имеет непотребный вид, третий слишком жирный, от четвертого толстеют, пятый вреден для желудка, шестой - гадость (как вообще разрешают продавать такое?), седьмой вреден для цвета лица и т. п. О, а вот и лучший в мире продукт, который совсем недавно рекламировали. Это я возьму!

Берете, готовите из него еду - и зарабатываете, к примеру, аллергию. Почему? Ведь как нахваливали! А хваленая вещь говорит: *"Смотри и думай, дорогой человек, и соображай, что здесь на магазинном прилавке все мы носим одну общую фамилию - Еда. Имя у всех нас разное. Ты отозвался об одном из продуктов плохо. Но он является составной частью меня. Правда, из него кое-что удалено, словно хирургом из его тела что-то вырезано, но его сущность все та же. Лишь его совершенство сделалось несовершенством. Ты сказал, что от второго продукта толстеют. И он тоже присутствует во мне в чудовищно обезображенном виде. Ты сказал "гадость", но и она во мне есть, только стала еще несъедобнее. Ликвидирована уравновешивающая сторона. Твой протест против плохого, печального и лживого и вызвал у тебя сейчас аллергию.*

Вы, умные люди, все больше и больше обманываете себя и других. Берете

кусочек мяса и вместо того, чтобы положить его на тарелку как он есть, с кровью, начинаете вымачивать его в воде или в вине. Затем отбиваете, шпигуете и панируете, наваливаете на него гарнир и приступаете к трапезе с видом интеллигента, гуманного человека. За приятной светской беседой не слышно предсмертного крика животного. Аромат специй забивает запах хлеба. Будучи человеком современной эпохи, достойным любви, Вы обиженно говорите, что так поступают и все другие, разве я хуже их- и от обиды схватываете насморк".

В том-то все и дело, что все так делают, а если кто-то не делает, то на него глядят свысока как на диковинное существо. Люди, занятые тяжелым физическим трудом, едят мясо, и это считается само собой разумеющимся. Им нужна сила. К мясному прилавку с той же целью направляется и человек науки. А что мясо есть злоба и что применение силы в работе означает работу со злобой, об этом никто не задумывается. А если кто и задумывается, то ощущает, что поскольку жизнь меня так озлобила, не покупать мяса я не могу. Уж очень хочется. Если мы умели бы извлечь вывод из тяги к мясу и освободить свою злобу, то с удивлением обнаружили бы, что к мясу нас уже не тянет. Аппетит к мясу отрезало, как взмахом волшебной палочки (см. стр. 213 книги "Остаться или идти"). Также необходимость в диете исчезает как бы сама собой, и количество и качество пищи автоматически уравниваются.

Коротко говоря, человек, который ощущает, что невозможно жить без жизненной борьбы, не может жить и без мяса. Человек, который сильно боится жизненной борьбы, опасается есть мясо. Мясное нарушает его пищеварение даже в том случае, если некий доброхот тайно подмешивает в пищу мясо с целью подкрепить человека. В другой раз он уже не станет есть пищу, приготовленную этим человеком. Он не знает, что вред ему причинило мясо. Он говорит, что этот человек плохо готовит. Такие люди раздражают других своим привередничаньем, и когда они умирают от рака, то являют собой натуральную антирекламу растительной пище. Заболевание раком людей, ведущих здоровый образ жизни, явственно указывает на то, что эти люди живут здоровой жизнью из страха перед болезнями. А за любым страхом таится равновеликая злоба. Невысказанное недовольство всем, что вредно для здоровья, и всеми, кто ведет нездоровый образ жизни, аккумулируется в злокачественную опухоль.

Я начала говорить о недовольстве, а перешла к мясу. Что это - отклонение от темы? Нет, развитие темы. Недовольство возникает у человека из-за неумения видеть мир в его двусторонности. Оно является выражением сверхтребовательного протеста. **Чем больше непонимание, а значит, страх меня не любят, тем сильнее недовольство.** Недовольство притягивает к себе недовольство и все возрастает, несмотря на то, что одновременно возрастает и страх перед недовольством. Чувство опасности предупреждает о кризисе. Испуганный человек старается всячески угодить недовольным. Он не видит, что испуганный никогда не бывает доволен. Довольным бывает лишь смелый человек. Если человек, терзаемый недовольством, задумывается о своем будущем, то его может охватить ужас, ибо он не в состоянии представить, что смог бы еще дольше выносить недовольство. **Ощущение**

ужаса есть безысходность из замкнутого круга недовольства. Чувство ужаса охватывает того, у кого не хватает ума разобраться в происходящем вокруг.

Человек ищет себя даже в еде. Он находит себя, но уже в следующий миг он недоволен, ибо хочется лучшего. Испуганная мысль толкует о еде, а тайная мысль - о самом человеке. Он не улавливает тайной мысли, которая говорит, что на деле хотелось бы самому стать лучше, а значит, смелее. Скверный отзыв о еде означает в действительности такой же отзыв о себе. Обратите внимание на слова, выражающие оценку, и осознай для себя, что слова эти и есть стресс, который необходимо освободить. В противном случае поискам не будет конца. Будете пробовать всевозможные продукты, а требуемого не узнаете. Недовольство собой не позволит этого. Будете от еды толстеть либо худеть, а недовольство знай себе возрастает.

Недоедание, голодание убивает тело по-своему. Переедание убивает по-своему. Нормальное питание способствует совокупному развитию духа, души и тела безо всяких страданий. У уравновешенного человека превосходная психика и в состоянии голода. Он способен питаться воздухом и любовью. Его тело нуждается в минимальном количестве растительной пищи.

Модное заболевание **булимия** - неутолимый голод - поражает того, кто желает пройти по жизни с шумом. Максималистская потребность мощно и спешно продвинуться на глазах у всех делает из человека обжору. А сильная неуверенность перед будущим вызывает желание вернуть старые добрые времена. Возникает рвота, означающая отвращение к будущему. **Булимия есть желание завладеть иллюзорным будущим, к которому в действительности человек испытывает отвращение.** Иллюзорное будущее является порождением рационального рассудка, в котором нет места для интуиции.

К серьезным заболеваниям относится также ***anoreksia nervosa***, при котором больной может полностью отказываться от еды. Страх перед едой сильнее страха смерти. Причина анорексии коренится в тотальном страхе перед принуждением. Учащение этой болезни среди молодежи говорит о том, что у юного существа истребляется свободная воля, поскольку за него очень убедительно и ловко думают, принимают решения и всё делают другие. Подросток безвольно-равнодушно соглашается с волей родителей. Человек, лишенный воли, живет без будущего. Это - мертвая жизнь. Еда - фактор, продлевающий подобную жизнь и душевные муки.

Анорексия выражает нежелание жить жизнью мертвеца. Чем слабее воля к жизни, тем меньше аппетит.

Живая мудрость - это та, которую человек признает в своей душе и использует соответственно потребности. К живой мудрости относится также мудрость, приобретаемая с опытом в ходе конкретных дел.

Мертвая мудрость - это такая, которую человек забывает в принудительном порядке, но которая из-за внутреннего неприятия не становится частичкой души и потому вылетает из головы. Если человек, попавший в беду, надеется лишь на чужой совет, то в ответ он получает мертвую мудрость, которую не понимает и не может употребить себе во благо. Наимудрейший из всех советов может восприниматься недовольным человеком как пустая болтовня.

Минутные приступы ужаса могут перерасти в **постоянное ощущение ужаса**, следствием чего являются душевные болезни.

Обычно испуганный человек ищет все же выход из собственного недовольства. Он желает разобраться в том, что ему неясно, и потому начинает задавать вопросы. Чем сильнее становится страх, тем бессмысленнее делаются вопросы. Человек посторонний невольно воспринимает этот град вопросов как кошмар - *"Какой ужас, когда человек вообще не соображает!"* **Вопросы ради вопросов приводят к хаосу, поскольку человек теряет способность ориентироваться в приобретенной от других мудрости.** У кого хаос в мыслях, тот действует бездумно и непредсказуемо.

Умный человек не задает вопросов. Он получает ответ от себя же прежде, чем успеет возникнуть вопрос. Он доволен ответом, самим собой и миром. И если он желает идти по жизни дальше, ибо его позитивное недовольство не позволяет ему топтаться на месте, то он идет через учебу, работу, действия.

Нескончаемое недовольство - удел человека испуганного.

Недовольство мешает душе достичь духа, оно стоит между ними стеной.

Недовольство истребляет волю к жизни.

Ослабление воли к жизни способствует возникновению болезней. Утрата воли к жизни открывает дверь в потусторонний мир. И если на помощь не приходит болезнь, то человек покидает этот мир через **самоубийство**. Все случаи самоубийства являются следствием недовольства. Одни недовольны сперва собой, а впоследствии и другими. Другие же, наоборот, сначала

недовольны другими, а уже затем собой и не понимают, что в основе все же лежит неумение быть довольным собой. Если человек, будучи уже не в состоянии выносить недовольства, ищет наиболее легкого выхода из создавшейся ситуации, то находит его в самоубийстве - бегстве от мучений материального мира.

Недовольство имеет множество разных обликов. Например, **капризность, брезгливость, обидчивость, придирчивость, злость, мстительность, недоброжелательность**, а также **брюзжание, ворчанье, сварливость, критиканство, огульное охаивание** и т. д.

Кто боится недовольства, тот притягивает его к себе. Ворчуны, брюзги, крикуны, ругатели, привереды, люди мстительные, охаивающие всех и вся - все они вторгаются в информационное поле человека, если не атакуют его буквально. Человек из страха вбирает в себя соответствующее недовольство, и оно становится его личным. В таком случае есть две возможности:

1. Из страха прослыть плохим человек начинает подавлять свое недовольство и тем самым невольно губит себя. Есть и такие, кто страдает осознанно. Их вынуждает страдать подсознательное чувство вины.
2. Человек становится недовольным и начинает истреблять своим недовольством других, именуя себя человеком, ратующим за порядок в доме.

То, что на первый взгляд кажется ребячливой капризностью, развивается в таком случае в придирчивость, сварливость, мелочность, дотошность, несговорчивость, мстительность, недоброжелательность. Это причиняет ощутимый вред другим и поначалу неощутимый вред себе. В некий момент возникает ощутимая болезнь, которая вырастает, как стена на пути. Теперь уже зла другим не причинишь. Теперь приходится страдать самому.

Суть слова определяется мыслью говорящего. Добродушная насмешка и рассказывание анекдотов являются также высмеиванием, но это высмеивание доброе. Мы слушаем его с удовольствием. Испуганный человек и правда с удовольствием слушает добродушные насмешки в чужой адрес. Он смеется также и над анекдотами, но не проводит параллелей с собой.

Страх оказаться мишенью насмешек незаметно перерастает в злобу, и настает день, когда человек ощущает, что над ним насмеваются. Разговор идет о ком-то другом, а в виду имеют его. Та же шутка повторяется в той же компании, а человек, еще недавно над ней смеявшийся, обижается до смерти. Потому что он не желает признавать свои ошибки. Наверняка и в Вашем окружении есть люди, общаясь с которыми приходится с осторожностью выбирать слова. В противном случае возникает неловкая пауза - незаметно все оказываются на поводу у этого человека. Они боятся обидеть его, но также боятся, что он хлопнет дверью. Все стараются перевести разговор на другую тему. Это продолжается, покуда у кого-нибудь не лопается терпение.

Брякнув нечто грубое или неуместное, он вредит своей репутации, однако спасает всех от присутствия сурового надзирателя.

Умение *в меру* подсмеиваться над своими недостатками и слабостями - это небесный дар. Но поскольку с весельем обычно также перебарщивают, то неумных весельчаков ненавидят, так как они выводят из себя тех, кто не признает своих недостатков. Смертельно серьезные люди бросаются изобличать балагуров в их недостатках, желая переделать весельчаков по своему подобию. Они стреляют по мишени до тех пор, пока у весельчака не хлынут слезы. Лишь уравновешенные способны оставаться самими собой.

Запомните: **любая мысль и любое слово выражают отношение.**

Истинным **отношением является отношение, сознающее двусторонность мира.** Такое отношение является рассудительным. Рассудительный человек думает либо произносит спокойно: *"Все есть как оно есть в своем хорошем и плохом"*.

За односторонним отношением может быть сиюминутная правда, но это - умозрительное отношение, в котором отсутствует истина. Умный человек думает или говорит: *"Это - хорошо. А это - плохо"*.

Истина и правда - понятия различные.

Истина и честность - также различные понятия.

Вы можете считать себя очень честным и правдолюбивым человеком, но у Вас болит шея. Это значит, что шея говорит: Ваше мнение о себе ошибочно. **Ощутите свою напряженную шею.** Повращайте ею и услышите хруст. Напряжение означает страх. Страх вызывает мышечный спазм. Хруст означает, что кости - и особенно отложившиеся на них соли - находятся слишком близко друг к другу и при вращении соприкасаются. Слишком близко друг к другу их притягивают укороченные от напряжения, сокращенные мышцы. *У недовольного человека шея короткая и укорачивается по мере роста стресса.* Из страха перед недовольством человек вбирает в себя недовольство, и, став частью человека, оно начинает вершить свою работу. Шея уходит в плечи, словно человек стыдится ее показать. Это и есть стыд - **стыд обнаружить свое недовольство.** Стыд есть чувство вины. У недовольных людей чувство стыда настолько велико, что перетекает через край и превращается в обвинение. У человека, который из недовольства нападает на другого хотя бы в мыслях, непременно возникает чувство вины. Другой еще не успел раскрыть рта, а человек уже бросается в атаку: *"А я в чем виноват!"* да так, что другой от удивления может лишиться

дара речи.

Кто упрямо настаивает на своем праве и своим недовольством желает исправить мир, *тот становится жестким, негибким, и у него в шее происходит отложение солей.* Подвижность шеи уменьшается под стать уступчивости человека, его житейской гибкости. Житейски негибкий человек окаменеваает как в прямом, так и переносном смысле. Жизнь требует изменить отношение сообразно обстоятельствам. **Кто не сгибается, тот ломается.**

Если жизненным урокам не положено еще завершиться, то шея не ломается, а ломается аналог шеи - шейки трубчатых костей.

Человека, который становится чересчур мужественным, т. е. неподатливым, который слишком уверен в собственной правоте, подстерегает опасность перелома соответствующих костей, когда тот обозляется на мужской пол.

Все заболевания в области шеи являются следствием недовольства.

- Воспаления происходят от недовольства, которое унижает.
- Отеки и увеличения происходят от недовольства, которое печалит.
- Боль происходит от недовольства, которое злобствует.
- Опухоли происходят от печали, которую человек подавляет.
- Все, что является зримым и осязаемым наощупь, все это человеку хотелось бы выплеснуть наружу или, по крайней мере, проявить, но он этого не делает. Боится показаться плохим, но не понимает того, что держать плохое в себе - это и есть плохо.
- Все, что сокрыто, то человек желает скрыть, ибо ему стыдно или страшно это выявить. Выявление вызвало бы у него стыд, а это причинило бы боль.

Недовольство является стрессом, который **истребляет вкус к жизни.** Кто недовольства боится, тот притягивает к себе недовольство. Недовольство, которое появляется в информационном поле человека, становится его собственным. И человек сам становится недовольным. Мужчины обращают недовольство в первую очередь на себя - начинают себя обвинять. Поэтому среди мужчин больше самоубийств. А разве инфаркт принципиально отличается от самоубийства?

Женщины начинают выплескивать недовольство, обличая прежде всего других, поэтому количество самоубийств среди них меньше, как и заболеваний сердца. Их образ мыслей находит отражение в заболеваниях молочных желез.

Недовольство истребляет желание работать. Человек, который с детства испытывал недовольство взрослых его делами и поступками, вырастает бездельником. Работа, необходимая человеку как средство самореализации, воспринимается им как разрушитель тех немногих ценных качеств, что у него сохранились. Он лучше не будет делать ничего, станет предаваться праздному веселью и радовать тех, кто в данный момент отдыхает. Своим приятным обществом он выслуживает уважение и любовь. Если для деятельности такого рода не требовалось бы денег, то все большее число людей в качестве основной деятельности предпочитало бы праздное безделье.

Неприязнь к труду заставляет их выискивать легкие источники доходов. Кто ищет, тот в итоге находит. Однако позже выясняется, что легкое является как раз трудным. К счастью, всегда сохраняются те, кто желает продвинуться в жизни честным трудом и кто испытывает в этом потребность. Хорошо, если они при этом были бы довольны собой и трудились не только ради денег.

Ничегонеделание - одно из утомительнейших занятий на свете, так как оно не приносит самоудовлетворения.

Наверняка Вам доводилось бывать в ситуации, когда к концу длиннющего, изматывающего рабочего дня Вы едва стояли на ногах, а тут являлся некто, бывший баклуши, и начинал жаловаться на страшную усталость. Вас молнией пронзала злость, поскольку Вы не понимали, что он действительно устал, потому что **ничегонеделание вызывает чувство вины**. Ощущение усталости и выражает чувство вины. Ощущение сильной усталости выражает чувство большой вины. Кто к концу рабочего дня испытывает смертельную усталость и считает ее следствием работы, тот заблуждается. Усталость есть следствие выполнения постылой работы. Если Вы сами устали от ничегонеделания, то навлекаете на себя злобу другого. Причем в том и другом случае вы оба правы. Если Вы постараетесь понять другого, то поймете причину. У одного усталость вызвана навязанной ему работой, у другого она вызвана навязанным бездельем. Ни один из вас не умеет оставаться самим собой. Оба вы стоите друг друга.

В большинстве случаев это не осознается даже сторонним наблюдателем, поскольку его недовольство не дремлет. Занимая сторону того, кто в данный момент близок ему по духу, посторонний лишь подливает масло в огонь. Любое выражение негодования усиливает недовольство, которое в итоге уже выплескивается через край. Возникают ссоры. Независимо от пола человек, ведущий нескончаемые словесные баталии, может своими обвинениями загнать в гроб членов семьи или знакомых, которые и так винят себя, и даже в могиле не оставлять их в покое. Уж у него-то вкус к жизни не пропадает и сердце ничуть не болит. Почему? Ведь он делает столько зла! Да, делает, но в данном случае куда меньше, чем сдержанный человек своей сдержанностью. Кто в зле, творимом крикуном, видит лишь зло и не

извлекает из него ничего поучительного для себя, тому суждено страдать. То, что крикун возвращает свою кармическую вину, - это его проблема, но то, что Вы позволяете ему досаждать Вам, - это уже Ваша проблема. А кто понимает, что *мудрость глупого* крикуна призывает слушателя заняться исправлением умонастроения, тот находит, за что крикуна благодарить.

Крикун - человек примитивный, не умеющий обучаться по-умному. Потому он навлекает на себя **малый кармический долг**, который потихоньку сжигается в страданиях либо наращивается и искупается в больших страданиях на закате жизни, а может, даже и в следующей жизни. Выходящая наружу жестокость будет причинять ему всевозможные боли. Чем больше он сует повсюду свой нос, тем больше у него болят не переставая все части тела. От макушки до кончиков пальцев ног.

Если **интеллигентный человек** не ищет правды, а постоянно занимается злобной критикой, то он навлекает на себя **великую кармическую вину**. Бог дал ему возможность стать умным, но также вменил ему в обязанность жить по-людски рассудительно и двигать жизнь вперед. У интеллигентного человека болевой синдром, соответственно, больше, а значит, больше и кармический долг.

Итак, если примитивный человек и человек интеллигентный совершают одну и ту же ошибку, то интеллигенту выпадает испытание посуровее, поскольку на него возложена обязанность жить по-умному. Если ошибка незначительна, то страдает сам человек. Если ошибка очень велика, то страдают также и внуки. Чем дольше ошибка остается неисправленной, тем больше она возрастает, потому внукам может выпасть очень трудное испытание. Уж так устроена жизнь, что каждое последующее поколение превосходит предыдущее как в своем хорошем, так и в своих огрехах. А поскольку каждый усваивает прежде всего уроки собственной жизни, которые ему помогают выучить родители либо дети, то не имеет смысла кого-либо винить.

Пример из жизни.

Женщина лет 50-ти неожиданно заболевает раком **шейки матки**. К своему здоровью она всегда относилась с вниманием. На всякий случай раз в год проходила онкологический осмотр. Последний раз - менее года тому назад, при этом были сделаны все анализы по современной высококачественной методике. Все было в порядке.

Пару месяцев назад она обнаружила нехорошие выделения из влагалища. Первой мыслью, пришедшей ей в голову, было, естественно, - муж поблудил на стороне. Затем - что муж не заботится о личной гигиене, не подмывается. Какие еще мысли могут посетить женщину в такой ситуации? Примесь крови в выделениях заставила обратиться к врачу. На шейке матки был обнаружен большой, видимый глазу кратер, возникший в результате отторжения отмерших тканей. Диагноз был однозначен.

Женщина спросила: *"Что я сделала неправильно?"* Я сказала: *"Я отвечу теми*

словами, которые произносит Ваш рак". Рак говорит: "Дорогая женщина! Вместо того, чтобы заниматься с мужем сексом, ты с удовольствием расцарапала бы ему лицо. По-твоему, он недостойн такой чести - вон сколько работ им недоделано. С какой стати тратить силы еще и на секс. Ты не понимаешь, что работы никогда не кончаются и что секс не отнимает силы у нормального мужчины, а, наоборот, придает. Если недоделанные работы завершились бы, то прекратилась бы жизнь. Твой муж - усердный работяга, который всей душой стремился обеспечить семье благополучие. Ты же без конца на него кричишь. Ты не выносишь того, что он иной раз ищет разрядку в алкоголе. Ты такая же работяга, как и он. У вас имеется все необходимое. И даже более того. А тебе подавай еще и еще. Муж с тобой согласен, но его силы на исходе. И тогда он приходит почерпнуть их в тебе - женщине. Женщине желанной и любимой. Он не говорит тебе красивых слов. Он тебя боится. Ему нужна любовь женщины, чтобы жить. Разве он просит многого?"

Все, что было между вами неладного по жизни, ты оценивала настолько неверно, что я был вынужден явиться тебя вразумить. Кто болеет, тот совершил ошибку. Исправь свою ошибку!"

Эта женщина осознала свою ошибку. Болезнь научила ее увидеть мужа иными глазами, как человека, живущего в тени жены, который не осмеливается докучать ей домогательствами физической близости. Свою печаль он время от времени топил в вине. Женщине же казалось, что ее не любят, раз ее замечания игнорируются, а желания не выполняются. Поскольку ее образ мыслей был слишком материальным, то любовь она автоматически отождествляла с сексом. А секс, в свою очередь, - с работой, с результатами работы. Отсюда возникло и разочарование в половой жизни. Разочарование настолько сильное, что гложет женщину изнутри, как и болезнь, что выела дыру в шейке матки. Женщина призналась, что лишь теперь поняла, насколько безграничны желания у глупой женщины. Что она искала счастья в вещах. У нее множество прекрасных вещей, хоть на выставку выставляй, но среди них нет счастья. Пока она крутилась вихрем и радовалась, все как будто было хорошо, но как только между делами возникала пауза, ее охватывало неудовлетворение. За последние годы накопилась злоба, связанная с денежными делами. Она поняла, что постоянно пробегала мимо счастья - своего мужа.

Рак шейки матки встречается все чаще, ибо возрастает превратное отношение женщин к сексу. Ладно бы они преспокойно отказались от секса и жили бы себе радостно дальше. Но нет. Женщина, испытывающая сексуальную неудовлетворенность, становится нервной, истеричной, сердитой, злой и наконец озлобленной. От жалости к себе она впадает в ярость. Желание быть хорошим человеком и не высказывать свою постыдную проблему вынуждает сдерживать кипящую внутри злость. И хорошая женщина ни в коей мере не догадывается, что возвращает в себе рак. И когда он возникает, то возвращает его еще больше.

Гинекологический осмотр способен выявить многие раковые заболевания на ранней стадии. Врачи способны вылечить рак на ранней стадии, однако большая часть женщин не посещает гинеколога. У каждой имеются на то свои причины. Многие до смерти боятся врачей, ибо опыт прошлого остается ими неосмысленным. Многие боятся больницы и болезни. Испуганная женщина не думает о том, что, затягивая с посещением врача, она способствует развитию болезни. И вместе с тем все прекрасно знают, что легче вылечить малый недуг, тогда как тяжелый недуг вылечить не всегда возможно. Нежелание открыть интимные части своего тела чужому взору перевешивает страх смерти. Женщина, заиклившаяся на своей порядочности, при слове "секс" отмахивается со снисходительной улыбкой: *"Для меня это не проблема"*.

Частая смена сексуальных партнеров, именуемая поисками счастья, также является выражением сексуальной неудовлетворенности, т. е. недовольства.

Двухнедельное исправление этой женщиной своего умонастроения очистило у нее раковый очаг в такой степени, что я смело направила ее на операцию. Послеоперационное выздоровление прошло хорошо и быстро.

Почему она решилась на операцию, если ее дела шли на поправку? Почему бы не ограничиться лечением мыслями?

Эта женщина - *максималистка*. Она хотела иметь все сразу и как положено. Она ощущала, что не сможет изменить свой властный характер так быстро, как надо бы. А рак развивается с той скоростью, с какой человек спешит. Эта женщина доверяла медицине и не винила врачей за то, что они проморгали болезнь. Она осознала свои ошибки. Она понимала, что операция поможет ей выкарабкаться из пропасти и что дальнейшее исправление умонастроения позволит ей продолжить жизненный путь так, чтобы избежать падения в пропасть. Для нее это было наилучшим сочетанием, и она ее выбрала по своей доброй воле.

Обратись она ко мне, когда медицина признала бы себя бессильной, она сумела бы сама выбраться из этой трясины. Силы воли у нее хватило бы. Но в любой ситуации следует выбирать наиболее оптимальный для этой ситуации выход. Мы пока еще в достаточной степени материалисты, и поэтому нашему физическому телу требуется медицинская помощь.

Комплексное лечение предполагает многосторонний взгляд на болезнь в разных ракурсах и оптимальное последовательное использование всех возможностей. Свободный выбор обеспечивает веру больного в лечение и, благодаря вере, благоприятный результат. Тогда врачи могут сделать все возможное. Кто ни во что не верит, тот вынужден страдать.

В третьей моей книге на стр. 188 шла речь о половых органах и их заболеваниях.

Матка есть орган материнства. Материнство является единством, которое состоит как из хорошего, так и плохого. Мать, радуясь своим детям, выпускает свою радость на волю. Скрытая сторона радости - печаль - при этом не может возрасти, и если мать выплакивает свою печаль, возникшую по поводу детей, то печаль покидает ее и не наносит ей больше вреда. Если женщина не может быть такой матерью, какой ей хотелось бы, то ее материнство со всем его хорошим и плохим остается в матке. Она не сознает того, что сдерживается из страха. Сдерживаемое материнство материализуется в болезнь. Чем больше сдержанность, тем сильнее уплотнение тканей при болезни.

"Сдерживаемое материнство" звучит как-то странно. Так думать не принято. Приведу один пример: мать хочет быть для своих детей лучшей матерью на свете. Это значит, что она желала бы дать своим детям все, о чем они мечтают. Будучи типичным испуганным человеком, она не считает самым ценным даром любовь. Денег у нее маловато, и потому ее гложет чувство вины. Чего бы она только ни дала своим детям! Почему другие матери это могут, а она не может!

Страх нынешних матерей оказаться плохой обычно выражается в том, что они сгребли бы все блага мира для своих детей. Матери не сознают, что ребенок приходит самостоятельно выучить уроки своей жизни и что хорошее - это то, что человек сам обращает из плохого в хорошее. Либо берется за несделанные дела - плохое - и, переделав их, обретает хорошее. Если ребенку все преподносится на блюдечке, то он не станет прикладывать усилий для того, чтобы всего этого добиться.

Движение есть жизнь. Ленивый человек ленив не потому, что ничего не желает делать, а потому, что не желает делать *именно таким образом*. Он хотел бы делать так, как ему нравится, а, оказывается, все уже сделано. Если ребенок вынужден жить по хорошо продуманным родительским планам, то у него даже возникает лень мысли. Это - протест против подобной жизни.

Случись такая внешне идеальная ситуация, что родители получили бы неограниченную сумму денег и обеспечили бы ребенку жизнь вплоть до самых мелочей да так, что ему никогда не пришлось бы беспокоиться по какому бы то ни было поводу, то данный ребенок вскоре умер бы. При условии беспрекословного послушания родителей. К счастью, такая возможность носит лишь теоретический характер. Это значит, что если ребенок не испытывает материальных лишений, то у него, соответственно, возрастают душевные муки. Они могут перейти критическую черту, и тогда ребенок принимается ломать и крушить родительские дары, чтобы самому начать строить свою жизнь. Родительское состояние для него - тюрьма.

Давайте не будем сейчас касаться того, что вседозволенность плохо влияет на ребенка. Рассмотрим лишь личные стрессы такой матери. Эта мать

обозляется на жизнь, которая не дает ей быть хорошей матерью. Начинает ли она проклинать государство или правительство, но так или иначе очередь доходит до обвинения мужа. Озлобленная от страхов женщина не может любить своего испуганного мужа без условий. Она искупила бы соответствующее чувство вины образцовым исполнением роли матери, но это, увы, ей не под силу. Ее печаль постепенно перерастает в агрессивную злобу против мужа, который требует своей доли внимания и потому не позволяет женщине быть достаточно хорошей матерью. Возникает резко отрицательное отношение к житейским трудностям, которые усложняют жизнь детям. На поверхность всплывает прошлое вместе с подавляемым протестом против материнской сверхтребовательности. Все это вызывает печаль, ограничивая и без того немногочисленные возможности дочери.

Праведный гнев против виновных, которые мешают женщине быть хорошей матерью, выплескивается когда-нибудь **в виде кровотечения матки**. Какая бы за этим ни стояла болезнь матки, кровотечение указывает на то, что *возмездие началось*. Когда человек упорствует в своей правоте, истина отступает.

Повседневная жизнь служит благодатнейшей почвой для возникновения **воинственных мыслей, связанных с материнством**. Желание быть интеллигентной заставляет женщину сдерживать себя, и у данной матери скрытая в глубине таза матка может походить на боевую дубинку, являясь зеркальным отражением душевной жизни данной матери. Если матка удаляется хирургическим путем, то необходимо, чтобы женщина непременно занялась исправлением умонастроения, поскольку в противном случае вызвавшая **миому** злоба будет искать для себя новое место. В теле нет иного органа, способного столь значительно растягиваться, а значит, способного вмещать столько стрессов. Поэтому от женщины с удаленной маткой и нельзя ожидать долготерпения и гибкости. Надлом происходит быстро.

Мать, которая невозмутимо осознает, что всего, что радует глаз, все равно не займет, формирует аналогичное отношение у детей, поскольку мать является душой ребенка. Такие дети умеют радоваться малому и находить счастье в творении своих рук. Они ощущают всем своим существом, что того, чего не могут дать им родители, они добьются когда-нибудь сами. Из таких детей вырастают прежде всего дающие, а уж затем - берущие.

О каких ошибках мышления свидетельствуют **заболевания шейки матки**?

Шейка матки подобна обычной шее, которая держит голову и поворачивает ее в правильную сторону. С той лишь разницей, что шейка матки является *шеей материнства*, которая выявляет проблемы женщины как матери. Без мужчины женщина не может стать матерью. Шейка матки подобна матери, которая должна поддерживать мужа и направлять в нужную сторону. Если мать не умеет любить мужа, то она не способна также направлять его в нужную сторону, и тогда у ее дочери развивается болезнь матки в соответствии со своеобразием взаимоотношений между матерью и отцом,

включая также их сексуальные взаимоотношения. Это происходит, если дочь перенимает и усугубляет ошибки матери.

Болезни *шей* возникают от неумения любить безусловно и от нежелания любить безусловно. Последнее, в свою очередь, есть недовольство.

Заболевания шейки матки вызываются неудовлетворенностью сексуальной жизнью, т. е. неумением любить сексуально без выдвигаемых условий. Любовь и секс - две стороны единого целого, подобно тому, как начало и конец составляют два полюса единого целого. Кто начинает с любви, тот заканчивает будучи счастливым. Неумение это осознать и использовать для удовлетворения своих потребностей ставит половую жизнь в зависимость от жизни экономической. Попросту говоря - секс расценивается как вознаграждение за хорошую работу, и отказ от секса является наказанием за неделанную работу и за недобытые деньги. **Секс оказывается подчиненным результатам труда и тому, насколько партнер отвечает требованиям, предъявляемым к хорошему человеку.**

Поскольку недовольный человек никогда не бывает удовлетворен работой другого человека, то он скупится и на вознаграждение. В результате возникает обоюдная половая неудовлетворенность, и виновным, естественно, считается партнер. В итоге начинаются поиски нового, лучшего партнера и так до тех пор, пока не наступит пресыщение. Пресыщение есть желание вернуть старые добрые времена. Но, увы, время вспять не повернешь.

О чем говорит **патология шейки матки?**

В символическом плане наружная часть шейки матки соотносится с **душевым поцелуем на сексуальном уровне.**

Изъязвление шейки матки является обычным женским недомоганием. Существуют даже так называемые **врожденные язвы**, причиной которых, с точки зрения медицины, служит гормональная недостаточность у девушек, из-за чего ткани шейки матки не развиваются должным образом. Это означает, что девушка не имеет представления о женской жизни, у которой есть свои неизбежные стороны. Осознанная необходимость являет собой свободу.

Бывают и приобретенные язвы шейки матки, возникающие в результате аборт и родов. Воспаление влагалища, глубоко повреждающее ткани, может оставить псевдоэрозию.

Врожденная язва на умозрительном уровне означает, что мать девушки, будучи охваченная страхом, неспособна дать через поцелуй мужу душевную любовь. Она боится, стыдится, считает свою страсть аномалией и в результате ощущает неудовлетворенность. В женской неудовлетворенности, как правило, винят мужчину. Женщина обычно остерегается высказывать мужу упреки, а потому его мнение остается при нем, и у обоих мысли движутся не в сторону улучшения положения, а, наоборот, - в сторону ухудшения. Чем сильнее страх, тем сильнее чувство стыда и тем больше кроющаяся за ними злоба печали, с подавлением которой возрастает протест

против мужа. Естественным продолжением протеста является *желание отомстить непонятливому мужу, обрекающему жену на несчастье, иначе говоря, желание нанести рану душе мужа*. Женщина пытается добиться, чтобы муж догадался о ее бессловесной просьбе, чтобы спросил, чего она желает, и чтобы поклялся в вечной любви. Но мужчина не понимает немую женскую речь. Скрытая злоба женщины, она же незаживающая душевная рана, материализуется на физическом уровне в язве, которая расположена в хорошо *скрытом*, укромном месте.

Дочь видит трудную жизнь матери. Если дочь, вторя матери, винит в этом отца, то у нее прекращается развитие шейки матки, словно говоря, что у этой девушки уже сформировано враждебное отношение к мужскому полу. Если у матери такое отношение формировалось, возможно, в течение жизни, то дочь унаследовала его от матери. Тем сложнее будут развиваться отношения дочери с мужчинами. Если такая девушка по уши влюбится в очень юном возрасте и если эта прекрасная пора продлится долго без половой связи, то язва шейки матки может исчезнуть, поскольку отношение к мужскому полу у девушки исправляется. А так как девственницу обычно не осматривают при помощи зеркал глубинного проникновения, то излечение остается незамеченным. А раз так - значит, его и не было.

Я употребила расхожее выражение "девственница". Если бы трансформация девушки в женщину - трансформация душевная и умственная - достигалась благодаря обучению, основанному на всеохватывающем проникновении в суть явлений, то мужчина не оказывался бы виноватым в том, что он сделал девушку женщиной. И девушка не несла бы вины за то, что позволила мужчине сделать ее женщиной. Для испуганного человечества секс является тем корнем зла, который делает мужчин и женщин грешниками, хоть люди и ищут в сексе свое счастье.

Бог снабдил человека половыми органами и освятил половой акт как таинство продолжения жизни, следовательно, нормальная половая жизнь не есть нечто плохое и постыдное. Плохое - это неумеренность, излишества. Кто имел счастье наблюдать за естественной непотревоженной любовной игрой диких животных, тот знает, что такое торжество единения и ответственность за него. Животное зачинает потомство и заботится о нем, куда оно не станет способным к самостоятельной жизни. Животные-родители не принуждают детенышей вести себя по родительской указке, ибо те были заблаговременно всему обучены. Впереди у каждого своя дорога и своя ответственность. Чувство вины их не гложет.

У самки и самца разные задачи. Чем животное более высокоразвито, тем с большей ответственностью самец исполняет свою роль. А что говорят об отцовстве люди? Они говорят, что отцовство - социальное явление. Как может из маленького мальчика вырасти хороший отец, если его отца считают всего лишь явлением? Все равно что пустым местом. И только его семя, пустившее росток, свидетельствует о его собственном существовании. Подобная точка зрения, сформулированная на высоком научном уровне, истребила бы

отцовство, если бы с ней были согласны мужчины. К счастью, они не согласны. А семья мужчины - и счастье его и несчастье.

Испуганные мужчины ощущают себя оскорбленными как отцы. Оскорбленный человек может выплеснуть обиду наружу либо замкнуться в себе, но ясно одно: тем хорошим, чем он был готов делиться до оскорбления, он уже делиться не будет. Мужская беспомощность перед уничижительным отношением женщин к мужскому полу вызывает заболевание предстательной железы. **Предстательная железа у мужчины соответствует матке у женщины. Предстательная железа является органом отцовства.** Мужчина, которому не дают отдать все самое лучшее, что в нем есть, начинает жалеть себя из-за собственной беспомощности, и у него образуется **опухоль предстательной железы.**

Мужчины желают наставлять, и у них есть что сказать детям - своим и чужим. Приобретение знаний о материальной стороне жизни облегчило бы жизнь каждому человеку. Однако у матерей настолько велик собственнический инстинкт по отношению к своим детям, что они прячут детей за спиной и считают, что делают им добро. Мать, которая желает быть для своего ребенка лучшей матерью на свете, уже одним своим желанием возводит барьер между отцом и ребенком. Такая женщина не замечает мужа, ибо она видит и слышит только детей.

Мать, подчеркивающая свои положительные качества в коротеньких репликах и делающая это систематически, внедряет в сознание ребенка представление, что мать - хорошая, а отец - плохой, и ребенок начинает отца бояться. На отцовское слово ребенок бежит поплакаться матери, и та делает вывод, будто отец ударил ребенка. Страх перед отцом может быть столь велик, что на вопрос матери: "*Он тебя побил?*" ребенок отвечает утвердительно, только чтобы его не отослали к отцу. На деле же мать вкладывает готовый ответ в детские уста. У обоих отношение к отцу все ухудшается, и мужчине уже нет смысла сохранять рассудительность. Ребенок, который явился на свет обратить родительскую жизнь во благо, становится разлучником родителей.

Опухоль предстательной железы говорит о безутешной печали мужчины из-за неспособности быть хорошим отцом. Если такой мужчина пытается оправдать нервозность жены и ребенка несовершенством государственной власти либо иным отрицательным внешним фактором, то он в сердцах желает, чтобы этот фактор сгинул, и не понимает, почему именно ему выпала доля сгинуть от рака простаты. Также и злоба на функции своего тела, причиняющие боль любимой жене, скапливается в предстательной железе.

Число женщин, которые не упрекают мужа из-за аборта, очень невелико. Если же упреки сопровождаются желанием отомстить, то шейка матки повреждается и сама собой не излечится. Но если женщина смягчается и перестает наказывать в сексуальном отношении себя и мужа, то разрыв шейки матки вылечивается.

То же относится и к **родовым микро- и макроразрывам**. У женщины, испытывающей судорожный страх, шейка матки может словно одеревенеть, становится нерастяжимой. Влагалище и промежность - то же самое. Жалость к себе выливается в злобу на себя и всех сопричастных. А уж на мужа непременно. Чем сильнее страх, тем сильнее злоба и тем больше разрыв.

Как следствие аборта или родов в дальнейшем происходит охлаждение отношений. Женщина уклоняется от секса, что воспринимается мужем как половая месть. Жена ощущает, что муж ее не любит, а отдаться без любви она не может. Оба умерщвляют свою любовь, поскольку ни один из них не умеет исправлять свои ошибки. Жена не понимает мужа, муж не понимает жену, а позже возникает уже и нежелание понимать. Оба ожидают, что ситуация выправится сама собой. Нередки случаи, когда молодая супружеская чета месяцами или годами живет без секса, словно испытывая друг друга на выносливость.

Молчаливая месть - очень болезненная месть. Виновного нет, но виновный должен быть. Поскольку у мужчины половая функция нарушается раньше, то страх вынуждает его искать выход. Кто находит новых партнерш, кто бросается в увеселения. Многие в своей безутешности хватаются за бутылку. Многие уходят с головой в работу и ничего больше вокруг не видят. Они стараются выслужить любовь семьи хотя бы хорошим заработком и трудовыми успехами. Но, возможно, они стараются слишком рьяно, если в результате переманивают детей от матери, к примеру, деньгами. Прекрасные посулы оборачиваются неприглядной местью женщине, причинившей боль. Страдания ребенка выявляются позже, возможно, лишь тогда, когда он сам начинает мстить родителям. Родителям, в душе которых живет желание отомстить другому, суждено немало натерпеться в жизни также и от собственных детей.

Я упомянула *язву, возникшую вследствие воспаления влагалища*. Воспаление - это злоба униженного. В настоящее время люди не знают меры ни в чем. Ни в сексе, ни в истолковании его последствий. В итоге в женщинах поселяется панический страх перед венерическими заболеваниями. У молодых и менее опытных женщин складывается впечатление, будто все мужчины заразны и стремятся заразить женщин. Женщин это унижает. Напомню, что сколь велик страх, столь велика таящаяся в его тени злоба. Страх притягивает то, чего человек боится, и злоба материализуется в болезнь. Тогда женщина имеет полное основание сказать, что чувство ее не обманывало.

Наибольший страх вызывается житейской наивностью, полным невежеством в житейских делах, оторванностью от жизни. На его крючок попадают как девушки, так и юноши, не получившие в семье знаний о сексе.

Но отчего возникают **гинекологические воспаления** у юных невинных **девушек** и у давно позабывших про секс **бабуль**? Запомните, что своим пренебрежительным отношением к мужскому полу и к половой жизни женщина превращает микробы, мирно обитающие в ее теле, в патогенные,

болезнетворные. Женщина, в душе у которой любовь, притягивает к себе здорового мужчину. А женщина, в душе у которой страх *меня не любят*, своим страстным желанием быть любимой притягивает к себе мужчину, являющегося носителем инфекционных микробов. Мужчина может и не знать об этом, поскольку болезнь в нем не проявляется и, возможно, никогда не проявится, так как он не делает больших проблем из-за мелочей. Может статься, что этот мужчина занимается сексом одновременно с несколькими женщинами. Одна заболевает, другая - нет. Мы можем считать такого мужчину легкомысленным и бессердечным, но думающий таким образом лишь ухудшает свое положение. Жалость к себе никогда не приводит ни к чему хорошему.

Наиболее тяжелые последствия влечет за собой **жалость к себе рожавшей женщины**. От этого у роженицы **ослабевают схватки**. Мне довелось в течение 20 лет сопереживать роженицам со слабыми схватками, и всякий раз, когда они начинали проклинать свою женскую долю, у меня возникало предчувствие дурного. Я всегда старалась поднять их настроение и убедить их в обратном. Хоть у меня и неплохой дар убеждения, но удавалось это не всегда. Теперь я знаю, что роженице нужно говорить так: *"Освободи свою жалость к себе, она сейчас наносит наибольший вред тебе и твоему ребенку! Попроси у ребенка прощения за свою ошибку"*. Я это делала и видела, что рассудительная женщина реагирует практически мгновенно. Спустя пару минут возобновляются активные схватки, и ребенок тоже освобождается от стресса. Такой ребенок рождается как положено: вдобавок к обычным признакам здорового ребенка он сразу держит голову и фиксирует взгляд.

Отношение к жизни определяет нашу жизнь и здоровье. Недовольство идет на убыль, когда возникает желание понять хорошее и плохое в жизни.

Таким образом, **недовольство истребляет нормальное отношение к жизни**.

- **Чем хуже отношение к экономической стороне жизни, тем тяжелее недуги нижней части тела.**
- **Чем хуже отношение к эмоциональной душевной жизни, тем болезненнее сердце.**
- **Чем хуже отношение к духовности и разуму, тем сильнее поражается мозг.**

*Недовольство всегда оборачивается обвинением. Обвинение имеет бесконечное множество оттенков. Например, **упрямое, неуступчивое осуждение; оценивание - презрительное, пренебрежительное, придирчивое, злобное, мстительное, недоброжелательное, провокационное, критическое; сопоставление - сатирическое, ироническое, насмешливое, фарсовое, высмеивающее;***

пренебрежение - унижительное, разящее, уничтожающее. И т. д. Отношение выражается оглушительным криком вплоть до незаметного молчания.

В ком есть чувство вины и кто из страха оказаться виноватым вбирает в себя чувство вины, тот в некий критический момент становится обвинителем.

Женщины принимаются обвинять в первую очередь других.

Мужчины принимаются обвинять в первую очередь самих себя.

Впоследствии роли меняются.

Когда человек обвиняет другого, т. е. *когда он выплескивает свою злобу, то ему на некоторое время становится легче.* Ведь тот виноват. В момент обвинения воинственное торжество победителя не позволяет разглядеть истину. Через некоторое время человек вновь ощущает на сердце груз, но уже потяжелее. Себя же причастным не считает, поскольку не сознает, что все содеянное другому возмещается человеку вдвойне. Как скоро это произойдет, т. е. как скоро человек почувствует это на себе, зависит от его активности. Кто спасается от подаваемых душой знаков бегством в срочные дела, тот может и не заметить существенного изменения, поскольку, продолжая обвинять других, он регулярно сбрасывает с себя напряжение. Сам он - как белка в колесе, а другие - как козлы отпущения, что сами на него нарываюся. Особенно несладко приходится его детям, потому что дети лишены права голоса. Иной человек впервые начинает задумываться лишь тогда, когда тот, кого он обвинял, сходит в могилу.

Итак, радость обвинения заключается в том, что человеку удастся опорожнить на другого ведро с собственными душевными помоями. Обратная сторона радости - печаль, поэтому за подобной низменной радостью следует печаль.

Можно обвинить человека в глаза, а можно и за глаза. Чем сильнее страх *меня не любят*, тем активнее обвинитель настаивает на своей правоте и тем больше занимается очернительством. Он надеется, что противник ни о чем не узнает, так как ему хочется, чтобы тот не узнал и не стал бы плохо к нему относиться. Сомнение в своей правоте вселяет в "праведника" неуверенность, и чем больше неуверенность, тем воинственнее он отстаивает свои права. Чем умнее "праведник", тем быстрее можно убедить его в его неправоте, если это делает смелый человек, который выдвигает логические либо рациональные материальные аргументы.

Иной умный человек моментально отказывается от своих слов, когда слышит возражения. Возможно, Вам доводилось присутствовать при том, как любящий поразглагольствовать человек, считающий себя всезнайкой, с молниеносной быстротой изменяет свою точку зрения, если встречает решительный отпор.

Он тут же подхватывает чужое мнение и продолжает разговор в ключе собеседника. Со стороны видно, что свою позицию он изменил не из уступчивости рассудительного человека, а из страха лишиться возможности порассуждать. Можно удивляться такому наивному бесстыдству, но он всегда бывает прав. Сам он этого не осознает. Желая оставаться человеком интеллигентным и потому избегая конфликта, собеседник не говорит: *"Послушайте, только что Вы утверждали обратное, а теперь преподносите мне мое же мнение как свое"*. Будь собеседник посмелее и выскажи бы все, что думает, то "хамелеон", возможно, со временем испытал бы искреннюю признательность за эти поучительные слова. Поначалу же отпор воспринимается как нарушение этикета. Такие люди стараются втесаться в компанию более умных собеседников и становятся их подпевалами. Краснобайство ради краснобайства подобно неприятному звуку, издаваемому пустой бочкой, у которого отсутствует своя точка зрения и убеждение.

Сами такие люди этого не сознают и покуда возвращаются среди интеллигентных людей, ходят по замкнутому кругу и не развиваются дальше. Но если среди интеллигентов находится человек, который ценит истину выше своей репутации и зычно ставит краснобаю на место, то последний может обрести себя на своей жизненной тропе и зашагать дальше.

Правдолюбы бывают очень разные. Например, Вы встречаетесь с человеком впервые, и он говорит: *"Я Вас знаю"*. Это не означает, что Вы - знаменитость, но он вежливо говорит, что наслышан о Вас. И тут же лезет со своим мнением: *"Извините, но я с Вами не согласен"*. Я сама бывала в таких ситуациях, но чаще оказывалась в роли свидетеля, не имея возможности вмешаться - в споре двоих третий лишний. Правдолюбам я всегда говорю: *"Милый человек! Это из Вас выплескивается через край недовольство. Не зная практически ничего о другом человеке, Вы берете на себя право утверждать, что тот неправ. Освободите свое недовольство, и Вы поймете, что в данном случае правда была на его стороне, однако Ваше диссидентство не позволяет этого признать. Но об истине вы оба в этот момент умолчали. Каждый уперся в свою правду. Вместо того, чтобы завести не обязывающую ни к чему беседу и узнать друг друга поближе, возможно, и подружиться. Вы врываетесь, точно обыкновенный хулиган, и ради установления знакомства ударом сворачиваете человеку нос. Вы вели себя, как духовный хулиган, который уже не получит того, чего хотел и за чем погнался. Человек закрыл перед Вами дверь на замок. Теперь-то Вы вправе сказать и объявить во всеуслышанье, что он - плохой человек. Вы сделали из мухи слона - из маленького факта поспешили сделать глобальный вывод. Вы сделали плохо ему, правда, самую малость, но хуже всего сделали себе. Это означает, что ему ведомо нечто такое, ради чего Ваша душа подтолкнула Вас к нему, однако Вы так и не узнали"*.

Отношение к миру отражает индивидуальную способность каждого человека понять жизнь. Понимает тот, кто понимает себя. К сожалению, человек видит лишь других. Видеть других куда легче, чем глядеть на себя. Вместо того, чтобы остановиться, поглядеть на себя и себя узнать, человек начинает себя обвинять. Особенно хорошо это удается мужчинам. Редко кто костерит себя на словах, гораздо чаще брань адресуется другим. И никто не задумывается о

том, что он в данный момент ругает себя за свою *несостоятельность и портит свою лимфу*. Более всего мужчин, которые бранят себя в мыслях, нежели в словах. Неудовлетворенное самобичевание быстрее всего находит мишень и начинает свою разрушительную работу. Результатом является болезнь или же несчастный случай по собственной либо чужой вине. Тяжесть болезни еще более подрывает самооценку мужчины. Что за мужик я буду после такой болезни - обычно думает человек, тем самым тормозя либо обрывая процесс выздоровления. Подобная мысль может оказаться роковой. Вера в хорошее придает волю к жизни - силу, которая вывозит из наихудшей ситуации.

Если человек недоволен собой, то и другие им недовольны. Веру в себя не возродят ни убеждения, ни похвалы, ни порицания. Иными словами, силой веру в себя не возродить. Это должно быть внутренней *потребностью*. Если что и способно вывести человека из кризисного состояния безысходности, так это тяжелая болезнь, оправившись от которой, человек ощущает себя заново рожденным. Зачастую еще до болезни от человека отворачивается семья. Сторонние наблюдатели видят внешнюю сторону дела и обвиняют семью в бессердечности. На деле же человек взрастил в своей душе такую массу недовольства, что излучает его на других, чей инстинкт самосохранения говорит им: спасайся, пока не поздно!

Тяжелый недуг *вынуждает* отстранившихся явиться на помощь, но делается это через силу - страх снова обжечься вершит свою работу. Все эти энергии суммируются, и состояние человека не только не улучшается, а ухудшается. Врачи оказываются беспомощными и винят ограниченность возможностей. Родственники и знакомые винят врачей. В действительности же болезнь обострилась от того, что больной винит себя теперь также и в том, что другие должны о нем беспокоиться, тратить время и деньги и т. д. У него пропадает воля к жизни - чувство вины лежит на душе тяжким бременем. Самобичевание и жалость к себе подтачивает сердце, кровоснабжение ухудшается, и болезнь усугубляется.

Если Вы хорошо знакомы с больным и Вам известно, что тот не переносит излишней заботливости, то примите это во внимание также на период его болезни. *Протест против заботливости возник у него от страха меня не станут любить, если я не улучшу жизнь другим*. Освободите в себе тот же страх, и Ваша заботливость перестанет отягощать больного. Сами же Вы ощутите, что Вам уже не нужно принуждать себя проявлять заботливость. Больной начинает поправляться.

Знайте, что ему не хватает любви. Молча направьте поток любви из своего сердца в сердце больного. Представьте себе золотую трубу, по которой Ваша любовь течет к нему. Поверьте - она дойдет до него и сотворит чудо! Главное - не опоздать. Когда выправятся чувства, восстановится воля к жизни. Попросите у него в душе прощения за то, что не умели всего этого раньше. Простите себя за неумение. Попросите прощения у своего тела за то, что нанесли своим неумением вред также и ему, ибо кто не умеет оказывать помощь страждущему без его на то согласия, тот страдает от скопившейся у него внутри излишков любви. Из-за этого чувство вины перерастает в самобичевание, в результате чего Вы заболеваете сами. Поэтому больные

частенько рассказывают о том, что, мол, когда я лежал(а) в одной больнице, супруг(а) попал(а) с инфарктом в другую.

Все физические болезни происходят от преувеличения значения материальной, экономической стороны жизни. Мужчине по жизни отведена роль созидателя материальной стороны жизни. Поэтому самобичевание особенно губительно влияет на мужчину. Обвинение себя в мелочах приводит к незначительным хворям. А обвинение себя по принципиальным, т. е. значительным вопросам вызывает серьезные недуги. Например, если лежащий в больнице мужчина, которому болезнь предоставила прекрасную возможность осознать свою ошибку, начинает себя костерить из-за своей честности и ставит себе в пример людей нечестных, то болезнь полегче может осложниться. К числу наиболее характерных осложнений, представляющих опасность для жизни, относится **тромбоэмболия сердца, легких или мозга.**

О прямолинейности принципов, т. е. о честности свидетельствует прямой позвоночник.

Легковесность принципов выражается в ощущении легкости позвоночника.

Закройте глаза и сосредоточьте внимание на позвоночнике. Прочувствуйте, каков он - искривленный и тяжелый либо прямой и тяжелый. А может, искривленный и легкий? Что это значит? То, что Вы не делаете из нечестности проблему, поскольку видите за лживой болтовней то, что Вам надо.

Если мужчина постоянно взваливает на себя трудности во имя того, чтобы каждый день подтверждать свою мужественность, и ради душевного покоя играет роль буфера в конфликтных ситуациях, то в некий момент наступает предел выносливости. Позвоночник тяжело оседает либо искривляется. Находящийся в позвоночнике главный энергетический канал перекрывается, и возникает опасное для жизни состояние. С женщиной, которая взваливает на себя по какой бы то ни было причине материальную сторону жизни, может произойти та же история. Она не замечает того, что уподобляется мужчине, а если кто из мужчин ей на это указывает, то обида длится до конца жизни.

Если и в этом случае мужчина принципиально не считает себя мужчиной и предпочитает подобной жизни смерть, то очень скоро в позвоночнике может начаться разрушение костного вещества. Мужчина, который только начал выздоравливать, заставляет себя встать с постели, но, вопреки ожиданию, валится с ног и уходит в мир иной. Никому невдомек, что у человека настолько просели разреженные позвонки, в соответствии с его образом мышления, что произошло перекрытие главного энергетического канала.

Поэтому необходимо **растягивание позвоночника у тяжелых лежачих больных**, даже если они находятся без сознания. Если спокойно, с нарастающим напряжением тянуть больного за ноги и вытягивать его шею, обхватив нижнюю челюсть, то энергия приходит в движение, что, в свою очередь, способствует восстановлению крово- и лимфообращения. При этом важно, чтобы пятки находились на ровной твердой поверхности, поскольку в этом случае таз выровнен и выравниваются позвонки.

Положение таза можно проверить по выступам тазовых костей. Если они расположены симметрично по отношению друг к другу и горизонтально по отношению к пяткам, то телу легче находиться в прямом положении. Если человек спастичен, то важнее скорректировать положение таза, восстановить горизонтальность выступов тазовых костей. Пятки выравниваются потом сами. Низкая подушка для головы и маленький валик, поддерживающий и растягивающий шею, улучшают кровоснабжение головы. Если тело подается в направлении растяжения, то кто-нибудь должен его придержать. От этого эффект растяжения усиливается.

Наблюдение за симметрией скелета и устранение явлений асимметрии важно для каждого человека. **Симметрия означает, что человек уравновешен, а значит, здоров.**

Как добиться уравновешенности? Вы, наверное, скажете, что человек, уравновешенный душевно, уравновешен и физически. Так оно и есть. Однако уравновешенным считают себя также сдержанные люди, и, тем не менее, они больны. Болезнью тело указывает на то, что человек ошибается в самооценке. Поэтому **необходимо каждый день** обращать внимание на свое тело. Кто занимается активной тренировкой тела, не может не заметить сильной асимметрии. Сложнее обстоят дела с теми, кто не занимается утренней зарядкой, спортом и танцами. Проверять состояние тела можно по-разному.

Например, Вы идете по улице и вспоминаете, что предали тело забвению. Используйте ходьбу с пользой для себя и прочувствуйте, нет ли где напряжения или ощущения тяжести. *Сравните обе половины тела*. Делаете ли Вы левой ногой такой же шаг, что и правой? Какое ощущение в стопах? Опираетесь ли Вы равномерно на пятку и носок либо одному из них приходится выдерживать большее напряжение? Одинаково ли хороша обувь для обеих ног? Не вините обувь, она выражает особенности Ваших повседневных проблем. Продолжайте ходьбу и ощутите длину своих ног. Если Вы чувствуете, что одна нога как будто короче другой, то, значит, бедро опустилось вниз, и его нужно поднять. Напрягите *мысленно* мышцы так, чтобы бедро приподнялось, и проследите за изменением ощущений во всей ноге.

Опущенное левое бедро означает, что Вы с пренебрежением относитесь к

мужским экономическим проблемам. Правое бедро говорит о том же в отношении женщин. Поднимая бедро, Вы делаете добро себе. Подчеркиваю: представьте себе, что Вы мысленно поднимаете бедро так, что оно начинает подниматься. Лишь тогда Вы ощутите, что недомогания уменьшаются.

Продолжая ходьбу, займитесь *поднятием позвоночника*. Вытягивайтесь вверх, начиная от копчика и заканчивая затылком, и Вы почувствуете, что тело становится более легким, движения - более свободными. Вы вновь ощутите радость жизни.

Когда в ходе самоконтроля очередь доходит до плеч, и если сумка не мешает Вашим ощущениям, то, возможно, Вам станет не по себе. Может показаться, что одно плечо находится вровень с шеей, а другое резко опущено вниз. Вы понимаете, что такого быть не может, но чувствуете, что это так. Данное чувство говорит, что Ваша свертребовательность, с одной стороны, скована страхом корыстолюбия, а с другой - безнадежно провисает. Красивое натренированное тело, бросающееся в глаза, - явление нередкое, но у большинства таких людей отсутствует легкость. Налицо театральная демонстрация, но нет свободной легкости. Также редко встречаются расправленные плечи. Зато растет число людей со сверхнатренированной мускулатурой. Возможно, Вы обращали внимание на людей с поврежденным плечевым поясом и парализованной рукой, у которых, по логике, плечо и рука должны бы вяло свисать, а у них, наоборот, плечо укороченное и высоко поднятое. Это указывает на то, что человек неспособен освободиться от напряжения страха, вызываемого *свертребовательностью*, даже когда тело явственно говорит, что необходимо изменить образ жизни. Особенности корыстолюбия определяют своеобразие патологии плечевого пояса и рук. *Заболевание правого плеча и правой руки свидетельствует о том, что человек желает отдавать слишком много с целью приобретения. Заболевание левого плеча и левой руки означает, что человек желает получать слишком много.* Получать, чтобы отдавать. Такой человек выслуживает любовь.

Когда Вы достигли некоторого снятия напряжения с плечевого пояса и уравновесили его в меру своего умения, то Вы сможете начать вытягивать *шею*. Ощутите свою шею. Шея как шея. Другой не дано. Вы с ней свыклись и не помышляете об иной, покуда та не причиняет боли. Вытягивать напряженную шею невозможно. Сначала следует опустить вниз плечи. А если Вы осознаете, что шея укорачивается от страха перед недовольством, то сразу почувствуете облегчение. Будете идти и наслаждаться своим увеличившимся ростом. Возможно, подрастаете на целых 10 сантиметров. Измерьте себя ради интереса.

Пример из жизни.

Несколько лет тому назад я обучала пожилую даму, проживающую в Швеции, как следует вытягивать позвоночник. В течение многих лет она мучилась от таких запоров, что ей дважды в неделю приходилось ставить клизму. О стрессах я ничего ей не говорила, - вряд ли она с ходу многое поняла бы. Я

начала с того, что было для нее доступно. Она прекрасно поняла то, что через сжавшийся и искривившийся позвоночный канал энергия двигаться не может. Спустя два месяца она прислала весточку, в которой сообщала о том, что обходится уже без клизмы и подросла на 6 сантиметров. Так искренне и заботливо старалась она помочь своему дорогому телу. Она поразмышляла, прониклась пониманием и сделала все, ни разу не усомнившись в моем учении. Она поверила, потому тело ее и послушалось. Капиталисты знают цену своему телу и понимают, сколь дорого обходится его лечение.

Далее ощутите свою *голову*. Если знать, что в голове можно отдельно ощущать левую и правую сторону, переднюю и заднюю часть и т. д., то возможно сделать выводы. Человек может научиться ощущать и различать ткани головы детальнейшим образом. Все, что давит, тянет, гнетет, болит, мучает, придавливает к земле - все это унижение, которое ждет, чтобы его возвысили, т. е. освободили. Скорее всего, Вам известны особенности собственной головы, которые бросаются внешне в глаза либо причиняют боль. Если Вы поймете, что эти проблемы происходят от напряжения, малоподвижности или неподвижности первых четырех шейных позвонков, что, в свою очередь, вызывается страхом *меня не любят*, то Вы сможете освобождением от страха восстановить правильность своей головы и лица. Сначала прочувствуйте и добейтесь изменения в ощущениях и лишь затем обратитесь к зеркалу. А если еще осознать, что все эти стрессы возникают от стяжательского настроения, свойственного испуганному человеку, который проявляется в сверхтребовательности, то будет еще легче постичь причину головной боли. Вы обязательно заметите, как разглаживаются морщины на лбу, как появляется блеск в глазах и становится более натуральным румянец на щеках. Уголки рта уже не опущены плаксиво, и дряблости под подбородком как не бывало. Вы испытаете радость.

Продолжая ходьбу с возрастающим чувством достоинства, обратите внимание еще на одну важную вещь: идут ли левая и правая половины тела рядом друг с другом, как друзья, или одна половина норовит вырваться вперед. Если вырывается вперед левое бедро, это означает, что Вы придаете первостепенное значение улучшению материальной стороны жизни и торопитесь с этим. А если при этом левое бедро опущено и левая нога кажется короче, то Вы низкого мнения о мужчинах. Что это значит в совокупности? То, что Вы понукаете мужчину, хотя и ни во что мужчин не ставите. Разве в таком случае может выправиться материальное положение?

Если опущение левого бедра компенсируется его выдвиганием вперед, это означает, что Вы компенсируете материальный упадок своей беготней и суетой. А если опущенное левое бедро начинает отходить назад, то силы иссякли, - Вы устали от бессмысленной беготни. Вам необходимо возвыситься, а сделать это сможете лишь Вы сами.

Если левое бедро выше правого, то Вы более решительны в материальных вопросах и относитесь лучше к мужским делам и действиям. Но если приподнятое левое бедро выступает также вперед, то для Вас на первом

месте стоит материальное и его быстрое развитие. Можете называть себя человеком духовным, ибо внутренний голос говорит, что более всего Вам необходима духовность, однако при всем этом Вы чересчур материальны. Уравновешенность есть совершенство, способствующее истинному развитию духа. Душа правильно говорит, что более всего Вы нуждаетесь в духовности. Она учит, что Вам следует возвысить (поднять) женскую половину и ее развить (вывести вперед). Душевное равновесие обеспечивает физическое равновесие. Оба вместе взятые способствуют свободному развитию духа. **Дух сам по себе есть возвышение, его необходимо развивать.**

Я не стану отдельно описывать аналогию женской половины, т. е. правой стороны тела. Вы сами можете завершить картину, если будете рассуждать логически. Подчеркну лишь, что в своем единстве женщина и мужчина должны быть равны, но у каждого из них есть свое определенное место. **То, что мужчина должен быть первым на физическом уровне, а женщина должна быть первой на душевном уровне, не означает неравенства. Это как раз и есть равенство. Оба имеют право и обязаны быть в своей половой роли.**

Центральным органом 5-й чакры является **щитовидная железа - орган общения**. Этот орган накапливает в себе недовольство более всех других. У него две возможности: либо погибнуть под гнетом, либо начать бороться за свои права. **Щитовидная железа является органом отношения. Качество нашей жизни зависит от того, как мы относимся к ней.**

Гнета не выдерживает тот, у кого велико чувство вины и кто поэтому не считает себя вправе раскрыть рот, чтобы защитить себя либо высказать свое мнение. **У людей, придавленных чувством вины, нарушается функция щитовидной железы.** Одновременно понижается работоспособность всех органов и тканей, поскольку щитовидная железа регулирует общение между собой всех органов и тканей. Кто печалится из-за своей беспомощности и своего беспорядка, тот либо выплакивает душевные страдания, вызванные недовольством, либо замыкается в себе и приобретает кисту щитовидной железы. Если он зависим от большого числа недовольных людей, то у него возникает множество кист.

Субстанция, на которой выстроена жизнь, есть энергия любви. Обмен веществ должен быть обменом этой энергии, т. е. отдаванием соответственно потребности. Когда отношения основываются на любви, потребность дающего отдавать равна потребности получателя получать. К сожалению, отдавание обычно соразмерно заслугам. Итак, движение энергии между различными частями тела управляется щитовидной железой. Ее работе могут препятствовать только страхи, которые вызывают торги: *"Надо ли? К чему? Может, не надо? Как надо? Может, сейчас не надо? Может, обойдусь и*

без этого?" И так далее. Свободная, безусловная любовь рушится.

Явной функциональной недостаточности щитовидной железы обычно предшествует зоб, или **увеличение щитовидной железы**, как попытка компенсировать функциональную недостаточность. Это бросается в глаза тем больше, чем больше человек придает значения своей внешности. Тело пытается уродливо вздутой шеей обратить внимание человека на то, что следует собой заняться. Мы привыкли, что больного человека с видимыми признаками болезни окружают вниманием, лаской, заботой. В душе этого жаждет каждый. Увы, у человека, отупевшего от жизненных тягот, не находится для другого, даже для собственного ребенка, ни ласки, ни времени. Их у него нет и для себя. У ребенка, который знает об этом и совершенно серьезно с этим считается, щитовидная железа растет внутрь, от чего возникает постоянно усиливающееся ощущение удушья, которое не могут снять лекарства от астмы.

Всякие увеличения означают рост печали. Кто запрещает себе плакать, однако желает показать, насколько его извела печаль, вызванная недовольством, у того щитовидная железа выпячивается наружу. Кто ни при каких условиях не желает обнаружить своего жалкого состояния, у того щитовидная железа прячется за грудиной. Такой человек перестает выносить недовольство, выражаемое в отношении кого или чего бы то ни было, ибо оно его душит. Свою нетерпимость он начинает открыто выражать в гневной злобе.

Щитовидная железа увеличивается, чтобы уместить в себе больше йода - минерала, поддерживающего достойное общение, чтобы человек смог, невзирая на давление извне, оставаться самим собой. При большой злобе йода может быть больше, чем необходимо, но чем сильнее возрастает *чувство вины за свою изменность*, тем больше йод остается там *пассивно*. Медицинские анализы имеют дело с биологически *активными* веществами. Часто анализы бывают в полном порядке, тогда как человек чувствует себя все хуже и хуже. Это означает, что скопившиеся *пассивные* вещества *загрязняют, отравляют тело*.

При возникновении **комплекса неполноценности** и достижении им критической отметки зоб, или компенсаторное увеличение щитовидной железы, оборачивается **функциональной недостаточностью**. Медицина лечит это йодом или йодистыми препаратами. Это эффективное средство, десятилетиями творившее чудеса, ныне утрачивает свои целительные свойства, поскольку ни один минерал, витамин или лекарство не в состоянии снять с человека бремя стрессов. *Страх перед недовольной сверхтребовательностью* вершит свою работу.

Поскольку человек остается человеком благодаря мышлению, то с функциональной недостаточностью щитовидной железы мыслительная способность у человека ограничивается, притупляется, снижается. Мышление замедляется - человек уже не в состоянии логически продумывать до конца

свои планы, голова не работает - снижается способность усваивать новое, слабеет память - в памяти возникают тревожные провалы. **Все нарушения мыслительной способности вплоть до кретинизма непременно связаны и с щитовидной железой, т. е. с общением.**

Если ребенку постоянно внушают, что он - самый глупый, что он все равно не станет полноценным человеком, что он ни на что не годен, что он со своими глупостями - как тяжкий крест на шее, то ребенок может так и остаться духовно неразвитым безо всяких врожденных физических недостатков. Его духовный потенциал остается невостребованным. Родители, воспитатели и впоследствии уже учителя своим отношением перекрывают ему кислород, и никто не догадывается, что такого ребенка нужно воодушевлять. У него, как и у любого, есть положительная сторона, которая находится в плену у страха, вызываемого недовольством. Раскрыть ее трудная задача. Поэтому взрослые предпочитают заниматься с теми, кто сможет покрыть их отблесками славы, не замечая, что этот ребенок и так чересчур заносчив.

Если ребенок начинает протестовать против унижения и доказывать, что он не таков, каким его считают, то функциональная недостаточность его щитовидной железы уравнивается функциональной сверхдостаточностью.

Борьба против униженности с целью возвышения приводит к функциональной сверхдостаточности и может в течение долгих лет компенсировать недостаточность. Эта борьба выражается в лабильности нервной системы, в метаниях из крайности в крайность. Это может проявиться лишь в период, когда человек вдруг осознает, что стареет, и обнаруживает снижение работоспособности. На почве стрессов, развившихся в детстве и сдерживаемых в течение долгого времени благодаря работе, может развиться слабоумие и тем быстрее, чем сильнее отчаяние от осознания снижения работоспособности, т. е. чем больше человек считает работу единственным смыслом жизни. *Человек, для которого работа является предметом чести и гордости, впадает в состояние глубокой душевной униженности, если в его работе перестают нуждаться - и его разум отказывается функционировать.* Чем скорее Вы сумеете найти для впавшего в депрессию пожилого человека интересное занятие, тем скорее ликвидируете потенциальный крах его человеческой личности, и тем Вам самим будет легче впоследствии. Запомните, что умение оставаться самим собой в любой ситуации и вновь обретать себя в изменившейся ситуации необходимо развивать смолоду, тогда Вы будете застрахованы от старости. Не говорите, что с Вами такого казуса произойти не сможет.

Другую категорию страдающих от недовольства составляют те, которые начинают бороться за свои права. Людей, возвышающих голос из-за малейшей обиды, называют прямолинейными. У них низкий порог устойчивости к стрессам, и их душа говорит, что повышать ее опасно. Идеальных людей мало, а потому и *прямолинейные люди - это люди испуганные*, которые часто притягивают плохое в свое информационное поле, однако выводят его из себя вместе с протестом. В момент выражения протеста они довольны, поскольку хорошая сторона протеста что-то да

уладила. Поэтому на них нельзя сердиться долго. У искренне прямолинейных людей щитовидная железа здорова. К сожалению, словоохотливость является признаком отнюдь не искренней прямолинейности. Зачастую она выражает желание быть лучше других.

Если ребенок прямодушен, а его чистоту и откровенность начинают высмеивать, позорить либо подавлять, то он начинает протестовать. Чем в большей мере ему приходится выслушивать злобное недовольство взрослых и чем чаще эти взрослые называют его маленькую незлобивую откровенность плохой, тем в большей мере он вбирает в себя чужую злость, поскольку боится публично выступить против приказаний. Он начинает **бороться против приказов** внутренне. Рано или поздно развивается **тиреотоксикоз, или повышенная функция щитовидной железы**, что может оказаться опасным для жизни. В ребенке борются страх перед злостью и злоба на злость, а между тем тело разрушается. Из ребенка непроизвольно начинает исторгаться злость и **ядовитые** слова, жалящие других. Чем ядовитее, т. е. злее мысли и слова человека, тем тяжелее у него протекает тиреотоксикоз. Человек является *жертвой, заставляющей страдать других*. Таково подсознательное или осознанное *возмездие, которое навлекает хирургическое вмешательство*. Лекарства, подавляющие повышенную функцию, притупляют разум такого человека. Его духовный уровень неотвратимо снижается. Если же он начинает *упрямо и воинственно отстаивать свои права*, то его духовное развитие останавливается полностью. Развитие продолжается лишь благодаря физическим страданиям.

Поскольку щитовидная железа играет важную роль в нашей жизни и в нашем здоровье, то ниже я приведу в сопоставлении признаки как пониженной, так и повышенной функции.

Чем масштабнее становятся стрессы, тем заметнее на вид становятся внешние признаки этих стрессов с тем, чтобы человек, проигнорировавший малый сигнал, не смог бы не обратить внимания на значительный сигнал.

| Пониженная функция | Повышенная функция |
|--|---|
| вялость, безразличие, стремление к одиночеству | энергичность, потребность в деятельности, потребность в общении |
| быстрая утомляемость | неестественная бодрость |
| сонливость, желание много спать | бессонница либо кошмарные сновидения |
| медлительность в мыслях и делах | спешка всегда и во всем |
| сухая кожа | потливая либо жирная кожа |
| неспособность плакать | постоянное желание расплакаться, |

| | |
|---|---|
| неспособность плакать | частые слезы |
| боязнь холода | ощущение жары, постоянное повышение температуры тела |
| утолщение и ломка ногтей | тонкие эластичные ногти |
| выпадение волос | ускоренный рост волос |
| отечность лица, одутловатость | обострившиеся черты лица |
| скрежещущий голос от отека голосовых связок, храпение | голос звонкий, визгливый |
| плохая дикция в связи с отечностью языка | неразборчивая торопливая речь |
| снижение интеллекта | кажущееся повышение интеллекта, что ведет к самовосхвалению |
| немногословность, нежелание разговаривать | многословность, радость от возможности поговорить |
| медленный пульс | убыстренное сердцебиение |
| низкое кровяное давление | высокое артериальное давление |
| общее замедление обмена веществ | общее ускорение обмена веществ |
| торможение роста | убыстрение роста |
| повышение веса, ожирение | понижение веса, похудание |
| видимое спокойствие | поспешность до дрожи рук |
| запоры | понос |
| вздутие живота - метеоризм | активное выделение газов с дурным запахом |
| притягивание обвинений | притягивание утрашений |

Чем более Вы впадаете со своими эмоциями в крайность, тем в большей степени приобретаете все свойственные той или иной крайности признаки. Это значит, что отдельные симптомы суммируются в комплекс симптомов, т. е. в болезнь, на основе чего врач безо всякого труда ставит Вам диагноз.

Если Вы желаете себе помочь, то освободите свой страх оказаться виноватым, и признаки, характерные для пониженной функции, начнут уменьшаться. Если освободите свой воинственный протест, то начнут освобождаться

признаки, свойственные повышенной функции. Чем больше Вы сможете уделить времени себе, тем быстрее добьетесь результатов, поскольку Вы перестанете копить в себе новые стрессы вместо освободившихся от повседневных неприятностей старых. Чтобы легче этого добиться, освобождайте каждый день свой страх *меня не любят*, а также страх одиночества. И Вы с удивлением обнаружите, что одиночество отнюдь не страшно. Гнетущее **чувство одиночества незаметно сменяется чувством единения с людьми**. Лишь когда Вы достигнете этого состояния, то поймете, насколько оно Вам необходимо. Как при пониженной, так и при повышенной функции щитовидной железы в теле наблюдается **недостаточное содержание йода**. По сути, речь идет о нехватке нормального общения, нехватке душевного равновесия. Равновесие, обретаемое благодаря исправлению умонастроения, служит основой для нормального усвоения физическим телом йода из земли, воды и воздуха, т. е. из пищи, питья и свободы.

Одним из выражений неспособности справиться с жизнью и плохого отношения к жизни является паралич. **Больные параличом - жертвы злости**. *Кто боится злости*, тот вбирает в себя чужую злость и сам становится злым. Сперва самую малость, потом все больше. Покуда злость не выплескивается на других, человек зол на себя. Он может не злобничать, но яд злости вершит свою разрушительную работу, подобно искре под слоем пепла. Накапливающийся яд заставляет человека действовать, чтобы не оставаться с самим собой. *Страх оказаться плохим* вынуждает бежать.

Яд злости, достигший определенной концентрации в мозгу и в сердце, вызывает паралич. Отравление сердца, т. е. ядовитое высмеивание способности любить парализует сердце и вызывает его остановку. Подобный паралич именуется смертью.

Высмеивание умственных способностей человека парализует работу мозга. Мозг является центральным органом, руководящим работой периферии. Если ребенка дразнят, вышучивают, высмеивают, то - если это делается доброжелательно - у него *скрыто* замедляется работа разума. Нередко бывает, что родители сознательно устраивают ребенку испытания, практикуя на нем свое взрослое остроумие, чтобы окружающие видели, какой у него быстрый ум. Ребенок старается изо всех сил, чтобы не опозориться. Однако вскоре приходит срыв. Ребенок с быстрым умом превращается в **истерика**.

Здесь мне хотелось бы напомнить, что если в человеке поселился страх, что меня не станут любить таким, каков я есть, то он старается быть хорошим. Однако показная положительность и желание нравиться не приносят душевного удовлетворения. Это делает человека беспомощным. Беспомощность вызывает печаль. Неизбывная печаль рождает жалость к себе. Неизжитая жалость к себе вызывает гнев, что, в свою очередь, переходит в истерию. Всякая *невывраженность*, сдерживание - это страх, что меня не будут любить, если я выкажу свое плохое настроение.

Если детский ум становится объектом шуток, насмешек, издевок, иронических выпадов, если его провоцируют со злобой, вызванной нетерпеливой поспешностью, то возникает болезнь мозга, соответствующая особенностям злобы, и парализует в большей или меньшей степени мыслительную способность.

Говорят, у кого не работает голова, должны работать ноги. Так оно и есть. По мере роста ограниченности разума ускоряется работа ног, куда человек вдруг не спохватывается, осознав абсурдность беготни. Сдерживаемая ненависть к бессмысленной беготне прорывается в виде приступа злобы, и тело отказывается бегать. Парализованное от инсульта тело дает человеку возможность поразмышлять над своими ошибками. Инсульт может уложить человека в постель на десятки лет.

Чем ребенок терпеливее, т. е. чем сильнее у него желание быть хорошим, тем дольше он остается здоровым внешне. Покуда у человека, выслуживающего любовь делами, теплится надежда, что он не так глуп, как о нем думают, его мозг сохраняет работоспособность. Его глупость не воспринимается как болезнь. Но если у него страх перед собственной глупостью затмевает смелость быть самим собой, то развивается болезнь, которая лишает его разума. Человек без разума и есть животное. Такой больной долго не протягивает без постоянного хорошего ухода.

Для возникновения инсульта есть две возможности:

- лопается кровеносный сосуд мозга,
- закупоривается кровеносный сосуд мозга.

В обоих случаях клетки мозга остаются без крови, т. е. без любви, и гибнут.

Кровеносный сосуд мозга лопается, когда человека охватывает внезапный приступ злобы и гневное желание отомстить тому, кто считает его дураком. Это значит, что превратившаяся в злобу любовь вырывается из границ, т. е. из кровеносного сосуда. Обидчиком для человека может быть другой человек, люди, ситуация, государство и т. д. Поскольку разгневанный человек теряет способность мыслить, то кровеносный сосуд должен лопнуть, чтобы не дать человеку стать преступником. Если рядом оказался бы человек, заслуживающий кровавого возмездия, то ситуация повернулась бы таким образом, что разгневанный выплеснул бы на него свою злобу. Он избежал бы инсульта, но вместо искупления кармической вины усилил бы ее.

Кровеносный сосуд мозга закупоривается, когда человек, страдающий от комплекса неполноценности, утрачивает надежду доказать, что он не такой, как думают другие. Человек окончательно надламывается из-за полной утраты собственного достоинства. У кого сохраняется хоть капля доверия к себе и кто благодаря этому способен думать своей головой, тот себя не

теряет. Закупорка кровеносного сосуда означает, что человек держит в себе слишком много.

Инсульт приходит как помощник, чтобы скрыть собой тайное бессилие и сломленную волю человека. От степени тяжести и местоположения инсульта зависит степень утраты разума и способности двигаться. У кого разум сохраняется, а чувство вины усиливается, тому выздороветь не дано. А кто испытывает радость от того, что болезнь спасла его от унижительного положения, тот выздоравливает.

Особенности воли к жизни определяют особенности выздоровления. Кто со свойственным испуганному человеку лицемерием говорит, что хочет полностью выздороветь лишь настолько, чтобы самому о себе заботиться, тому так и придется заботиться о себе. Окончательно исцелиться ему не дает страх вновь оказаться заваленным работой либо попасть в ситуацию, аналогичную той, что была до болезни.

Вывод: если желаете избежать инсульта, освободите страх перед злым недовольством. Тогда Вы перестанете быть объектом злости и сами не будете срывать злость на других. Ваш превосходный мозг будет работать как надо. Вы довольны собой и не желаете быть лучше других.

В щитовидной железе скапливается тот гнев, который можно выразить только посредством рта. Сюда относятся изглашенные слова и звуки, крик, визг, рев, капризничанье, фырканье, придирки, язвительные уколы, оплевывание и т. д. Сдерживание словесного гнева означает извержение равновеликой энергии гнева в щитовидную железу. Лучше выпустите ее на свободу. Тогда сможете исцелиться.

Гнев, который можно вывести наружу только через тело, скапливается в желчном пузыре. Этот гнев выражается мимикой, жестами, телодвижениями, подергиванием, нанесением ударов, битьем предметов, дракой. Его сдерживание приводит к заболеванию желчного пузыря.

Обитающий в нас примитивный человек желал бы выплеснуть гнев. Обитающий в нас интеллигентный человек запрещает это делать. Он выискивает иные возможности и пускается на ухищрения, чтобы вину за происшедшее свалить на кого-нибудь другого. Либо изобретает новый способ для вывода гнева, однако не называет это впрямую. Одним из таких способов является, например, исполнение диких плясок, потребность в которых всегда была велика у примитивных людей, а особенно велика она сейчас у молодежи всего мира. Молодежь, пребывающая в душевном плену, не может иначе. Дайте им потопать и покривляться без Ваших критических комментариев, тогда всем станет легче. В противном случае стариковское язвительное замечание либо всего-навсего неодобрительный взгляд могут навлечь на пожилого человека ярость танцующих вплоть до физической расправы. Впоследствии же никто не может объяснить, откуда взялась подобная агрессивность. Ибо никто не видит, что выплескиваемая негативность оседает на поверхности пола, и танцующий топчется в собственных помоях да так, что волны смыкаются над головой. Невольно впадаешь в ярость, если кто-то это замечает. Замараться не желает никто. А очиститься не умеет.

Но как помочь детям?

Если ребенок в плохом настроении или болен, то ему нельзя говорить, что он плохой. Нельзя даже так думать. **Никто не бывает плохим, но в каждом имеется плохое, которое явилось научить и которое необходимо освободить, чтобы оно обратилось во благо.** Это простое объяснение доступно пониманию любого ребенка, научившегося говорить, если оно звучит благожелательно и идет от сердца говорящего. Кто разговаривать еще не умеет, тот понимает еще лучше. Скажите ребенку: *"Дорогое дитя! Прости, что я проглядела, как в тебе поселилось плохое, чтобы тебя научить. Будь умницей, покажи или скажи, где оно у тебя обретается? Отпусти-ка его на свободу, чтобы ему стало хорошо. Ведь оно явилось лишь для того, чтобы нас вразумить, а то, что мы не заметили его прихода, в этом наша ошибка. Сейчас мы эту ошибку исправим. Попроси у этого плохого прощения за то, что мы раньше не сумели сделать ему хорошее, и простим его, что оно было вынуждено дать нам знак капризничаньем либо болезнью. Погляди, ты же наверняка видишь, как оно радостно мчится к себе домой. Расскажи мне, как оно уходит. Я этого не вижу, а у тебя зрение получше, и потому ты - видишь."*

Чем ребенок меньше, тем проще ему следует объяснять. Капризному малышу можно сказать: *"Послушай! В твой животик пришел каприз. Давай отпустим его, и он сможет уйти к себе домой. Ему там хорошо играет и спится. Гляди, каприз услышал наш разговор. Вот и хорошо, что он собрался уходить! Ведь он знает, где ему лучше. Давай помашем ему на прощание! Ведь каприз и не был плохим, правда? Он просто приходил, чтобы показать нам, какой он есть"*. Пара минут игры-беседы, и в доме наступает тишина. Вы помогли ребенку стать лучше. Обошлось без болезненных, разъедающих душу слов: *"Почему ты такой плохой!"* Следует научиться разговаривать с детьми в сказочной форме. Тогда и сами научитесь лучше понимать жизнь.

Поверьте, Ваш ребенок или подопечный после столь доступного поучения в дальнейшем сумеет на удивление быстро излечиться от простой болезни либо приступа истерии. Ведь он хочет быть хорошим. Даже при очень тяжелых, возможно безнадежных, заболеваниях дети с их рассудительностью способны относиться к болезни по-особому хорошо, желают злу добра. Выучиться этому у детей должен бы каждый взрослый.

Но как помочь ребенку, который находится далеко и с которым не поговорить?

Пример из жизни.

Эта история произошла со мной несколько лет тому назад, когда я знала лишь то, что стресс, который терзает сердце, является предзнаменованием дурного. Он служит предупреждением, чтобы человек знал и смог себе

помочь. Если он себе помогает, то предзнаменование не сбывается. Так можно свести на нет любое предзнаменование. Подсознательно так и делают. Я же сделала осознанно.

Было воскресное утро. Я взглянула на часы, они показывали 10.00, и тут же ощутила чувство опасности. Оно было настолько сильным, что я почувствовала дыхание смерти. С кем беда? Кто нуждается в моей помощи? Чей зов души я ощутила? Тогда я еще не знала, что долг женщины - любить прежде всего своего мужа, хотя мысль о муже у меня промелькнула, но я ее отменила, так как почувствовала, что опасность ему не угрожает. Подумала о дочери: нет, ей тоже опасность не грозит. Стала думать о второй дочери - она! Меня охватил сильнейший озноб. Я знала наверняка: моему ребенку грозит опасность, которая может закончиться смертью.

Что делать? Мчаться на другой конец Эстонии предупреждать неведомо о чем, чтобы она занервничала и своим страхом ускорила приближение беды? По той же причине не было смысла звонить ей или писать. Я знала, что могу помочь, иначе ее душа не принесла бы мне весть. Если в мире нет никого, кто мог бы помочь, то мать - это тот, кто всегда поможет. Материнская любовь не знает границ, ее не останавливают ни расстояние, ни тюремные стены. Стоит лишь матери захотеть. *"Я не мать, если не сумею сконцентрировать свою душевную силу для спасения ребенка"*, - сказала я себе.

Я стала мысленно беседовать: *"Дорогое чувство опасности! Я прощаю тебя за то, что ты ко мне явилось, но прости и ты меня за то, что я вобрала тебя и взрастила до такой величины, что ощущаю дыхание смерти. Прости, но я прежде не понимала своей ошибки. Я выросла в атмосфере страха да и детей своих учила не иначе как предостерегая и рисуя мрачные картины. Прости, что я тебя постоянно возвращала, а, когда дети покинули дом, в придачу стала тебя еще и подавлять, чтобы сохранить душевное спокойствие. Лишь теперь я осознала свое невежество. Прости! Я отпускаю тебя на свободу. Я прощаю себе то, что была столь глупа. Дорогое тело! Прости, что я заставила тебя страдать постоянным накапливанием ощущения опасности и желанием быть разумной. Теперь я хочу тебе помочь."*

Дорогое дитя! Прости меня за то, что не сумела правильно тебя обучить. Не помышляя о дурном, я возвращала свое ощущение опасности, и оно передалось тебе, ибо ты тоже не умела иначе. Я научила тебя бояться, как учила меня моя мать. Время ушло вперед, а глупость увеличилась. Прости! Я исправлю свою ошибку".

Я уже точно не помню, за что еще я просила у нее прощения. Там было много всего, и это все шло от души, да так, что кожа покрылась мурашками. Чувство опасности исчезло. Но не настолько уж я простодушна, чтобы поверить, будто теперь все в порядке. Я села и стала ждать. Через четверть часа чувство возникло снова и уже пострашнее. Я просила прощения и прощала. На память приходило множество случаев, связанных с ощущением опасности и смертельным страхом. Я беседовала с ними и освобождала их. Ощущение опасности уходило и возвращалось вновь. Уходило и приходило.

Шло время, и с каждым разом оно становилось все острее и явственнее. Я потеряла счет времени. Осталась лишь борьба любви со смертью. Не помню, сколько десятков раз в течение дня я начинала все заново. Время тянулось как резина. Вечером, ровно в 19.00, я попросила у смерти прощения за то, что притянула ее к своему ребенку, и почувствовала, что соединявшая нас нить порвалась. Я ощутила необычайную опустошенность и почувствовала, будто проваливаюсь в вакуум - знак того, что все необходимое мною сделано. Я знала - если что теперь и случится, то уже не самое страшное.

Сон мой был спокойный - значит, я заслужила душевный покой. Вечером позвонила дочь и сказала: "*Мама, я провалилась на экзамене!*" - "*Слава Богу!*" - вскричала я. - "*Мама, ты что, не расслышала? Я провалилась на экзамене!*" - закричала она в трубку. - "*Все я расслышала. Дочка, ты не знаешь, чего ты избежала*", - сказала я. Спустя несколько дней она приехала домой и сказала: "*А та машина, на которой я должна была ехать, чтобы отметить успех в случае сдачи экзамена, перевернулась на ходу и разбилась*". Я спасла своего ребенка от автомобильной аварии ценой провала на экзамене. Чего лучшего я могла желать! Я воздала хвалу Богу.

Любая мать может подобным образом уменьшить грозящую ее ребенку беду. И не говорите, что не сможете. Поверьте и сделайте, тогда увидите, что смогли. В следующий раз будет уже проще.

Обрести себя

Есть смелый человек, а есть испуганный. Почему я не использую слово "трусливый"? Потому что испуганный человек, который признает свои страхи и осознает их, становится благодаря этому смелее.

А испуганный человек, который ни за что не признается в своих страхах, является трусливым человеком. Поэтому трусость всегда вызывала презрение. Страх же, напротив, считается явлением нормальным. Так оно и есть.

В каждом человеке есть хорошее и плохое. Всякое хорошее уравновешивается плохим и наоборот. Если плохое увеличивается до 50%, то возникает абсолютное равновесие, т. е. остановка жизни, что выражается в смерти физического тела. А если у иного человека *чересчур хорошая жизнь*, поскольку за него все делают другие и *он ничего не должен делать сам для улучшения своей жизни*, то его тело покидает рассудок, словно говоря: ты во мне не нуждаешься. Если в человеке укореняется желание, чтобы *жизнь ему наладили другие* да так, чтобы он не знал никаких забот, то и в этом случае его покидает рассудок, поскольку в нем не нуждаются - ведь человек ждет, что его жизнь улучшат другие. В подобных случаях чрезмерно хорошее

переваливает за 51%, что заставляет дух покинуть тело. Так возникают душевные заболевания.

Здоровый человек - это тот, кто понимает истину жизни. Эта истина гласит, что покуда есть плохое, которое нужно обратить во благо, продолжается и сама жизнь. Не бывает плохого без хорошего, как не бывает хорошего без плохого. Так рассуждает смелый человек.

Смелый человек и человек со страхами отличаются, как день и ночь, как белое и черное. Обычно мы об этом не задумываемся и потому не замечаем различия.

Смелый человек видит **двусторонность** жизни, для него жизнь просто есть.

Человек **со страхами** видит жизнь **односторонне**. Для него жизнь либо хороша, либо плоха.

Смелый человек уравновешен.

Человек **со страхами** неуравновешен.

А теперь попробуем сказать себе следующее.

Смелый человек во мне - **достойный**.

Человек **со страхами** во мне - интеллигентен. У интеллигентности есть и вторая сторона - **неинтеллигентность**. Чем больше одна, тем больше и другая.

Смелый человек во мне **рассудителен**.

Человек **со страхами** во мне может быть только **умным**. У ума есть другая сторона - **глупость**.

Смелый человек во мне **счастлив**.

Человек **со страхами** во мне может быть только **радостным**. У радости есть обратная сторона - **печаль**.

Смелый человек во мне **здоров**.

Человек **со страхами** во мне может быть **пока еще здоровым** либо **здоровым внешне**. На деле же он потенциально **болен**.

Смелый человек во мне **вынослив**.

Человек **со страхами** во мне бывает то **сильным**, то **слабым**.

Смелый человек во мне **незаметен**.

Человек **со страхами** во мне **время от времени бросается в глаза как хорошим, так и плохим**. Но я пытаюсь это исправить.

Смелый человек во мне **верит**. Он держит Бога в сердце, и он сам - сердце

Бога.

Человек **со страхами** во мне **либо верующий**, когда рассчитывает на поддержку Бога, либо неверующий, т. е. отрицает Бога, если не видит своими глазами материального подтверждения Богу и если не получает желаемого. Я высвобожу из себя этого испуганного человека, чтобы ему было хорошо и чтобы он сумел найти своего Бога.

Смелый человек во мне **знает жизненную истину**.

Человек **со страхами** во мне **уверен в своих правах и забывает свои обязанности**. Он считает себя вправе требовать от других исполнения всевозможных обязанностей.

Право есть одностороннее видение вещи. Истина - это всестороннее видение.

Право неизменно. Истина постоянно расширяется как во времени, так и в пространстве. Представление о всякой вещи может становиться лишь более детальным. Это означает, что истина о ней развивается как вширь, так и вглубь.

Если я сделаю испуганного человека своим узником, а он неминуемо начнет надо мной властвовать, то я буду несчастным человеком. Если же я отпущу его на волю, то стану счастливым. Я его отпускаю.

Величина страха определяет способность человека любить или ненавидеть.

У человека уравновешенного, т. е. смелого, показатели как души, так и тела, нормальные. Мы знаем, что означает нормальная температура тела, нормальная влажность кожи и слизистых. Мы знаем, что такое нормальный цвет кожи, и умеем отличать его от смертельной бледности. Понимаем, что такое нормальный вес тела, и не спутаем изголодавшихся с переедающими. Таким образом, у страха свои признаки, у смелости - свои. От них существенно отличаются признаки злобы, ненависти.

Испуганный человек холодный, сухой, бледный и худой. Холоден как душой, так и телом. Сух, бледен и худ также как душой, так и телом. Уравновешенный человек нормален во всем. Но если страхи становятся

слишком большими, то томящаяся в темнице страха злоба вырывается наружу, и признаки страха становятся признаками злобы.

Злобный человек горячий, влажный, румяный и толстый. Чем больше выход злобы, тем значительней эти признаки. Чем внезапнее проявляются эти признаки, тем разрушительней болезненное изменение. Например, покрасневшая и покрывшаяся испариной горячая кожа становится пунцовой, истекающей потом, лихорадочной. Если человек не желает выплескивать свое недовольство, подобно горлопану, а освободиться от него желает, то у него увеличивается жировая ткань, поскольку она создана для злобы.

Человек, который отрицает наличие у него злобы, злости, сердитости и гнева, может не предполагать и не признавать, что он *боится обнаружить свое плохое*. Он охотнее будет демонстрировать свои страхи. Кто умеет мыслить, тот понимает, что чем человек холоднее, тем он ближе к физической смерти. Растущая в плену страха злоба уничтожает тело, чтобы дух мог вырваться на свободу. Так душевное неумение сознательно учиться становится подсознательным уроком, который усваивается через страдания.

Страдающий от собственной злобы человек, который желал бы освободиться от негативности, но вместе с тем хочет быть сильным, чтобы выйти победителем в жизненной схватке, не сознает того, что его **постоянно увеличивающаяся жировая ткань является формой самозащиты**. А если и сознает, то **страх ослабеть пересиливает желание похудеть**, ибо страх ослабеть скрывает за собой страх смерти.

Постоянно растущие стрессы приводят к постоянному увеличению жировой ткани. Человек беспомощный, нуждающийся в защите, который стесняется звать на помощь, надеется на то, что его поймут, если *увидят*, насколько ему плохо. Толстого человека нельзя *не заметить*. Если бы он отрицал потребность в защите, т. е. боялся бы ее выразить, то его большая печаль должна была бы уместиться в маленьком теле, и никто не увидел бы его беды и не пришел бы на помощь. Помимо того, от концентрации печали у человека возникла бы болезнь, которая уничтожила бы его. Следовательно, некрасивый, плохой жир является для беспомощного, опечаленного человека самым хорошим и красивым помощником.

Выше я подчеркнула значение зрения, поскольку *толщина зависит от зрения более, чем от любого другого чувства*. **Глаза, в свою очередь, выражают состояние печени**. А печень является средоточием злобы и гнева. Что не умещается в печени, должно вытекать через глаза.

Ожирению способствует *стресс накопительства впрок*, и он же препятствует избавлению от избыточного веса. Речь идет о *страхе перед будущим*. В наших генах закодирован ужас перед войнами и голодом, передавшийся из предыдущих жизней и от предшествующих поколений. Он проявляется в подсознательном ощущении того, что если человек делает что-то плохое, то привлекает на себя беду. Вместо того, чтобы исправить ошибку, люди начинают страховать себя от последствий и копить впрок (на всякий случай).

Накопительство в сундук помогает продлевать жизнь тем, кто живет ради богатства, а накопительство в жировую ткань помогает им быстрее умирать. Кто не испытал этого в предыдущих жизнях, тот усваивает это в нынешней. Приносит ли счастье жизнь во имя накопительства денег - это уже особая статья.

Человек, который умирал с голоду в одной из предыдущих жизней, непременно является накопителем в нынешней. Из *страха умереть голодной смертью* ему жалко выбрасывать старые вещи, а уж выбрасывание остатков еды воспринимается им как осквернение святыни. Еды он всегда покупает на всякий случай больше, чем необходимо, и насильно проглатывает недоеденное, чем вызывает протест желудка. Стресс сильнее желудка, и желудок отправляет излишки в жировую ткань. Человек же утешает себя мыслью о том, что он не транжир. *Страх когда-нибудь потом умереть с голоду из-за расточительства* также является стрессом, унаследованным из прошлого.

Если Вы испытываете постоянное желание что-нибудь пожевать, то, потянувшись за очередным куском, спросите себя: "*Нужно ли мне это?*" Если Вы уже поели, однако испытываете чувство голода, то ни в коем случае не говорите: "*Нельзя есть!*" Не принуждайте себя что-либо делать или не делать по отношению к еде. Не говорите, что такая-то еда плохая. Еда не плохая, но Вы уже *не нуждаетесь* в ней в таком количестве. Вы поняли, что не можете быть голодны, поскольку поели. Превосходно! Улыбнитесь про себя и объясните себе по возможности мягко, что Вы спутали *желание быть смелым* с желанием поесть. А чтобы оправдать приход на кухню, попейте немного воды для снятия раздражения рецепторов наполненности желудка. Много не пейте, ибо это может вызвать противоположный рефлекс.

Изучение калорийности продуктов - дело нехитрое. Если Вы усвоили, что уменьшение количества сахара и жира идет на пользу, то всякий раз, когда рука тянется, например, к маслу, чтобы намазать его на хлеб, и Вы спрашиваете себя мягко: "*Надо ли?*", то обязательно намажете слой потоньше и удивитесь тому, что бутерброд так же вкусен, как и прежде. Каждый может найти для собственного убеждения что-нибудь своеобычное и действенное, при этом Вам не придется заниматься самообманом. Ведь лишние калории действительно вредны. Почему? Потому что перед тем, как материализоваться в жир, они вызывают злобу, гнев, воинственность, агрессивность, истерию, желание убивать и прочие проявления зла.

Возьмем один пример. У Вас начался отпуск. На работе было страшное напряжение, и оно заставило Вас переедать. Во время отпуска Вы не приобретаете новых стрессов, однако по привычке, незаметно для себя, спешите наесться до отвала да так, что потом становится плохо. К Вашему огорчению, вес возрастает с космической скоростью. Почему? Разве сейчас Вы продолжаете прикапливать злобу? Потому что Ваша привычка

уравновешивать злбу едой скрывает потребность уравновешивать еду злобой. *Злоба требует пищи, а пища требует злобы.* Круг замыкается.

Расскажите про это своему телу как самому близкому, закадычному другу, и Вы ощутите, что волчий аппетит постепенно идет на убыль. Если вес и не уменьшается сразу, то по крайней мере в поясе будет посвободнее и станет легче дышать. Человек должен научиться считаться с собой и своими потребностями. Это должно войти в привычку. Освободите свое *неумение свыкаться с новым*, и Вы свыкнетесь с новыми привычками питания не за пару месяцев, а за пару недель. Вернувшись на работу после отпуска, Вы с радостным удивлением обнаружите, что беседа с собой помогает уменьшить также и рабочее напряжение.

Человек, который копит про запас на всякий случай и который на себе испытал, что накопленное может стать добычей вора, сгореть при пожаре либо пропасть при стихийном бедствии, желает *так хранить свое накопленное, чтобы никто не мог его коснуться, кроме него самого*. Таким надежным местом является жировая ткань. Человеку с подобным стрессом не помогает ни диета, ни физические нагрузки. Человек, который боится прослыть жадным, желает доказать, что он не жадный. Он оправдывается, мол, *видите, я же могу отдать последнее*, и тем самым закрепляет стабилизацию жировой ткани.

Вы уже сделали вывод, что толстяки - это стяжатели, которые намертво вцепились в свое добро? Нет, урок стяжательства относится ко всем нам без исключения. Только если худой желает разбогатеть благодаря *скупердяйству*, то толстый желает добиться того же *лихоимством*. Он хочет из всего *извлечь максимальную* выгоду. У того и другого проблемы с пищеварительным трактом.

Страх за свои деяния вызывает спастические процессы в пищеварительном тракте. *Страх за то, что будет* вызывает понос. *Злоба все равно мне не достанется* приводит к запору.

Нормальный человек получает и отдает в равной мере. Он может получать очень мало и отдавать очень мало, но также может получать очень много и отдавать очень много. Последняя категория людей составляет меньшинство, поэтому большинство уважающих себя людей должно строго соблюдать диету. У нормального человека пищеварительный тракт работает нормально. Но если в ходе одного из уроков стяжательства у него появляется все же желание извлечь максимальную выгоду из ситуации, то у него возникает мучительный запор, из-за чего ему, возможно, придется даже прервать свое начинание. К числу таких ситуаций относятся путешествия, пребывание в больнице или в гостях. У другого относительно уравновешенного человека может в той же ситуации возникнуть желание сбежать, поскольку он не умеет иначе разрешить неприятную для него ситуацию. Но далеко убежать не удастся - у него разыгрывается понос, как бы говоря, что этот вопрос все равно когда-нибудь придется решать. Понос указывает на то, что человек ожесточен, ибо его желание не встречает понимания, его желание не ценится и не удовлетворяется.

Я уверена, что никогда раньше не было такого огромного числа ожиревших людей, как сейчас. Также стало более, чем когда-либо, людей, *растолстевших от мировой скорби*, которые зеркально отражают собой конфигурацию земного шара. Всякое печальное событие в мире воспринимается ими с безутешностью и прибавляет им вес. В незримой плоскости с земным шаром происходит то же самое. Если это помогло бы Земле, то можно бы и вытерпеть, однако из-за такого ошибочного отношения Земля, к сожалению, вынуждена страдать еще больше. Стрессы, что люди носят в себе, являются стрессами Земли, и их освобождением человек творит благо себе и Земле.

Итак, толстые люди являются жертвами **жажды накопительства**. Копится все возможное и невозможное, материальное и нематериальное. Чем сильнее страсть к накопительству, передаваемая от поколения к поколению, тем в более раннем возрасте считается естественным иметь все, что необходимо для счастливой жизни. Перенятие американского стиля жизни способствует ожирению с юного возраста. Материалистический образ жизни оценивает человека по тому, что он имеет.

Есть **мужская и женская жажда накопительства**. От мужской утолщаются кости, от женской - мягкие ткани. Мужская тяга к накопительству вынуждает копить деньги, недвижимость, землю. Женская тяга к накопительству заставляет копить безделушки, украшения, одежду, предметы интерьера.

Отсутствует ли тяга к накопительству у худых? Нет, она у них спрятана. Толстеет тот, кто желает демонстрировать свои достижения, делиться своей радостью, делать подарки, отдавать, чтобы его уважали и любили. Худым становится тот, кто всего этого боится, ибо не желает лишиться своей собственности. Худой человек в прежних жизнях познал на своей шкуре разрушительную силу зависти, и подсознательное ощущение опасности велит ему скрывать свои достижения. Его тяга к накопительству перерастает в скрытую болезнь. Сущность этой тяги выражается особенностями состояния крестца и покрывающих его тканей.

Чем сильнее тяга к накопительству, тем меньше любовь. Тяга к собственности возвращает жадность и зависть. Малая зависть истребляет состояние, большая зависть - ум. Оба они составляют богатство. Величайшая зависть истребляет ценность. Единственной ценностью на свете является любовь. Любовь - это уравновешенность, достоинство, счастье, здоровье, свобода, Бог.

Жизнь движется в будущее. Чем крупнее накопленное состояние, тем тяжелее ноша, которую мы должны нести. От усталости и пресыщения желание приобретать оборачивается желанием избавиться от приобретенного. *Желание избавиться от ненужного, причем так, чтобы душа не болела от*

расточительства, приводит к тому, что в доме заводится моль. **Моль** уничтожает все, что доставляет Вам душевное беспокойство, и Вы можете, проклиная моль, в качестве самооправдания выбросить пришедшее в негодность добро, чтобы затем окунуться в приятно щекоющую чувства деятельность по приобретению нового добра. Если Вам до слез жаль расставаться с вещами, то Вы не поняли, что желаете того, чего в действительности не желаете, и жировая ткань увеличивается в массе. Ее-то уже не выбросишь. Для ее уменьшения необходимо умерить тягу к накопительству.

Толстый человек ощущает, что ему не хочется себя жалеть и не хочется, чтобы его жалели другие, но зато хочет, чтобы другие поняли его жалкое положение и изменили к нему свое отношение. *Запрет на жалость к себе и желание выказать свое жалкое положение* суммируются, и человек ощущает, что его *распирает* изнутри. Его внешность это подтверждает.

Полнота является самозащитой, призванной максимально деликатно держать на расстоянии тех, кто доставляет печаль. Наиболее всего полный человек нуждается в тишине и покое. Чем больше недовольства в окружающей толстяка атмосфере, тем полнее он становится, поскольку, подобно магниту, он вбирает в себя печаль жалобщиков.

Габариты выражают величину, величина выражает силу, а сила отпугивает желающих напасть. На деле же на толстого человека вовсе не требуется нападать физически. Достаточно ему умело нанести душевную обиду, и он пристыженно отступает. Стыд - это чувство вины. Чувство вины делает человека слабым, бессильным, изможденным, вялым. Всякая душевная рана излечивается прибавлением очередных граммов жира. Человек копит чужие оскорбления и оскорбляет себя сам. О своем теле толстый добрым словом не отзывается. А если и отзывается, то это - самообман. Всему есть предел, также и терпению толстого человека.

Чем больше внутренняя беспомощность человека, тем он внешне крупнее. Беспомощность возрастает оттого, что возрастает желание делать всем добро. Но поскольку другие от этого счастливее не становятся, то беспомощность увеличивается, ибо человек неспособен что-либо изменить. *Если человек чего-то желает, это означает, что он боится этого не получить.* Страх урезает мыслительную способность, и человек уже не в состоянии что-либо выправить.

Когда злоба у толстого человека приближается к своему пределу, то подсознательное желание выжить заставляет его открыто выражать злобу, и он становится вспыльчивым. Такой человек по-настоящему опасен, поскольку его прищипывает страх. А после первой драки его уже прищипывает жажда мести, которую он накопил в себе против тех, кто лучше него. Источаемая им злоба может хлынуть лавиной. Вероятно, Вам доводилось видеть людей, которые вслед за короткой словесной перебранкой впадают в бешенство и начинают сокрушать все, что попадает под руку. Пока все не переколотят.

Это означает, что человек сильно настрадался из-за того, что является рабом материальных вещей и жертвует собой ради благополучия других.

С истинно уравновешенным человеком ничего подобного произойти не может.

Поскольку нам неизвестна критическая черта чужих стрессов, то возможны неожиданности. Например, Вы припугнули испуганного человека, поскольку Вам хочется быть выше него. Вы ожидаете, что он пустится наутек, а он внезапно набрасывается на Вас, как дикий зверь. У него возник предел, и отступить ему уже некуда. Он выбирает самозащиту. А лучшей формой самозащиты бывает только нападение.

Жизнь будет преподносить нам неожиданности, покуда мы не поймем самих себя. Кто старается себя постичь, тот может остолбенеть, обнаружив свое собственное "я", которое привык считать исключительно положительным и справедливым.

Пример из жизни.

Здесь приводится история о том, как один **человек обрел себя**. В процессе чтения Вы поймете, что рассказ этот скорее о поисках себя, о чем автор письма прямо упоминает. Когда эта женщина впервые переступила порог моего кабинета, у меня мысленно опустились руки - настолько трудным и безнадежным показалось ее лечение с помощью мыслительной силы. Как пролить свет туда, где для света нет места? Я прекрасно знала, какую кару уготовит мне медицина, когда эта женщина покинет сей мир. Никто не стал бы выслушивать мои оправдания, что пациентка сама так захотела и что она имеет право сама распоряжаться своей жизнью. К лечению в мире до сих пор относятся однозначно: болезнь необходимо изгнать из тела как можно скорее. Когда болезнь ликвидирована, человек исцеляется. Если нет, то вина ложится на лечащего.

Рациональный разум не желает соглашаться с тем фактом, что подлинным и наиболее совершенным целителем является сам человек. Все остальные лекари вплоть до высокоразвитой медицины - всего лишь вспомогательная сила на этом пути на Голгофу. Моей единственной опорой была надежда, что женщина осознает свои ошибки, ибо она - молодая и красивая женщина - хотела жить. Она сама сделала в себе место для света.

Далее следует написанное ею письмо.

Я хочу рассказать о своей истории с тем, чтобы кто-нибудь почерпнул в ней помощь, поддержку и надежду на будущее.

Женщина я самая обычная. Работаю. Мне 40 лет, 18 из них я замужем.

Два года тому назад у меня обнаружили тяжелое двустороннее онкологическое заболевание, требовавшее немедленного хирургического

вмешательства. До того я пережила несколько тяжелых душевных потрясений. Я ощущала безмерную усталость и упадок сил. Теперь-то я знаю, что причиной моих болезней была я сама. А так как в нашем роду рак встречался из поколения в поколение, я подсознательно все время ждала, когда придет моя очередь. Этой страшной болезни я боялась, но одновременно желала ее. Я хотела этим вызвать сочувствие к себе. Сейчас я не стыжусь в этом признаться. Мне казалось, что я очень много пережила в жизни, но никто меня в достаточной степени не жалеет. Болезнь не могла бы не привлечь ко мне внимание.

От операции я отказалась. Составила завещание и стала ждать смерти. Инвалидность казалась мне страшнее смерти. Прождала неделю, другую. Оплакивала себя и жила дальше. Смерть не приходила, хоть я ее и ждала. Однажды утром, когда я глядела на восход солнца, в который раз охваченная жалостью к себе, я подумала, как будет выглядеть жизнь, когда меня не станет. Солнце будет всходить, как и всегда. Те же люди будут ждать по утрам на автобусной остановке, вокруг будут бегать те же собаки, и вообще миру абсолютно безразлично, есть я на свете или меня нет. Я вдруг поняла, что мое существование важно только для меня самой и в какой-то степени для моей семьи. Поскольку дети уже большие, то они справятся и без меня.

Даже и теперь я не могу точно сказать, какие чувства вызвали у меня эти мысли - злобу ли, упрямство либо то и иное разом, но я послала все к черту и решила выживать.

То, что происходило дальше, немного смахивает на комедию. Я перепробовала все лекарства, настои, отвары собственного изобретения и т. п. - все, о чем я когда-либо слышала и что, по моему мнению, могло мне помочь. Сейчас мне кажется странным, как мое тело все это вынесло, но тогда проснувшаяся воля к жизни помогла мне даже лучше разобраться в самой себе. По правде говоря, жизнь нравилась мне и раньше, но теперь я стала ценить и любить жизнь и время совершенно иначе. А еще я стала понемногу различать, что существенно, а что несущественно. Так я продержалась полгода.

Потом мне случайно попала в руки книга "Душевный свет". Книга понравилась, в ней все излагалось как будто правильно, но я никак не могла понять, почему суждено было заболеть мне, такому хорошему человеку. Я нашла в ней правильное объяснение проблем и болезней, касающихся всех моих знакомых и подруг, а про себя не нашла ничего. На худой конец, я была готова признать, что я чуточку недобрая, но и то по-хорошему, не причиняя никому зла. Что может быть проще - видеть в чужом глазу соринку, а в своем не замечать бревна. Описанные в книге чудесные исцеления казались мне невероятными, а позже, когда я поверила, развили во мне комплекс неполноценности. Сейчас мне и самой не верится, но именно такой я была - слепой и лживой. Конечно, с прошедшим временем - "была" - я поторопилась, ведь если ты сорок лет "пудришь мозги" себе и другим, то за полтора года, в течение которых я ищу истину о себе, наверстать успеваешь далеко не все. Я, во всяком случае, не успела.

Но мне невыразимо радостно, что я стала этим заниматься. Сейчас для меня это - одно из важнейших дел в жизни.

Поначалу я сомневалась, сумеет ли Виилма помочь мне, ведь она не знает, какой я на самом деле хороший человек, однако разговор о моих родителях пробудил доверие. К тому же, то, что она говорит на пленку, звучит так красиво. Меня поразило ее умение делать тебе промывание желудка с таким выражением лица, будто она кормит тебя вареньем с ложечки. Я была бы счастлива, если бы сумела приобрести такую способность.

Вскоре после моего первого визита были опубликованы следующие книги под названием "Остаться или идти" и "Без зла в себе". Прочтя их, я поразились тому, что еще жива. Я обнаружила в себе все ошибки, описанные в книгах. Чтобы лучше все уяснить и ничего не забыть, я попыталась создать свою собственную систему. Я законспектировала все книги. План работы был разбит мною на отдельные пункты, а именно:

1. что и кому прощать,
2. что освобождать,
3. мысли, которые казались верными, но которые не находили отклика в моей душе.

Я воспринимала это как работу, которую необходимо проделать, чтобы обрести здоровье. И я оказалась работающей. И еще какой работающей! Не пропуская ни единого дня и используя каждую свободную минутку, я беседовала в душе с собой и с другими. Прощением я занималась до четырех часов в день.

Ничто не изменилось.

Я повторяла как заведенная, но лучше не становилось.

Не знаю, то ли моя механическая работа дала результат, то ли просто пришло время, а может, и то, и другое вместе взятое, но наконец стал являться разум. Я начала делать о себе открытия и, слава Богу, открываю до сих пор. Вначале мне приходилось по многу раз освобождать безысходность и комплекс неполноценности, поскольку никак не могла взять в толк, почему у меня не получается, а у других получается. В книгах ведь были примеры, и в них у других получалось. Мне тоже хотелось. Теперь-то я знаю, что я - это я, а другие - это другие, и у всех нас свой путь и способ движения.

С большой радостью я стала выявлять в себе недостатки. Хотя это и казалось детской, примитивной игрой, но я с увлечением обнаружила в себе злость, мстительность и зависть и с не меньшим увлечением их освободила, испытывая вслед за этим облегчение в душе. Тогда я еще не понимала, что речь идет об обретении себя и что как раз это и является самым главным. Вероятно, первоначально я просто радовалась тому, что учение, которое может спасти, стало мне подходить. Я, хороший человек, искренне радовалась, когда находила в себе недостатки, которых раньше как будто и не было. Поначалу мои недостатки казались весьма безобидными, но они

были, и это главное.

Того, что во мне может также обитать жестокий убийца и злобный тиран, я не согласилась бы признать ни при каком условии. Все свои сорок лет я словно попеременно вываливалась в смолу и в перьях, чтобы образовалась по возможности непрозрачная и непроницаемая внешняя оболочка. Сама того не подозревая, я очень хотела скрыть свое истинное "я". Я была абсолютно убеждена, что во мне нет ничего достойного любви, и я тем более старалась стать достойной любви других. Ведь этого хотят все. Лишь недавно до меня дошло, что мое истинное "я" ничуть не хуже, чем то, которым я прикидываюсь. Я настолько свыклась с этой требующей напряжения игрой, что не умею быть сама собой. Мне еще придется немало потрудиться, чтобы найти себя.

В ходе второго визита я узнала, что все стрессы, мешающие моему движению вперед и истребляющие энергию воли, крайне велики. Нежелание, вынужденное положение, сверхтребовательность, недовольство и желание быть лучше других, которые ранее были обыкновенными словами для выражения мыслей, превратились вдруг в живую энергию, с которой можно общаться, как с разумным человеком. Это открытие меня ошеломило. Поскольку тогда я уже верила словам Виилмы, мне стало страшно за себя. Из-за страха я долгое время топталась на месте. Или, по крайней мере, так мне казалось, хотя Виилма говорит, что если тяжелая болезнь не усугубляется, то стабилизация является движением вперед.

Я старалась вспомнить свое детство. Несмотря на очень хорошие материальные условия, оно было удручающим, удушающим и унижительным. Я всегда старалась о нем забыть. Если не помнишь, то можно ведь сказать, что его и не было. Нет ничего проще, чем лгать себе во имя доброй цели. Я помню из раннего детства некое смутное чувство, что вначале и должно быть плохо, хорошее придет потом. Не помню, кто мне это внушил. Прежде я себя этим утешала, но сейчас поняла, что это есть оправдание плохого. Я попросила прощения у прошлого за это заблуждение.

Мне удалось вспомнить даже момент своего рождения и те чувства, с которыми я появилась на свет. Не сильно-то они отличались от моих чувств во время болезни. Я была нежеланным ребенком, отсюда величайшие страхи перед рождением. В конце концов я родилась просто от безысходности и смирения. Теперь я знаю, почему я никогда не любила дни рождения. Лишь несколько месяцев тому назад, в свой последний день рождения, я впервые почувствовала, что в дне рождения нет ничего страшного. Получился неплохой праздник. Продолжая поиски, я обнаружила в себе огромную злобу на мать. Я никогда особенно с ней не ладила, но и не поверила бы, что способна на такую великую злобу. Даже если бы об этом сказала д-р Виилма. А так как обнаружила я злобу сама, то возражать не было смысла. Я старалась простить матери и испросить у нее прощения. Чем больше старалась, тем больше становилась злоба. Наконец я поняла, что всеохватное прощение за один раз мне не под силу, все равно так быстро не соображаю. Стала прощать эпизод за эпизодом. Иной раз бывало очень больно: мать причинила мне много зла. Злоба оказалась у меня такой большой, что я сама

испугалась. Матери не было в живых. Говорить и выяснять не было возможности, значит, эту работу предстояло сделать мне самой. Как-никак урок моей жизни.

В противоположность матери, отца я считала почти святым. Всегда прекрасно с ним ладил. Поскольку я поняла, что в отце тоже есть негативность, которую я, словно в отместку матери, не желала до сих пор видеть, то попыталась ее выявить. А так как я давно уже для себя решила, что мать плохая, а отец хороший, то мне пришлось сильно потрудиться. Но я все же нашла и осознала, что нельзя разобраться в себе, не разобравшись сначала в родителях. Мне довелось беседовать со многими, кто занимается прощением. В противовес мнению других, я ощущаю, что умершим родителям прощать проще, потому что тогда их жизнь воспринимается целиком и я общаюсь с их чистыми душами. Нашему общению не мешает уровень разума, мечущегося в круговерти жизненной схватки.

Своей лживости я все еще пока не обнаруживала. Наоборот, признавая шаг за шагом свои ошибки, я считала себя правдивой и смелой. Как-то в беседе со знакомой я рассказала про Виилму, и ее сильно удивило, что я - пациент Виилмы. Она сказала, что такому славному и уравновешенному человеку, как я, нечего искать у Виилмы. Впервые за долгое время я густо покраснела. Мне было очень стыдно за то, что я обманывала свою знакомую. Этот случай заставил меня глубоко задуматься. Я считала себя честной, а оказалась лживой.

Обучаясь прощению, я допустила большую ошибку в том, что спешила. Я хотела быстро все освободить и простить, чтобы зажить наконец спокойно. Почти целый год ушел на то, чтобы понять, что работа эта не временная. Это стиль жизни, в который нужно войти и с которым нужно слиться органически. Ну да, как известно, мудрость приходит через тернии.

Охота к спешке пропала у меня благодаря неразрешимым проблемам, которые всегда возникали в самое неподходящее время. Сделав очередное открытие, я ощущала себя очень мудрой, пока со временем не сообразила, что мудрость не имеет предела и что за одну жизнь человек усваивает лишь ничтожную долю всевозможных мудростей. В те моменты, когда я ощущала себя мудрой, я задавалась вопросом, достаточно ли я уже мудра, чтобы смело и правильно справиться со своими проблемами. Должна признаться, что некоторые проблемы продолжают возникать передо мной снова и снова, и всякий раз мне удается осмысливать их более глубоко и под новым углом, но пока я не готова для их окончательного разрешения.

Сейчас мне опять предстоит столкнуться с теми же проблемами. Мне становится смешно, когда я представляю себе, сколь глупо я повела бы себя в прежние времена. Однако страх перед этими проблемами поубавился, и этого достаточно, чтобы радостно идти дальше. Я убеждена, что когда-нибудь научусь с ходу принимать мудрые решения. Мне кажется, что страх и только страх мешает мне вести себя разумно. Мудрости повсюду предостаточно, однако мы проходим мимо и не умеем использовать ее во благо себе. Если же используем, то пропускаем ее через себя, и она становится нашей

собственной мудростью. Это - великолепное чувство.

В нашем саду растет старая яблоня, и она преподнесла мне неплохой урок. Насколько я знаю, ей более 50 лет, но так как она продолжает ежегодно плодоносить, то никто не решился заменить ее на молодое дерево. В высоту яблоня превышает 10 метров, и время от времени у нее отпиливали нижние ветки. Видимо, ей стало трудно гнать питательные соки на такую высоту, и она поступила целесообразно: пустила снизу новые ветки, а верхушка высохла. Выходит, что деревья способны думать. Если бы мы только умели увидеть и понять!

В течение пяти лет под Новый год я регулярно сваливалась с высокой температурой. Меня страшно выматывали приготовления к Рождеству и Новому году, а также годовые отчеты, но я не догадывалась, что живу неправильно. Тело пыталось мне помочь, теперь-то я это понимаю, и я благодарна ему. Эта проблема тоже разрешилась.

Во мне пробудился интерес к мудрости, которая содержится в пословицах. В них всегда находишь что-нибудь полезное на все случаи жизни. В пословицах заключено зерно истины, которое стоит того, чтобы его отыскать и пропустить через себя.

Огромным подспорьем для меня послужило осознание того, что мысль - это энергия. Ведь как принято считать - если я не делаю ничего плохого и заторного, то человек я не плохой. Но плохая мысль - это то же плохое. Просто мы ее от страха не реализуем и считаем, что все хорошо. Теперь я знаю, что если меня начинает тревожить какая-нибудь мысль, то позже выясняется, что она явилась ко мне с некоей определенной целью. Поэтому я не считаю пустячной случайную мысль. Я всегда стараюсь додумать пришедшие в голову мысли до конца, потому что из этого всегда получается что-нибудь интересное. Частенько финал мысли бывает неведом в начале. Мне многое открылось и, я знаю, будет открываться впредь.

Очень много поучительного можно почерпнуть также из Библии. Будучи добропорядочной христианкой, я беспокоилась из-за того, что, веря в Бога как во Всеединство, я также верю в переселение душ, тогда как наши пасторы это отвергают. Это заставило меня обратиться к Библии в надежде отыскать место, где бы четко говорилось о том, что души не переселяются, а единственное переселение - это вознесение на небеса. Но ни одного однозначно трактуемого пассажа я так и не нашла. Сейчас я много размышляю о жертвоприношении, и у меня такое ощущение, что и в этом вопросе Библия трактуется слишком однозначно. Я взялась перечитывать ее с тем, чтобы ничего не упустить. Я считаю, что не надо жертвовать собой. Жертвование - это манипуляция человеком. То, что Христос пожертвовал собой, следует воспринимать не как самопожертвование, а как испытание любви.

Каждого из нас Бог наделил каким-нибудь даром, и единственное, что от нас требуется - это служить ему этим даром. Однако обитающий в нас страх *меня не любят* вынуждает нас скрывать свое истинное "я" настолько, что мы не знаем о собственных дарованиях. Потому-то среди нас столько недовольных

людей. Я тоже не обнаружила пока в себе ни одного дарования, но ощущаю, что близка к этому. Нужно поверить в себя, тогда возможно поверить в Бога и в других людей.

Не знаю почему, но прощение лучше всего получается у меня в церкви.

Для меня существует два вида прощения: прощение разумом и прощение сердцем. Это совершенно разные вещи. На данный момент я научилась прощать разумом. Наделе это не что иное, как просто понимание. Было странно, когда к концу процесса прощения я забывала начало мысли. Не помнила, кому и что именно я должна была простить. Всякий раз я пугалась и думала: уж не склероз ли это? Позже я поняла, что я настолько простила от всей души, что первопричина переставала для меня существовать. Я все поняла правильно.

Поскольку до сердца я еще не дошла, то с прощением от сердца у меня бывают трудности, но я стараюсь. *(В этом пациентка ошибается. Не научись она прощать сердцем, исцеления бы не произошло. - Прим. автора.)*

За те полтора года, что я занимаюсь прощением, я пришла к убеждению, что все, что мы в жизни осуждаем, нам суждено испытать на себе. Нам необходимо это усвоить. Сама я более всего осуждала пьянство. Трудно понять, почему люди добровольно губят себя. Я часто размышляла о пьяницах, и моя ненависть к ним все возрастала. Относиться к ним с пониманием я научилась на собственном опыте. А именно: я вдруг заметила, что одежда становится мне тесноватой. Купила новую, попросторнее, но и она стала мала. Я подумала - что за ерунда, ведь я всегда была стройной, а теперь вдруг такая напасть! Я обнаружила, что потребляю пищу в несколько раз больше, чем требуется телу, но я уже пристрастилась к еде. Особенно к сладкому. Я потеряла форму, но так как еда меня привлекала, я продолжала есть.

Наконец я задумалась, почему я так делаю, и обнаружила, что переедание - такая же наркомания, как и алкоголизм. Несмотря на прозрение, было очень трудно урезать себя в еде. Я поняла, что сама навлекла на себя этот урок, но он был для меня крайне необходим и прибавил мне ума. Теперь я умею лучше прислушиваться к своему телу. Особенно здорово делать это в продовольственном магазине. Подхожу к прекрасному, аппетитному высококалорийному продукту и мысленно спрашиваю у тела, нуждается ли оно в этом продукте и почему. Как ни странно, но если я даю себе толковый ответ, у меня пропадает аппетит к тому, в чем мое тело не нуждается.

Таким же образом я избавилась от пристрастия к кофе. Прежде я относилась к категории "сов" и считала, что не смогу двигаться без пол-литровой чашки кофе. Оказалось, что могу. Вместо кофе моему телу нужно просто больше времени на пробуждение. То есть следует раньше вставать. Невероятно, но я, которая без будильника до полудня не просыпалась, встаю теперь сама рано. Во мне зреет убеждение, что еще лучше было бы просыпаться с восходом солнца и пробуждением природы. Я уверена, что скоро приду и к этому.

Возможно, это произойдет во время летнего отдыха, когда я собираюсь поститься в течение недели.

Признание сердцем своих страхов далось мне в последнюю очередь. Легко прощать разумом, но покуда прощение не идет от сердца, от страхов не освободиться. В качестве примера могу рассказать о третьей годовщине смерти матери. Я считала, что три года печали - срок достаточно долгий. Я решила - что было, то было, и не стоит об этом больше думать. А так как печаль не отступала, то позвонила подруге, чтобы поболтать для поднятия настроения. Ее муж сообщил, что она пошла на кладбище приводить в порядок могилу своего отца. В тот же вечер я отправилась на день рождения. Моей соседкой за столом оказалась недавно овдовевшая молодая женщина. Я не могла выносить ее героического глотания слез и пересела на другой конец стола. Угадайте, о чем там говорили? Естественно, о мертвых. С утра до вечера все оборачивалось так, чтобы я осознала боль своей утраты. Я поняла, что глупо скрывать свои чувства и что я имею право печалиться, когда мне этого хочется. Видимое благополучие не исключает печали. Выплаканная печаль - печаль освобожденная, поэтому после слез легче жить.

И моим основным страхом тоже является страх, что меня не любят. В течение долгого времени я не желала себе в этом признаваться. Ведь я - прекрасный во всех отношениях человек, как можно меня не любить! Моя душа протестовала. Мало-помалу я стала проникаться осознанием того, что я всегда и везде старалась выслужить любовь других - и как еще старалась. И мне это удавалось. Это, конечно, горькая правда, но ее признание расставило по своим местам многие нерешенные вопросы. Я стала лучше разбираться в своем муже и в нашем браке. Я поняла, что любовь и секс - две стороны одной медали. Если одна слишком велика, то другая слишком мала. Та, что побольше, увеличивается, а поменьше - уменьшается, покуда они не меняются местами, и все повторяется сначала. Тяжкий крест и лишения вместо заветного брака по любви.

Насчет того, чтобы любить мужа, наши взгляды с г-жой Виилма расходятся. Для того, чтобы полюбить мужа, нужно в первую очередь полюбить себя. *(Пациентка еще не освободилась от некоторых навязчивых представлений, поэтому ею упущено из виду одно из важных положений, изложенных на стр. 36 моей первой книги (глава "Учись любить"), где говорится о том, что человек должен научиться любить себя. О том же, что женщина обязана прежде всего любить своего мужа, я говорила позже, в книге "Без зла в себе" (стр. 9). Речь идет об уровнях разного порядка.)*

Однако, когда полюбишь себя, может вдруг обнаружиться, что человека, который является твоим мужем, можно любить любовью ближнего, но в партнеры он не годится. *(В этом отношении пациентка еще недостаточно усвоила урок. - Прим. автора.)* Хоть муж и изменяется, если изменяется жена, все равно что-то не так. Я еще не во всем разобралась, но в том, что жены

не умеют любить мужей, виноваты не только жены. *(Это верно. - Прим. автора.)* Если в наше время половые роли перепутались, значит, просто так надо. Жены и вправду не любят мужей, и это мужчин унижает. Значит, мужчины нуждаются в унижении. Может, потому жены и не могут любить своих мужей, что тем для изменения себя нужна не любовь, а нужно унижение. Поскольку унижение мужчин достигло такой крайности, что хуже некуда, то можно предположить, что вскоре произойдет некое изменение. Тогда мужчины снова станут мужчинами, а женщины - женщинами. Все взаимосвязано. *(Отношение к мужчинам по-прежнему догматически женское. - Прим. автора.)*

Я считала, что мой муж по духу гораздо старше и мудрее меня, но когда я стала постигать духовную мудрость, моя иллюзия разрушилась. Я увидела его совершенно с иной стороны. Со временем я поняла, что мы отнюдь не разные, а, наоборот, очень похожие. В душе мы всю жизнь старались выслужить любовь друг у друга и потому испытывали большое унижение. Мы - униженные, и сами же унижаем. Выслуживая любовь, я сделала мужа зависимым от себя.

Я ощущаю себя подлинной дочерью Евы, которая подсознательно использует свою женственность. Ведь зависимым мужем можно манипулировать. Что может сравниться с победным ликованием, которое испытываешь, когда скручиваешь мужа в бараний рог, как тебе хочется. Другое дело, что муж не всегда позволяет это делать. Это верно, что в мужья мы получаем именно того, кого заслуживаем. Мужчинам почему-то нравится, когда их используют. Это унижительно. Но, как я уже говорила, мужчины нуждаются в унижении. Иначе почему сейчас стало модным брать в жены женщину значительно моложе мужа. Внешне это выглядит так, словно крепкий мужик решил потешить себя новой игрушкой в лице юной девы, но на деле такой мужчина нуждается в унижении. Молодая жена неизбежно станет манипулировать старым мужем. Природой ей дарована вся необходимая для этого атрибутика. Старый муж, который позволяет молодой и глупой жене вертеть собой, обрекает себя на великое унижение. Таково мое мнение.

Совместная жизнь двух людей - дело всегда добровольное. Разговоры же о том, что это делается ради детей, являются манипулированием детьми. О манипулировании я говорю так много, видимо, потому, что лишь два месяца тому назад осознала, какой я сама великий комбинатор-махинатор. Произошло это, когда до меня дошло, что моя свекровь, вечно изображавшая из себя страдальцу, своим манипулированием превратила жизнь своего мужа в сущий ад. Мне известно, что мужчины всегда выбирают жен по своей матери, но себя я в этом ракурсе вижу плохо. Видимо, боюсь узнать себя в свекрови. Признать же себя манипулятором я никак не соглашалась.

В течение нескольких недель я все размышляла о том, как же это мой муж при выборе жены так ловко обошел законы природы и женился на той, которая совсем не похожа на его мать. Две недели я предавалась самолюбванию, однако нимб над моей головой так и не появился. Свое

заблуждение я осознала после того, как придумала некий блестящий план, осуществить который предстояло мужу. Как всегда, я своего добилась, но внезапно поняла, что веду себя подло, безжалостно используя мужа. Я обнаружила, что манипулирую настолько виртуозно, что играю в кошки-мышки даже сама с собой. Теперь я научилась смотреть со стороны и на себя. Может, однажды и перестану обижать своего мужа.

Какая все же хитрая штука - мысли. Освобождаю свои плохие мысли слой за слоем, а за ними обнаруживаются настоящие сюрпризы. Например, вместо того, чтобы полюбить мужа, я стала, напротив, подумывать о разводе. Сейчас я думаю, что это нужно не только мне, но и ему. Нам обоим необходимо выпрямиться в полный рост и обрести чувство ответственности за свои деяния. Скажи я об этом моим знакомым, мне никто бы не поверил, так как меня считают превосходной женой. Но мне нужна свобода. Как никогда ранее, я ощущаю себя пленницей и хочу как можно скорее вырваться на волю. Временами мне хочется побыть одной, без мужа и детей, и из-за этого я не считаю себя жестокосердной матерью. Может, стоит пожить поврозь, чтобы семейная жизнь снова наладилась? Пока не знаю. Но знаю точно, что рубить все махом, как мне хотелось вначале, я не буду. А может, не буду вообще.

Я знаю, что физической свободы без душевной свободы не бывает. Это я поняла после последнего визита к д-ру Виилма, когда она вдруг ни с того ни с сего заговорила о предыдущих жизнях. Она ни о чем не спрашивает, а всякий раз просто объясняет суть новой проблемы, которую предстоит усвоить. Она описала, что в пред-предыдущей жизни я сбежала от жениха из-под венца. По дороге домой до меня вдруг дошло, что в нынешней жизни мне достался-таки тот самый мужчина, от которого я сбежала 500 лет тому назад. От житейских уроков, если их не усвоишь, никуда не денешься. Я просто должна изменить свое отношение к мужскому полу, иначе сама себя загоню в угол. Сейчас муж уже не столь антипатичен, как прежде. Когда я освобожу свою антипатию, то, возможно, он окажется совсем не антипатичным.

Испытывая сильный страх, что муж меня не любит, я никогда не повышала на него голос. Год назад я испытала, какое это огромное наслаждение. Выкрикиваешь все, что накопилось на душе, а после испытываешь громадное облегчение. Вопреки ожиданию, это было совсем не постыдно и подействовало освежающе на нас обоих. Теперь мы время от времени прибегаем к этому новому способу разрядки напряжения. Умнеем понемногу.

Мне все время казалось, что за эти полтора года я очень мало чего достигла, но сейчас, правдиво описывая все свои глупости, я поняла, что это не так уж мало. На сегодняшний день мне бы надо полюбить свою болезнь, так как именно благодаря ей началось мое становление как человека. К сожалению, пока я испытываю к ней только благодарность. Значит, у меня есть куда расти.

Чуть не забыла - врачи признали меня здоровой. Рак сгинул. Врач сказал: *"Уважаемая госпожа! Впредь лечите себя так же, как и лечили. Это хорошо*

помогло". Но он не захотел узнать, что это было за лечение.

Я благодарна своей пациентке. Она сделала невозможное возможным.

К повествованию этой женщины я прибавила некоторые комментарии, чтобы Вы поняли: для выздоровления не требуется мгновенно превратиться в ангела и им оставаться. У нее еще много нерешенных проблем, которые она, не понимая истины, пытается отрегулировать с позиции права. Ее тело видит и знает, что человек желает признать свои ошибки и не ищет легкого способа отмахнуться от плохого. Она ни разу не спросила с раздражением: *"Сколько разя должна прощать? Раз или десять? Почему так много, а меньше нельзя? Страху тоже прощать или хватит того, что я прощу злобе? Почему прощать должна я, если он сам во мне поселился? Ну и что с того, что он явился меня вразумить, я же об этом не просила!"*

Человек, который впрягает в работу свою голову и мыслит, руководствуясь голосом сердца, понимает, что нужно делать. Понимание означает подключение разума. Разумная деятельность дает необходимый результат. Человек ощущает не обязанность, а потребность. Потребность для себя же. Всякие если да кабы утрачивают смысл.

Эта женщина стремится познать себя до мельчайших подробностей, и в этом и состоит потребность любить свое тело без условий. Неважно, что она на словах валит в одну кучу любовь эмоциональную и любовь безусловную. Важно то, что творится в сердце. Это невозможно облечь в слова. А ее тело исцелилось благодаря любви своей возлюбленной.

О рабстве и свободе, о собаке и кошке

Природа на каждом шагу помогает нам понять двусторонность жизни. Рабство и свобода - две грани целого. Это целое находится в каждом из нас. Уравновешенный человек свободен, но его свобода не есть незыблемая ценность, утвержденная законом. Уравновешенный человек обладает умением постоянно и постепенно увеличивать свою свободу по мере повышения уровня своего развития. Испуганный человек этого не умеет, поэтому его учит природа.

Взгляните на кошку и собаку. Думаю, мне не надо комментировать их взаимоотношения. Когда о людях говорят: живут как кошка с собакой, то этим все сказано.

О чем могут поведать человеку эти славные животные?

Собака символически является рабом.

Кошка олицетворяет свободу.

Собака символически соотносится с мужчиной.

Кошка соотносится с женщиной.

Если Вы желаете глубже осмыслить данную главу, то вместо "собаки" читайте "мужчина" и "раб", а вместо кошки - "женщина" и "свобода".

Мы употребляем выражение "собачья жизнь", обычно не вдаваясь в его смысл. Мужчина лучше гармонирует с собакой, женщина - с кошкой, ибо подобное понимает подобное.

Если Вы раньше не задумывались о такой возможности видения жизни, то теперь у Вас появилась возможность открыть для себя много нового и детального, - гораздо больше, чем будет изложено мною в рассказе обзорного характера.

Итак, собака - это раб. К тому же такой раб, который жметя поближе к хозяину и преданно ему служит, поскольку раб зависит от рабовладельца. У мало-мальски хорошего хозяина собака является навечно верным другом, готовым ради хозяина пожертвовать жизнью. Многие люди подмечают, что с тех пор как в доме появилась собака, дети перестают часто болеть. Принято считать, будто это происходит от того, что у детей появляется больше интересной деятельности.

Снятие напряжения деятельностью издавна известно как один из способов оздоровления. Деятельность лечит, если человек получает от нее удовольствие. В данном случае важно то, что **как дети, так и собака ощущают, что их любят и в их любви нуждаются.** Собака и ребенок любят на равных - без условий. А если в семье и случаются неприятности, то собака жертвует собой во имя ребенка и домочадцев. Ее болезни остаются зачастую незамеченными, так как она лечит себя сама. Ее малый ум, однако большой разум способствуют этому.

Если Вы скажете, что у Вашего ребенка возникла аллергия на собачью шерсть и Вы были вынуждены от собаки отказаться, то у Вашей семьи остался неувоенным важный урок, и он сейчас зреет в невидимости. Зреет в значительно более серьезную болезнь. Аллергия на собачью шерсть означает *протест против малейшего ущемления свободы, т. е. против рабства.* Рабство - это униженность. **Протест против униженности** усиливает саму униженность. Какое заболевание вызывается *униженностью*? Воспаление. Какое возникает заболевание, если униженность стала невыносимой? Гнойное воспаление. Тем самым собака указала Вам на большую проблему Вашего ребенка, а Вы сделали из собаки виноватого и избавились от нее вместо того, чтобы избавиться от стресса. *Протест* Вашего ребенка против того, что он *лишился собаки*, лишь усугубит его проблему.

В связи с раболепием этот стресс имеет много различных нюансов. Например, протестующая печаль по поводу своего униженного рабского положения вызывает аллергическую влажную кожную сыпь. Если человек душил в себе протест, не желая показаться невоспитанным, то у него развивается легочная астма. Короче говоря, задумайтесь и определите свое отношение к рабству. Представьте себе, что Вы сами попадаете в рабство либо это происходит с Вашими близкими. Поглядите на собаку, лишенную свободы, и вообразите себя на ее месте. Когда Вы освободите шаг за шагом все свое отрицательное отношение к рабству, то Вашу семью покинут заболевания дыхательных путей. Но не забывайте, что вокруг полно раболепия, и если вы замечаете это и оно Вас беспокоит, то Вы еще не окончательно освободились от этого стресса.

Собака собакой, но если человек живет, подобно собаке, то ему выпадает очень много страданий. Меня часто спрашивают: "Почему я позволяю обижать себя? Почему позволяю обращаться с собой, как с рабом, хотя и знаю, что никому от этого лучше не становится? Все мое существо протестует против собственного поведения, а я все продолжаю позволять третировать себя. Хожу и помахиваю хвостом перед всяким, кто одаривает меня мало-мальски дружелюбным взглядом, но при этом знаю, что человек этот коварный и подлый и использует меня в своих целях. Временами я отбегаю в сторону, поджав хвост, и даю себе обещание впредь быть поумнее. А уже в следующий миг снова принимаюсь махать хвостом." Подобное поведение подрывает жизненную силу человека.

Я отвечаю: "Причина заключается в чувстве вины. Страх оказаться виноватым превращает Вас в существо, которое будет лучше страдать само, нежели причинит страдания другим. А вернее сказать - снова заставляет страдать других. В своих прежних жизнях Вы подчиняли себе других либо в буквальном смысле поработали, отчего долг кармы возростал, и теперь Ваше подсознание ищет искупления. К сожалению, страх оказаться виноватым заставляет Вас бросаться в иную крайность. Поймите, что для искупления кармической вины страдать вовсе не обязательно. Когда Вы освободите свой стресс и осознаете его подоплеку, Ваши страдания закончатся. Урок будет Вами усвоен."

Попросите прощения у всех, кем Вы помыкали в предыдущих жизнях и кому причиняли зло. Совсем не обязательно знать их наперечет - необходимо понять свою ошибку. Ваша душа отыщет души всех причастных, ибо для душ не существует времени, как не существует потребности обитать на данный момент в живых людях. Простите себе за то, что, властвуя над другими, Вы взрастили долг кармы до его нынешней величины. Попросите прощения у своего тела за то, что заставили его тем самым страдать. Тогда Вам будет легче прощать тем, кто сейчас совершает те же ошибки, что совершались Вами в былых жизнях. Раб и рабовладелец - две стороны одной медали. Испуганный человек на протяжении одной жизни может быть для кого-то рабом, а для кого-то рабовладельцем. Когда освобождается страх, проблема

вынужденного положения снимается сама собой.

Разумный человек понимает, что он не нуждается в принуждении. Человек более низкого уровня развития, он же неуравновешенный человек, в принуждении пока еще нуждается, поскольку не умеет применять свои знания. Он сознает, что покуда существуют злые от страхов люди, которые ничего не понимают и понимать не хотят, собака должна быть на цепи. По крайней мере, в городе. Иначе собака из доброго побуждения захочет научить злого человека уму-разуму, и в итоге зло лишь возрастет. Пострадавший подсознательно отождествляет Вас с Вашей собакой и правильно делает. Сами Вы, возможно, никогда не ощутили бы, сколько в Вас таится агрессивности по отношению к согражданам. Собака, словно учитель, указала Вам на это.

Однажды я наблюдала за тем, как игривый, длинноногий, похожий на теленка щенок с озорной мордой подбежал, помахивая дружески хвостом, к пожилой женщине. Та повела себя так, как ведут себя потерявшие от паники разум люди: подняла вверх руки с сумкой, словно руки - самая ценная часть тела, и закричала. Щенок остановился как вкопанный, таращась на это диво. Женщина продолжала вопить. Меня это удивило. Я подошла к ней и сказала: "*Не бойтесь, это ведь щенок, он хочет с Вами подружиться*". Она бросила на меня уничтожающий взгляд и гаркнула: "*А я зато не хочу!*"

Что тут скажешь!

Такому человеку трудно приходится в жизни. Во всех он видит врагов. Женщина посчитала, что собака ее испугала, а на деле она сама испугала щенка, в маленьком мозгу которого отпечатался незабываемый образ старой, злой, а потому опасной особы женского пола, которая ничего не понимает. Он искал друга, а нашел врага. Впредь на теток подобного типа он будет поглядывать исподлобья, с подозрительностью.

Отсюда мораль: озлобленный от страхов человек желает вариться в собственном соку, поэтому не лезьте к нему с поучениями и не позволяйте делать этого также своей собаке. Покуда люди не станут рассудительными, следует удерживать своих собак и обучать их рассудительности. У людей они учатся с большей охотой.

Говорят, что **собака - лицо мужчины и поступок женщины**. Это означает, что поведение собаки определяется хозяйкой. Чем *скрытнее* хозяйка, тем скрытнее собака. Чем хозяйка *более жестока*, тем больше следует опасаться зубов ее собаки. Но если в Вас нет *страха перед скрытной злостью*, то Вы также лишены *злости на скрытную злость*, и Вы не спровоцируете эту собаку на нападение.

Собака - лицо мужчины. Что это значит? То, что собака имеет повадки хозяина. Если у хозяина резкие движения, то резкие движения и у собаки. У

спокойного, медлительного хозяина собака тоже спокойная - перед тем, как залаять, подумает. Не говоря уж про то, чтобы укусить.

Вы можете спросить, откуда Вам знать, с какой собакой Вы имеете дело? Да уж, момент столкновения с собакой не самое удачное время для того, чтобы начинать исправлять свое умонастроение. Если Вам страшно, то умнее уступить собаке дорогу. Если Вы - смелый человек, собака сама уступит Вам дорогу. Прочувствуйте себя, и Вы поймете, чем именно Вы провоцируете животное. Точно тем же Вы провоцируете и людей.

Посмотрите, как спокойно ведут себя собаки с мужчинами и мальчиками, которые благодаря своему возрасту вырвались из пут материнской испуганной опеки. Если человек мужского пола плохо относится к собакам, это значит, что в нем слишком много эмоций. Собака это чувствует и отвечает тем же. Например, многие собаки не терпят пьяных мужчин.

Поспешность - это страх. Чем страх больше, тем больше притаившаяся в его тени злоба. Почему собаки, как правило, терпеть не могут почтальонов? Потому что почтальоны терпеть не могут собак. Почтальоны всегда спешат. Они недовольны всяким препятствием, которое ограничивает их скорость, не понимая того, что каждое препятствие говорит: *"Чем больше ты бездумно торопишься, тем хуже становится твоя жизнь."* Для многих же почтальонов почтовые ящики либо слишком маленькие, либо слишком большие, калитки либо слишком низкие, либо слишком высокие, а кусачие собаки в этих садах либо охраняют слишком богатых хозяев, либо специально подкарауливают слишком бедных почтальонов. И бедные почтальоны вынуждены все это сносить. Проблем, конечно, гораздо больше. Я привела в качестве примера отношения между спешащим почтальоном и собакой для того, чтобы в их единоборстве Вы углядели собственные проблемы.

Почтальон, который дружен со всеми окрестными собаками, быстрее справляется с доставкой почты и после работы не испытывает усталости - его не гложет чувство вины за свои ошибки.

Собаки относятся враждебно также к пьяницам. Миротлюбивый пес может даже укусить пьяного хозяина в лицо. Почему? Потому что человек, который заглушает печаль, возвращает в себе гнев, и его извержение причинило бы много зла другим. Собака вызывает злобу на себя, и хозяин отводит душу не на жене и детях, а на собаке. Собака прощает, человек же обычно нет. Плененная злоба делает мир хуже. Следовательно, то, что собака укусила хозяина, сделало мир лучше.

Человеку нравится лишь такая собака, которая ведет себя, как человек. Хочу с тобой играть - играю, не хочу - не играю. Недовольному человеку свойственны резкие перепады настроения: то он хочет чего-то, то уже не хочет. Понаблюдайте за повадками иной собаки, которая не знает, что делать. Она поднимается и садится, поднимается и садится. Скулит и машет хвостом, льнет к человеку и затаивается в углу, готовая в любой миг услышать громкий и резкий приказ. Сходство собаки с ее хозяином поразительно.

С кошками проблем мало, ибо свобода ненавязчива. Собаки, напротив, льнут к человеку и чувствуют настроение хозяина даже на большом расстоянии. Ведь раб должен быть постоянно начеку, чтобы себя защитить. Чем больше рабу достаётся, тем более он готов к отпору. То, что невидимо для человека, собака чувствует. Она не умеет мыслить, потому не говорит себе, что ошиблась в ощущениях и что человек-то на самом деле хороший - вон как воспитанно себя ведет. Собака не терпит обмана.

Когда нам неожиданно принесли щенка, мы стали воспитывать его так, чтобы он вырос как можно более нормальной собакой. Всякий раз, когда он учинял очередную шалость, я читала ему мораль, точно маленькому ребенку. Он лежал распластавшись на полу с виноватой мордой. Наставления схватывал на лету. Порой я сама кое-что из них забывала, но он тут же напоминал.

Все происходящее имеет свой смысл. Я старалась понять, почему мой крайне благодушный пес начал вдруг шиться на почтальона и изодрал газеты, которыми тот отбивался. Никто из нашей семьи не мог понять, в чем дело. Ощущая в душе большую вину, я снова подсела к собаке, чтобы прочесть наставления, но слова застряли у меня в горле - я поняла суть проблемы! Боже правый, моя собака не выносит газет! Корень зла не в почтальоне, а в газетах. А если эту мысль развить дальше, то действительно - в газетах содержится столько плохого, что даже у собаки ум за разум заходит. Можно возразить: откуда бы собаке знать, о чем пишут газеты? Она и не знает, однако ощущает содержащуюся в них энергию, и этого достаточно.

Вместо того, чтобы прислушиваться к голосу своего сердца, мы следовали мудрым советам кинологов. Те учили, что если хочешь воспитать собаку послушной, ее нужно наказывать. Никогда нельзя бить рукой, так как рука должна быть инструментом ласки. Тогда собака не будет таить злобу на хозяев. Ох уж мне эти мудрецы! Из страха перед возможной виной человек валит вину все равно на кого или на что, пользуясь глупостью другого. Моя собака стала ненавидеть газеты, свернутые в трубочку.

Я осознала свою ошибку, собака - тоже: изменение в поведении бросалось в глаза. Значительно труднее было объяснить все это почтальону. Оставалось лишь от всей души просить прощения.

Собака - это великий учитель. Когда Вы видите на улице бродячую собаку и Вам становится ее жаль, то эта собака говорит: *"Милый человек! Сейчас ты меня жалеешь, а на самом деле жалеешь себя. У тебя такое чувство, будто ты - подзаборная дворняжка, раб, лишенный любви. Ты не умеешь радоваться свободе, как умею я. Я знаю, что если придется выбирать между плохим хозяином и свободой, я выберу свободу и буду счастлива, ибо потребности мои малы. По той же причине ты предпочтешь плохого хозяина, потому что у него есть богатство. Освободи свои страхи, что сотворили из тебя раба, тогда ты перестанешь себя жалеть и почувствуешь себя более счастливым, хотя от подобного улучшения умонастроения кошелек и не стал толще. Если ощущение счастья для тебя дороже содержимого кошелька, то и кошелек со временем наполнится"*.

Если вид бездомной собаки приводит Вас в раздражение и Вы желаете, чтобы

ее отловили либо уничтожили, то эта собака говорит: "Ты не выносишь раба, отвоевавшего свободу, потому что ты - раб своих страхов и видишь во всем опасность. Ты не выносишь, если кто-то оказывается лучше тебя. Хочешь, чтобы все делали так, как угодно тебе. Будь на то твоя воля, ты запер бы свободу в темницу и сам подрядился бы в охранники. Ты уже таков и есть. Ты не понимаешь, что свобода - это счастье. Но счастье - дело рук самого человека. Освободи свое раболепие, не относись к нему с ненавистью. У тебя осталось мало времени. Откуда мне это известно? В тебе зреет жестокое желание разрушать, и то же самое ты притягиваешь к себе. Ты говоришь, что я порчу твой газон. Во мне ты видишь зеркальное отражение себя. Большая свора собак загрязняет мир не больше, чем один человек. Умному следует позаботиться о глупом и о его действиях. Кто из нас сейчас глупее: я или ты?"

На смелого человека собака не лает. Зато бросается к испуганному и рычит: "Ты - такой же, как и я, только не показываешь этого. Хочешь, чтобы тебя любили за твое умение молчать. Ты боишься раба, потому что не умеешь вызволить раба из себя. Освободи свой страх, и ты будешь свободен. Тогда мне не придется впредь тебя вразумлять. Ты боишься, когда повышают голос, потому я и должна рычать на тебя и лаять. Ты боишься, что я укушу, потому что боишься нападения со стороны униженных, боишься мести. Боишься жестокости униженных. Ты поднимаешь вверх руки, показывая тем самым, что сдаешься. Это меня раздражает, ибо я не желаю видеть твоего унижения. Желаю, чтобы ты научился возвыситься. Ты же начинаешь на меня злиться. Хочешь ударить меня ногой, поскольку в тебе засел протест против материальной стороны жизни, особенно против повседневных хозяйственных дел. Ты меня провоцируешь, и я вынуждена впиться зубами в твою ногу ради твоего же блага - ради того, чтобы из тебя выплеснулась жажда мщения".

Бродячая собака обычно не кусается. Иначе говоря, оказавшийся на воле раб не бывает обычно жестоким. Но если кто вздумает его дразнить либо ограничивать его свободу, тот испытает на себе его зубы. В данный момент раб не думает о последствиях - будь что будет. Если бродячая собака и впрямь укусила, то тем самым она сказала: "Милый человек! Ты подобен бродячей собаке, которая в злобе кусает других. Ни с того ни с сего я бы на тебя не напала, тогда как ты на других нападаешь. Тебя словно наняли на такую службу, где нужно кусаться, иначе зарплаты тебе не видать".

Самые злые собаки - цепные псы. Цепной пес говорит: "Человек, ты сажаешь меня, твоего и так рабски преданного друга, на цепь и делаешь меня рабом вдвойне. Делаешь ты это сознательно. Вдобавок ты держишь меня в саду, а это уже тройное рабство. Я все это терплю, потому что моя душа получает урок примитивного раба. В тебе живет такой же примитивный раб, но ты не признаешься в этом, ибо желаешь казаться лучше меня. Ты считаешь, что я должен быть хорошим в благодарность за пищу и доброе слово. Я и есть хороший, но не из-за этого, а потому что я знаю свое место в жизни. Ты заставляешь меня караулить твое добро, потому что все люди для тебя - воры и разбойники. Чем больше ты так считаешь, тем больше это проявляется в моем внешнем виде. Ты не печешься ни обо мне, ни о себе, ни о людях, а печешься о своем добре. Поэтому я впиваюсь в ногу всякому, кто играет в

смельчака. Истинно смелого я не трогаю. Он понимает меня, я понимаю его. Мы оба общаемся сердцами.

Мой укус всегда начинает гноиться, поскольку через мои зубы извергается мое невыносимое унижение. В том, кого я кусаю, также сидит злоба невыносимой униженности и желание отомстить. И то, и другое выходит наружу вместе с гноем. Я остался виноватым, но зато я спас человека, которому эта месть предназначалась. Ты удивляешься, почему собаки норовят впиться в лицо. Чтобы сорвать маску неискренности. Красивая маска, прикрывающая дурные намерения, особенно опасна".

Детей учат опасаться собак. Собака грязная, заразная, злая, отберет твое печенье и т. д. Если ребенок боится, что собака его запачкает, то она подойдет и сделает это. Ребенок может заболеть от одного страха, что может заразиться, если грязная собака лизнет его, и даже если болезнетворные микробы и собачьи бактерии ничего общего не имеют, виноватой оказывается собака. Страх матери перед нечистоплотностью заставляет ее видеть грязь во всем, что не прошло недавней обработки в стиральной машине. Враждебное отношение к миру бактерий обуславливает то, что бактерии становятся патогенными для этой матери и для ее ребенка. Чем брезгливее они относятся к грязи, тем более эта грязь прилипает так, что ее не сразу отскребешь. Например, через собачий укус. И чем сильнее страх перед собачьим укусом, тем ближе потенциальная кусака - собака.

Обучение устрашением навлекает страдания.

Ребенок является суммой своих родителей. Если родители живут между собой, словно драчливые собаки, то и их ребенка не минуют клыки драчливых собак. Потом можно объявлять войну всей собачьей породе и начать военный поход, вербуя сочувствующих, но жизнь говорит: "*Страдания ребенка - это выражение его собственной душевной жизни. В собаке ребенок видит свои собственные недостатки, которые ему не нравятся. Поэтому нужно научиться обдумывать свои мысли и исправлять их*".

Собаки, живущие на воле, между собой грызутся редко, и человека с добрыми мыслями они вообще не трогают. Вольные рабы также мирно уживаются друг с другом. Собак, живущих в рабстве, на прогулку выводят на поводке. Завидя своих сородичей, они норовят вцепиться им в глотку. Точно так же бросаются на своих соплеменников люди-рабы, живущие в рабстве, чтобы устрашением либо расправой утвердить свое право сильного. Так реализуется желание быть лучше других.

Особенно свирепо настроены цепные псы против свободно разгуливающих собак. Они рвутся с цепи, захлебываясь в лае, пока не осипнут, но никак не успокоятся. Злоба, что испытывает раб-узник к вольному рабу, - страшная злоба. Это - зависть к тому, кому лучше. Это следует знать людям, которые одним своим страхом *меня не любят* невольно превращают другого человека в свою собственность, превращают в цепного пса.

Добропорядочные породистые собаки, аналогично интеллигентным людям, не ведут себя так скверно, и потому они чувствительны и восприимчивы к болезням. Они лишены нормальной собачьей жизни, поскольку люди хотят сделать их подобными себе. Не будь эти собаки приобретены за столь большие деньги, у них не было бы столь большой обязанности вести себя в угоду хозяину. Независимо от своего уровня развития раб всегда находится в зависимости от денег.

Если собака вырывается на волю, то она убегает. Чем суровее был плен, тем дольше отлучка. Но она все равно возвращается. И не из-за пищи, как принято считать. Она возвращается, потому что любит семью, в которой живет.

Воспитание из собаки интеллигентного животного равнозначно ее истреблению. Такая собака хочет сбежать, поскольку чует намерение хозяина относительно себя. Тем самым она говорит: *"Вы тоже хотели бы удрать от интеллигентного рабства, хотя интеллигентность и кажется вам очень заманчивой. Вы не цените свободу, а цените послушание. Поэтому любовь человека вы ставите выше любви собаки. Но в этом вы заблуждаетесь, дорогие мои"*. Душа собаки просит дать ей быть такой, какая она есть, ибо невозможно из собаки сделать человека. Важничая дрессированной собакой, хозяин выставляет напоказ себя.

Вольная собака не становится сердитой. **Если собака не сердитая, то она не станет злой.** *Сердитая собака хорошо чует того, кто оказывается рядом. Злая собака и не собирается чують.* Она нападает на всех, за исключением того, от кого зависит ее жизнь либо кто задал ей порядочную трепку.

Злоба подобна собаке, что лает, оскалив зубы. *Кто ее злит, того она кусает. Утихомирить ее можно добротой.*

Зло подобно собаке, которая не верит больше в добро, поскольку с лихвой натерпелась от чужого добра. *Она успокаивается, когда покусает.* А если покусать не может, так как что-то мешает, то она будет ждать более удобной возможности. Почуввав более злого, она бросается наутек с поджатым хвостом. Если собака была бы способна мыслить, то в этом случае она, как и человек, стала бы вынашивать планы мести. Мечь превратилась бы в навязчивую идею, вызвав у собаки рак. За собаку эту работу проделывает человек. Собака же просто жертвует собой во имя любимого человека и умирает *от рака*.

Злоба подобна ране, которую можно залечить любовью. Зло подобно раковой опухоли, которую следует удалить из тела, иначе она все уничтожит.

Отсюда мораль: не доводите собаку до злого состояния, освободите свое испуганное раболепие, и Вы не уподобитесь злой собаке.

Если собака падает с высоты, скажем, с пятого этажа, то, поспешив вниз, не забудьте захватить с собой лопату, чтобы выкопать могилу. А если с той же высоты упадет кошка, то к тому моменту, как Вы выбежите на улицу, она уже будет преспокойно нежиться за домом на солнце. Кошка - это свобода, потому-то в ней столь развиты гибкость, выносливость, пружинистость, способность всегда приземляться на лапы.

Кошка не дает долго мучить себя агрессивному ребенку или неискреннему человеку. Она вырывается на волю, а если ей препятствовать, то она пускает в ход когти. Кошачьи царапины и укусы заживают хорошо. А если возникает нагноение, значит, Вы *настолько унижаете свободу, что кошачьи страдания сделались невыносимыми*. Кошачьи царапины, если они расположены вкривь и вкось, указывают на то, что у Вас возникла *путаница с проблемами ограничения свободы*, и Вы сами не знаете, кого считать виноватым.

Обычная, беспородная кошка, которую хозяйка ради чистоты держит только в квартире, может и дома быть милым и спокойным существом. Она настолько свыкается с заботой о себе и настолько обленивается, что сама не желает выходить во двор. Ей нужно двор доставить в комнату. Так и делают. Сверхзаботливый хозяин не замечает того, что кошка деградирует как кошка, он считает это плодом дрессуры и не понимает, что *дрессированная свобода уже не свобода*. *Хозяйка превратила кошку в свое подобие*. Хозяйка наверняка говорит, что она - свободный человек. Она не замечает того, чему учит ее кошка.

Дорогостоящая породистая кошка быстро делается хитрым и ленивым властелином, которого отнюдь не прельщают прогулки во дворе. Она мила, покуда все ее желания выполняются. Если же ей чего-то не хватает, то ей хочется следовать своим инстинктам, но поскольку это ей запрещается, то хорошенькая кошечка может превратиться в рычащего тигра. *Плененная свобода есть не что иное, как постоянная готовность к борьбе*. Вырвавшаяся из плена собака вскоре возвращается с выражением вины на морде. Сбежавшая кошка зачастую скорее погибнет, нежели вернется. Все зависит от степени плененности.

Вероятно, Вы слышали о негативных полях и вредоносных жилах, на месте которых спать вредно. Животные чувствуют такие участки. Собаки находят себе в комнате безопасное для сна место. Кошка поступает наоборот - спит как раз на месте пересечения водоносных жил. Это означает, что свобода обращает всякое именуемое плохим в хорошее. Можно даже сказать - в очень хорошее. Этим я часто успокаиваю паникующих людей, которым сказали, что исключительная причина их болезни заключается в том, что они спят в месте пересечения водоносных жил. Это, конечно, не означает - спите где угодно и тратьте бессмысленно свою позитивную энергию. Неплохо бы знать энергетику своего рабочего и спального места и ее исправлять. Еще лучше - до проектирования жилого дома знать о том, что наилучшей энергетикой обладают дома симметричные, с конфигурацией круга, квадрата или

прямоугольника. Но поскольку строительство дома не всегда зависит от Вас, то необходимо, по крайней мере, знать то, что спать следует головой на север, а работать лицом на запад, как учит восточная мудрость. Я верю, что это учитывается и святыми, чья энергетика близка к совершенству и которые расходуют свою нерастрченную энергию на иные благие дела.

Если Вы заболели, то Ваш беспородный песик тоже становится вялым на вид, поскольку берет на себя значительную часть Вашей болезни. Дорогостоящая и чинная собака не выказывает и легкого недомогания. Она все копит в себе, как и Вы. Лекарство она сама находит среди растений, если ее выпускают во двор. Собака сторонится больного члена семьи, но все ее существо выражает тревогу. Кошка же, наоборот, насильно прижимается к больному месту, а то и ложится на него и вскоре убегает. Потом приходит снова. Если Вы не больны, то подобное нервное поведение кошки, когда она то льнет, то убегает, служит знаком приближающейся болезни. Кошка забирает у Вас негативную энергию и затем стряхивает ее с себя в известном ей одной месте. В Вашей квартире наверняка есть такие места, где освобождается негативная энергия. Кошке это известно. А Вам и невдомек, что, шныряя туда-сюда, кошка оказывает вам помощь.

Неумение быть свободным проявляется в умении человека обращать в рабство или в плен людей и животных и таким образом обрекать себя на страдания. Кто освобождается, у того животные не являются рабами, и они не становятся злыми из-за страданий. Душевная свобода хозяев позволяет их кошкам и собакам жить в достаточной физической свободе, при которой животные не доставляют беспокойства окружающим.

Мирно сосуществующие кошка и собака встречаются так же редко, как и уравновешенные супружеские пары. *Страх разрушает чувство удовлетворения и вызывает ощущение опасности. Ощущение опасности быстро перерастает в агрессивность.* И никто не понимает, с кого или чего возникла ссора. Обе стороны винят друг друга. Так было и так будет, пока человек не освободится от страха. От страха все видится в неверном свете.

На вид собака сильнее, а в реальности победителем выходит кошка. Она обороняется от собаки благодаря когтям и умению пускать их внезапно в ход. Когти, как и ногти, - это окна в мир общения. Надежное место спасения для кошки - верхушка дерева.

В символическом плане земля воплощает материальность, а небо - духовность. Кошка, как и женский пол, спасается в направлении истинного добра, устремляясь к духовности. Кошка не осознает, что же тянет ее к знаниям, но этого также не осознает большинство представительниц женского пола. Но она идет, и ее не остановишь. И тот, кто поджидает ее там как добычу либо как предмет вознаграждения, остается с длинным носом и увязает тем же носом в материальном уровне.

У женского пола велик страх перед рабством. Положительной стороной этого страха является то, что женский пол стремится к свободе. А отрицательная

сторона заключается в том, что женский пол держит мужей и детей при себе пленниками. Этот страх ждет своего освобождения.

Стремление к свободе путем обретения знаний и мудрости дает человеку разумное обоснование для освобождения от рабства, однако душа продолжает страдать по-прежнему. Можно убежать от собаки, но от себя не убежишь. Можно физически вырваться из мужниного рабства, но душевно зависеть от далекого прошлого так, что постоянно приходится с собой бороться. Иная женщина даже после смерти своего мужа-подкаблучника ощущает, что умерший препятствует ей снова выйти замуж. В действительности же препятствует не муж, а ее возросшее за сотни, а то и тысячи лет чувство вины за то, что она не научилась любить мужа.

Можно залезать все выше и выше по дереву, но *страх перед тем, что внизу, страх перед унижением* остается. Если расти больше некуда, пыл умеряется. Ведь кошка не умеет летать вольной птицей. Это вызывает желание побороться. Кошка не может вечно оставаться на дереве. Она хочет есть, пить и многое другое. Жизнь вынуждает ее спуститься, а *страх говорит, что собака заставляет ее унижаться*.

Между тем собака под деревом совершила все свои земные дела, однако и она недовольна, хотя могла бы быть довольной. Ей не дает покоя то, что она осталась внизу. Чем дольше кошка находилась на дереве, тем дольше собака находилась под деревом. Одна пребывала в состоянии возвышенности, другая - в униженности. Ни та, ни другая не понимают, что обе лишились уравновешенности. *Чем у одной из них сильнее торжество победителя, что она оказалась лучше другой, тем сильнее у другой желание унижить первую за то, что та ее унизила - и тем кровавей будет схватка*. Обычно кошку спасает ее хитрость, предусмотрительность и юркость. Если же нет, пусть пеняет на себя.

Теперь у собаки возросла злоба на всех кошек, у кошки - обида на всех собак. Злоба знай себе растет. Точь-в-точь как у людей.

У кошек и собак часто заводятся **блохи**. Некогда в прошлом блохи были естественным явлением, сопутствующим бедняцкой жизни. Так мы считаем. Невзирая на современные средства гигиены, проблема вернулась. Мы надеваем собаке ошейник, отпугивающий блох, и не выучиваем урока, преподносимого блохой.

Блоха означает придирчивость.

Если собаку донимают блохи, это значит, что мужчину донимают придирки. От страха перед придирчивостью мужчина навлекает на себя придирчивость, и кто-нибудь да и поддается на его провокацию, т. е. становится придирчивым к нему. У женщины есть также и мужская, т. е. рационально мыслящая сторона, которую могут донимать блошинные укусы придинок. И после остаются видимые зудящие припухлости печали.

Зуд означает придирчивость.

Иной раз человек ощущает на теле что-то вроде блошиных укусов, тогда как блох нет и в помине. Это - проблема придирчивости. Характер зуда зависит от характера придирчивости. Стоит подумать о конкретном придирчивом человеке - попробуйте хоть сейчас - и Вы тотчас ощутите эти укусы.

Если блохи донимают кошку, это значит, что придирки донимают женщину. Это уже опаснее, поскольку это значит, что *придирчивость подвергает испытанию свободу*. В каждом человеке есть до 51% свободы и по крайней мере 49% раба. Если придирчивость начинает чересчур ограничивать свободу, то кошка постарается вразумить. Есть такое детское кожное заболевание, которое именуется кошачьей чесоткой и которым как будто заражаются от кошек. Иная мать может до одури вспоминать, с какой кошкой играл ребенок, но так и не вспомнит. Истинная причина болезни - придирчивость в семье. А точнее - **придирчиво-дотошное соблюдение чистоты, то есть чистота во имя чистоты**. При такой болезни не рекомендуется мыть тело ребенка как минимум в течение недели. Такое народное лечебное средство говорит само за себя. Оно говорит: *"Не терзайте себя и ребенка чрезмерной чистоплотностью. Кошка не моется водой и мылом, зато поглядите, какая она чистая"*.

Если Вы неожиданно обнаружили у своих домашних питомцев блох, то не спешите тут же выводить их химикатами. Спокойно сядьте и начните освобождать свою придирчивость. Если Вы осознаете, что *вобрали ее в себя своим страхом перед придирчивостью и придирчивыми людьми*, то ей будет легче освободиться. Если Вы сумеете одним махом да от всей души провести это освобождение, то увидите воочию, как блохи выскакивают из шерсти животного. А откроете дверь, и блошиная стая - скок за порог. Это веселое зрелище мне довелось наблюдать собственными глазами. У животных, особенно у собак, часто бывают **клещи**.

Клещ означает злобу к кровопийцам.

Если среди членов семьи зреет сдерживаемый протест против всякого рода требований, ибо силы уже на исходе, то непременно должен появиться клещ, чтобы научить уму-разуму. От кого люди привыкли получать, того постоянно донимают все новыми требованиями - донимают безапелляционно, не спрашивая дающего, в состоянии ли он это выполнить. Страх перед сверхтребовательностью притягивает требовательных просителей. Раб тот, у кого не спрашивают о его желании, а лишь требуют. У раба нет прав. Какова борьба рабов с кровопийцами, известно из истории. Если к рабу предъявлять чрезмерные требования, то его терпению приходит конец, и бунт может вылиться в возмездие. Таким образом, если у Вашей собаки клещи, то освободите свой страх и злобу к кровопийцам любой породы. Чем больше клещи насосались крови, тем сильнее Вы себя обуздываете и намерены

молча страдать. Вялость собаки, которую донимают клещи, говорит о том, что Вы уже отчаялись оказать сопротивление либо рассчитываете лишь на помощь свыше. Если собака ничему Вас не научила или у Вас нет собаки, то по мере возрастания злобы к кровопийцам в Вас будет возрастать страх перед клещами, и к Вам будет попадать информация, относящаяся к клещам и содержащая призыв их остерегаться. Клещи вызывают **клещевой** энцефалит, или боррелиоз.

Клещевой энцефалит являет собой злобу к корыстным вымогателям, которые стремятся выжать до последней капли чужой интеллектуальный потенциал. Это униженная злоба на собственную беспомощность отказать другим в присвоении своего духовного богатства. Клещевой энцефалит поражает того, кто ощущает, что его умом пользуются в низменных, корыстных целях, и этот человек замыкается в себе, чтобы прекратить разбазаривание своих знаний.

Боррелиоз - это злоба к стяжателям, желающим присвоить материальные достижения. Чем сильнее желание ничего не отдавать - лучше уничтожу, но не отдам, - тем разрушительней производимая боррелиозом работа. Человек, который принимает злобное решение - "*Лучше умру, чем позволю себя использовать!*", в итоге умирает.

Кто желает уничтожить или уничтожает материальные ценности, например, проматывает деньги на выпивку и увеселения, тот совершает малую ошибку, и его тело вынуждено страдать, чтобы предотвратить более страшные разрушения. А кто проделывает то же самое с ценностями духовными, тот совершает большую ошибку, и у него повреждается разум.

Раз уж речь зашла о насекомых, поговорим о тараканах, которые пытаются научить человека освободиться от **бездумной суеты**. Она свойственна испуганному человеку, стремящемуся улучшить свое материальное положение, который сперва делает, а уж потом думает. У него в доме поселяется **таракан**, который говорит: "*А вот и я, совсем такой же, как ты! Вдвоем нам будет веселее*". Таракан не испытывает отвращения к человеку, а человек к таракану испытывает. *Испуганный человек всегда говорит, что учитель - плохой*. Таракан питается крохами еды, которые валяются повсюду. Если Вы скажете, что у Вас не валяются, то добавьте - уже не валяются, из-за страха перед тараканами. Не будь тараканов - валялись бы, поскольку Вы относитесь без уважения к крошкам хлеба. Жадность заставляет гнаться за большим куском. А таракан говорит, что если ты, милый человек, будешь гнуть свое, то тебе придется питаться крошками, подобно мне. Таракан сует свой нос повсюду, где пахнет наживой - съестным. И в этом он тоже является отражением хозяев. Если Вы стараетесь быть лучше соседей и ненавидите подобную стяжательскую суету, то к Вам нагрянут соседские тараканы, чтобы

вплести свои голоса в общий хор и чтобы Вы наконец услышали: *"Милый человек! Освободи свою испуганную, безумную, суетливую тягу к стяжательству, тогда мы сможем уйти! Твоя злоба навлекает гибель даже на то малое, что у тебя есть"*.

Пример из жизни.

Ко мне пришла женщина на 7-м месяце беременности. Пришла из страха, что вдруг с ребенком что-то не так. Я раскрыла ей мысленный мир ребенка, начиная с самого зачатия. Проблем было много. А также стрессов, сильно влияющих на будущее. Будущей матери как будто что-то мешало общаться с ребенком, представлять ребенка человеком, беседовать с ним по душам. Помехой всегда является страх, однако я не углубилась в необходимой мере в страх матери, так как была занята поисками возможностей исправления мира мыслей ребенка и его представлений. Я надеялась, что мать сумеет нащупать частное в общем.

Проблемы ребенка всегда отражают проблемы в общении между родителями. Я старалась настроить женщину на то, чтобы она увидела себя и своего мужа через призму детского восприятия и освобождения стрессов. Ведь ребенок страдает от душевного холода родителей и отчужденности. Плод являет собой чистую душу и потому все понимает. Прощение оказывает на ребенка ощутимое воздействие - он живо реагирует на слова матери.

Когда я закончила свою речь и выключила магнитофон, женщина вздохнула с облегчением: *"Я боялась, что Вы скажете, что он не от моего мужа"*. У меня аж челюсть отвисла. В своем простодушии я смотрела ребенка лишь в свете взаимоотношений между матерью и отцом - ведь требовалась помощь. Я почувствовала себя Иванушкой-дурачком, которого подло используют в корыстных целях. Женщина не знала, кто является отцом ребенка - муж или любовник. А также не знала, кого из них предпочесть. Ей хотелось бы выбрать нечто среднее между ними, однако жизнь требует, чтобы человек имел в себе смелость сделать выбор. Не проблема, а целый ребус, не поддающийся разгадке! Я освободила из себя обиду и сказала: *"Ребенку требуется помощь. Мое уязвленное самолюбие сейчас в счет не идет. Ваш случай говорит о том, что любовные треугольники - это неувоенный мною урок жизни, который я как человек разумный должна усвоить, иначе мне предстоит испытать это на себе, а я этого не желаю"*.

Я расположила ребенка между этими двумя мужчинами, желая увидеть реакцию ребенка. Который из них его отец? Ребенок наверняка это знает. И вот я вижу, что ребенок поворачивается спиной к законному мужу матери. В таком положении ему хорошо и надежно, ибо за спиной большая, теплая и надежная печь, которая не подведет. Это тот самый мужчина, о котором мать говорит "равнодушный, бесчувственный, неинтересный". Отец, которого ребенок сам выбрал в отцы. Лучший отец в мире.

Я сказала женщине: *"Вы называете своего мужа бесчувственным чурбаном. Но когда Вы оказываетесь в большой беде и помощи ждать неоткуда, когда*

*Вы ни на что уже не надеетесь, Вы вдруг чувствуете, как появляется крепкая рука, на которую можно опереться и которая помогает выбраться на ровную дорогу. Это рука Вашего мужа, которую Вы не желаете замечать. Его помощь Вы считаете настолько естественной, что замечать ее совсем не обязательно. **Малые благодеяния** чужих людей воспринимаются Вами с **огромной благодарностью**. **А великое благодеяние собственного мужа приравнивается к огромному круглому нулю**. Вы ощущаете себя великим благодетелем, поскольку вышли замуж за этого неинтересного человека. Припомните - когда выходили замуж, Вы так не думали. Тогда Вы прислушивались к голосу сердца. А сейчас прислушиваетесь к сладкоречивым перепевам стяжательства.*

Ребенок повернулся лицом к Вашему любовнику, чтобы тот был у него на виду. Ваш ребенок не доверяет этому человеку, поскольку желает, чтобы мать ощущала себя в безопасности. В глазах ребенка он предстает эдакой бабочкой, порхающей с цветка на цветок и пользующейся ими себе в услужение. Красавица-бабочка, но не для Вашего ребенка.

Ваш любовник обаятелен, красив, энергичен, общителен. С ним не заскучаешь, и с ним приятно развлекаться. Если Вы расскажете ему о приключившейся с Вами беде, он взволнованно заахает: "Ах, если бы я знал! Я примчался бы с другого конца света, чтобы тебе помочь!"

Вы примиряетесь с этим, потому что он знать не знал о Вашей беде. Но и Ваш муж тоже не знал. Как же он подросел вовремя? Он знал, потому что сердцем почувствовал, что любимая женщина нуждается в помощи. А сердце Вашего любовника промолчало, потому что он не любит. Да и Вы тоже его не любите. Вы оба играете в любовные эмоции и подшучиваете над любовью. Вашему ребенку это известно. Попросите у него прощения за свои заблуждения. Попросите в душе прощения у мужа за то, что заблуждались, если не желаете навредить ребенку. Вам необходимо проделать очень большую работу по исправлению ошибок".

Моя душа плакала из-за этой женщины и ее мужа. Ребенок - как мудрый старец, знающий, что делает. Если мать не поможет, то он сам искупит свой кармический долг. Но в тот момент это не могло меня утешить.

Желание быть лучше других

Все стрессы происходят от страха *меня не любят* и суммируются в ударную силу, имя которой **желание быть лучше других**. Наиболее честно оно реализуется в кулачном поединке, наиболее понятно - в слове, наиболее недоброжелательно - в мысли.

Этот стресс обитает в голове. Нижняя граница сферы его воздействия проходит на уровне 2-го шейного позвонка. 1-й шейный позвонок снабжает мозг энергией. 2-й позвонок связан со зрением, с видением мира. Этот стресс

вызывается страхом "меня перестанут любить, если я не сумею выделиться среди других неким положительным качеством". Испуганный человек склонен перебарщивать, и потому ему недостаточно того, что он имеет хорошее качество, которым он служит другим. У него непременно возникает желание, чтобы другие служили ему за его положительное качество. Это желание может превратить скромнейшего из скромных в покорителя мира, если он целенаправленно мобилизует свои умственные способности для достижения цели.

Всякий стресс воздействует на все тело. Желание быть лучше других воздействует на человеческую сущность испуганного человека. **Этот стресс превращает человека в рациональное, механическое, рассудочное существо и, будучи наиболее коварным из всех видов злобы, представляет собой наибольшую угрозу для человеческого существования.**

Человечество не в состоянии понять того, что **ни один человек как целое не бывает ни лучше, ни хуже других.**

Неумение видеть целое вынуждает принимать за истину видимую внешнюю сторону. Ее мы и оцениваем - либо положительно, либо отрицательно. Тем самым формируется неверное понимание, от которого мы сами же и страдаем. Мы это знаем, однако продолжаем совершать ошибки. Кто же нас наконец остановит? Наше собственное физическое тело. Таковым его сотворило божественное сознание и сотворило на тот срок, покуда мы не усвоим мудрость более высокого уровня.

Проходя врата смерти физического тела, каждый волен выбирать из двух путей: один ведет вперед, другой - назад. Первый ведет на небеса, второй - в ад, который каждый из нас сотворяет для себя исключительно своим неверным мышлением. У нас есть право в любой момент на этом пути остановиться и развернуться.

Те, кто идет вперед, - идеалисты. Идущие назад - материалисты. Идеалист, освобождающийся от страхов, перестает безумно спешить и приближается к материалисту, т. е. начинает материалиста лучше понимать. Освобождающийся от страхов материалист перестает уподобляться тяжелому якорю, перестает относиться к жизни со смертельной серьезностью и тормозить движение собственной жизни. Обоюдное сближение приводит в равновесие единое целое.

В ком есть достаточно смелости, в том налицо дружественный тандем, который ведет идеалист и реализует материалист. Таким единством, в котором наличествуют эти две стороны, может быть сам человек либо же большой коллектив, состоящий из дружески настроенных личностей, что в сегодняшнем мире гораздо утопичнее. Идеалист повернут к идеалам, материалист - к реальным возможностям их реализации. Идеалистическое "я" строит планы, тогда как материалистическое "я" *выискивает возможность для оптимально рационального осуществления планов.* Смелость превращает их в

друзей, которые доверяют друг другу и несут равную ответственность. Правильная очередность планируемых действий позволяет правильно спланировать время, и в этом случае цели реализуются оптимальным образом. В случае неудачи они не обвиняют ни себя, ни ДРУГ Друга, а обсуждают: "*В чем **мы** ошиблись?*"

У кого недостает смелости, у того появляется желание быть лучше других.

Тандем, которым управляет материалист и который обеспечивает идеалист, хоть и может взлететь в гору ценой нечеловеческих усилий, но уже в следующий момент он слетит вниз той же дорогой и с куда большей скоростью. Совместное дело проваливается, а виной тому страх "как бы хватило сил". Тот, кто летит в пропасть, уверен, что виноват другой.

Материалиста возможно учить при помощи материальных потерь и страданий.

*В Библии говорится: **возлюби ближнего своего, как самого себя.** Как можно любить ближнего, если не любишь самого себя?*

Современная психология учит: **полюби себя.** Ты самый хороший, самый способный, самый сильный, самый красивый и т. д. И непрерывно умнеющее человечество подхватывает это положение, потому что оно научно обосновано. И полезно. К сожалению, тем самым возвращается желание стать лучше других. **Знания насильно направляются в такое русло, где они развиваются вне Бога,** и к ним прищипливается ярлык "наука" с тем, чтобы сотворить из науки авторитет, сотворить кумира. А что получается?

Ученому, который добросовестно посещает церковь, его сердце говорит: "*Верь в Бога!*" Разум говорит: "*Верь в Науку!*" Поскольку достижения науки повышают материальное благосостояние, то ученый в душе обожествляет науку, а на словах - Бога, и не понимает, почему пошаливает сердце. Он не знает, что сердце отягощено чувством вины, поскольку он спутал очередность жизненно важных вещей и не понял того, что его наука - лишь одна часть божественного Всеединства. Наравне с другими науками теология тоже является составной частью Бога.

Сердце теолога также говорит: "*Верь в Бога!*" Разум может сказать: "*Верь и в Науку!*" В первую очередь он верит в Бога. Но почему беспокойно на душе? Почему церковь не может создать мир на Земле, хотя и старается? Говорит, что старается. Потому что делит мир надвое: на Бога и на Черта. И новую юную науку, только-только родившуюся, не успеваю утвердиться,

объявляют Чертом, который не принадлежит Богу. Вот и выходит, что Бог дает знания, которые становятся развивающей мир наукой, а потом вдруг эта наука оборачивается Чертом.

Теология - это наука веры, порожденная страхом, которая, как и любая другая наука, старается доказать, что она лучше других, и тем самым губит других и себя.

Церковный служитель, который берет на себя право именоваться наместником Бога, *невольно* создает силу зла, она же - Черт, чем устрашает себя и других. Когда-то этот способ и был необходим для удержания в повиновении примитивного человечества. В настоящее время следовало бы учить человека постижению Бога куда более разумным способом. К счастью, на свете уже много теологов, чья широта мировоззрения исключает догматическое цепляние за церковь. Их знание и интерпретация Библии вызывают уважение и безошибочно ощущаются в короткой беседе. Они - Учителя.

Говорят, если хочешь ладить с человеком, не оскорбляй его религиозных убеждений. Это совет для испуганных людей. Увы, в лужу можно сесть и с разговором о погоде. Погода ведь тоже во власти Божьей. Смысл данного совета примерно таков: возвращай дальше свои страхи и продолжай глядеть на мир сквозь розовые очки, покуда перед глазами не почернеет. А там поглядим, что будет. Знайте, что **истинного верующего чужое мнение не обижает**. Если Вы считали себя убежденным верующим, однако обиделись, то признайтесь себе в том, что Вы пока еще не верующий. И Вы почувствуете, что на душе полегчало.

Психология - молодая наука, возникшая с целью помочь развивающемуся человечеству постичь движение жизни в Боге. Вот только из-за испуганных ученых она развивается однобоко, иными словами, считает себя лучше других. **Психологии как науке следовало бы выйти на тот уровень, где учат: возлюби себя в Боге, тогда узнаешь, как любить ближнего.** Это умение крайне необходимо людям. К сожалению, оно постигается медленно, через рытвины и ухабы.

До сих пор примитивный человек развивался посредством возвращения своего "эго". "Эго" - это страх, что *меня не любят*, положительная сторона которого состоит в том, что страх рождает в человеке желание быть хорошим. "Хороший" значит умный, образованный, интеллигентный, понимающий, сильный, достойный, богатый, радостный, красивый, представительный, сердечный и т. д. Все эти положительные качества усиливаются в ходе развития человечества. Естественное усиление - вещь хорошая, однако свойственное испуганному человеку перебарщивание нарушает нормальное, уравновешенное, всесторонне-совершенное развитие человека.

Неуравновешенность порождает у несовершенного человека желание быть хоть в чем-то чуточку лучше других.

Малое желание быстро вырастает в большое, и чем больше оно становится, тем ближе критическая черта. По ту сторону черты возрастает желание возвыситься еще больше, стать еще сильнее, еще лучше. Но предел есть предел. Далее возможен лишь относительный рост. И тогда возникает *желание возвыситься за счет унижения другого человека, чтобы быть относительно лучше.*

Примитивный человек доказывает свое превосходство физически. Бранится так, что другой стусевывается. Дерется так, что другой вынужден сдаться. Воюет так, что неприятель гибнет. Тогда он - герой, которого носят на руках и любят. Чем больше он в этот момент ощущает себя уважаемым и любимым, тем больше ему хочется воевать. Он уже не только защищает свой дом или родину, а отправляется в дальние страны устанавливать там мир силой оружия, не зная ни обычаев, ни потребностей чужбины. Чем сильнее он перебарщивает, тем ближе к собственной гибели, ибо все, что человек делает, ему же и воздается.

Мало-мальски мыслящий человек должен понимать, что устанавливать мир с помощью оружия - абсурд. Это есть желание быть лучше других. Желание продемонстрировать, что я жертвую собой *во имя мира*. Тогда меня станут любить. Когда человечество было более примитивным, конфликты улаживались войнами. Это средство соответствовало тогдашнему уровню развития. Иначе просто не умели. В эпоху расцвета науки и техники человек получил оружие уничтожения. Оно было дано умным людям с тем, чтобы эти умные поняли, сколько глупостей они совершают своим умом, направленным на удовлетворение своего стяжательства. Чтобы они поняли, что *в войне не побеждают, а проигрывают*, и проигрывают тем более, чем с большей настойчивостью последствия действий именуются победой. Современная эпоха раскрыла перед человеком уровень высшего сознания, чтобы человек образумился и осознал двусторонность жизни. Но и этот дар Божий используется для *похвальбы* своим превосходством над другими.

Стремление испуганных людей творить добро - цель сама по себе прекрасная - приносит с собой страшные страдания. Резонно спросить: когда же прекратится эта духовная слепота? Отвечаю: не ранее, чем наступит предел выносимости Земли, именно тогда человек будет вынужден прекратить заниматься другими людьми. Нам подаются знаки предостережения, и их число все растет, но мы не умеем их понять. Невольно получается так: **кто не умеет, тот не желает**. Стихийные бедствия показывают, что когда разверзшиеся недра земли заглатывают людей, то каждый остается сам по себе. Никто никому помочь не может, даже если захотел бы. **Выживает тот, кто этого заслуживает, поскольку правильно относился к жизни.**

Вы можете сказать, что я говорю жестокие вещи. Лучше предупредить и заслужить славу жестокого человека, чем сделать невинное лицо и спастись самой в безопасном месте. Другие вряд ли о чем догадаются, но собственная душа-то знает правду. У каждого своя миссия. Умный читает, думает и берет на вооружение те знания, которыми раньше не располагал. К испуганному пониманию приходит задним числом. Мы вовсе не должны равняться на испуганных.

Человек, в отличие от животного, наделен разумом. Если разум дает из-за страха осечку и подводит человека, то для собственного же блага необходимо хотя бы задним умом разобраться в постыдной ситуации. 51% людей так и поступает, а 49% - нет, ибо у них своя правда. Мы примыкаем то к 51%, то к 49%. Чем чаще мы оказываемся в числе 49%, т. е. чем больше мы превращаемся в *судорожно цепляющихся за свои права консерваторов*, тем ближе страдания, которые сопровождаются утратой потенциала мозга, т. е. утратой мыслительной способности.

Испуганный человек *учится, работает, творит и развивает себя во имя того, чтобы быть лучше других*. В результате он может действительно превосходить других в какой-то узкой сфере. Узкопрофильная специализация дает человеку известное положение, которое возвышает этого человека *внешне*, но оно же его *принижает*, если человек начинает цепляться за свое положение. Из *страха лишиться своего положения* человек еще больше начинает за него цепляться, еще больше самоусовершенствоваться, обманывая себя необходимостью повышения квалификации. На самом деле любой человек, который подчиняет свою жизнь некоей самоцели, ощущает, что цель ускользает из рук, а сам он - на пути к краху. Это вызывает *панику*. Страх перед уничтожением заставляет возвыситься. Вынужденное положение возвышает лишь внешне, а по сути унижает.

Общественное положение приносит вначале известность, а затем и славу. Уже от одного того, что человек стал знаменитым, возрос скачкообразно и его страх "что будет, если я перестану быть знаменитым". Значит, нужно обеими руками держаться за свою славу и делать все, чтобы ее сохранить и приумножить.

Безвестный человек суетится во имя богатства.

Богатый человек суетится во имя славы.

Мы привыкли связывать славу с деньгами и объяснять ее по своему разумению жадной денег. Но кто становится знаменитым, тот понимает, что слава важнее денег. Слава является духовной ценностью *испуганного* человека. Если знаменитый человек освободил бы страх "без славы меня перестанут любить", то он перестал **бы хотеть быть знаменитым**. Тогда он **был бы знаменитым**, и его известности ничто бы не угрожало.

Обычное стремление к известности - это *похвальба*, желание выказать свое превосходство. Чрезмерная самореклама хоть и способна вознести высоко, но если не держат крылья, то с тем большей высоты произойдет падение. Уравновешенный человек не напрягается во имя вознесения, поскольку он не перебарщивает. Поэтому его дорога неуклонно идет в гору.

Уравновешенность являет собой **признание, почитание, святость, скромность.**

Неуравновешенность - это **похвальба, гордыня, заносчивость, превосходство, осмеяние, унижение, одурачивание и т. д.**

Жажда славы может выражаться весьма странным образом. Например, часть людей *похваляется диагнозом своей болезни*. Сложное название заболевания для них - это своего рода козырь или орден на груди, которым они похваляются при всяком удобном и неудобном случае и о котором говорят без умолку. Человек, который во весь голос заявляет о своих правах, поскольку он болен неизлечимой болезнью, пал жертвой желания быть лучше других.

Аналогичная ситуация возникает, когда человек, оказавшись в обществе незнакомых людей, тут же принимается рассказывать о своей беде. Либо позволяет сделать это за него другому. Либо принимает столь страдальческий вид, что кто-нибудь непременно спросит, что его томит. Тогда человеку гарантировано чужое сочувствие, жалость, забота, поддержка. Идут годы, а его беда не стареет. Есть люди, особенно молодые, которые не умеют сделать простейших дел, поскольку за них всегда всё делают сочувствующие. Никто не осмеливается сказать такому человеку, что время и работа залечивают все раны, поскольку через самореализацию приходит понимание. Добрые люди боятся проявить нечуткость.

Бывают и прямо противоположные ситуации. Например, все знают, что человеку выпало тяжкое испытание и ему бы надо помочь, но тот от помощи отказывается. Возможно, даже сердится, когда другие навязывают свою помощь. *Чрезмерная гордость* вынуждает страдать стиснув зубы и изображать героя. *Подобное демонстративное страдание* делает человека *упрямым, но отнюдь не героем*. Надежда добиться таким образом уважения друзей оборачивается их утратой, так как он *отверг любовь друзей*. Если случается, что другу нужна помощь, то этот друг чувствует, что и он тоже должен справиться сам, и не смеет обращаться к такому другу за помощью. Узлы дружбы связывают людей похожих, но если один из друзей желает быть лучше других, дружба распадается. В итоге такой человек становится одиноким и несчастным, и виноваты в этом другие.

Неистребимая потребность продемонстрировать свое преимущество - это стресс, который превращает человека в шута. Один обретает известность по-хорошему, другой - по-плохому. Так, из ребенка-кривляки может вырасти взрослый кривляка, выдумывающий трюки, хорошие и плохие, чтобы

находиться в центре внимания. Это желание может воплотиться весьма необычным образом. Например, человек умирает при большом стечении народа и таким образом волей-неволей оказывается в центре внимания.

Внешняя привлекательность людей, занимающих более высокое положение и располагающих более тугим кошельком, соответствует иерархической лестнице. Если неиссякающаяся потребность демонстрировать свое преимущество превращается в *вызывающее желание продемонстрировать свое превосходство*, то возникает **целлюлит**, чтобы человек увидел себя и занялся собой. Чем больше человек разглядывает свое тело, которое срывает демонстрационные показы его превосходства, но истинной проблемы не видит, тем красноречивей и заметней глазу становится целлюлит. Чем придирчивей становится упрямое себялюбие, тем труднее избавиться от целлюлита традиционными средствами: косметикой, аэробикой, силовыми упражнениями, массажами, вибрацией. Не помогают также ни отсасывание, ни иные хирургические приемы. Целлюлит ведет себя, как истинный придира, который отражает придирчивый характер человека, и не отступает, покуда человек не изменится. Он вынуждает человека сосредоточенно заниматься своим телом и тем самым отвлекает его от причинения вреда другим - он занимается профилактикой кармического долга.

Демонстрацией своего превосходства занимается основная масса человечества. Над ними смеются, о них сплетничают, но при этом не понимают, что, смеясь над другим, человек смеется над собой. Бывают шуты деревенские, а бывают всемирные. Смеющиеся над ними становятся потихоньку такими же. Всем нам следовало бы *освободить* желание демонстрировать свое превосходство и *глубоко осознать* для себя этот стресс. Кто злится на демонстрирующих себя и поэтому начинает подавлять собственные потребности, у того целлюлит как будто исчезает. Если раньше бугристость была видна глазом, то теперь подкожную зернистость может определить лишь сам человек наощупь.

Во имя известности человек все более напрягает свой мозг, но и этому бывает предел. У умного все чаще начинает выплескиваться глупость, что предупреждает о повреждении мозга. Однако это воспринимается как *каприз знаменитости, как нормальное явление*. О болезнях, связанных с истощением мозга, говорилось выше. Ребячливая капризность является одним из показателей истощения мозга у пожилых людей.

В какой-то момент такой человек ощущает, что уже не поспевает за молодыми. Но уступать свою позицию никак не желает. Незаметно возникает желание не дать себя обогнать. Это желание имеет разные обличья: *протест против нового, разгромная критика нового, превознесение старого, враждебность к новому, отстаивание исключительной правильности старого*. Так возникает **консерватизм - цепляние за старое**, ибо старое понятно и напоминает о былом превосходстве. Постижению нового мешает растущий страх. Испуганному человеку легче жить старыми запасами.

Наиболее консервативным становится тот, кто в юности ненавидел консервативность других и кого старые консерваторы из-за этого особенно притесняли законами, всевозможными предложениями или требованиями. Ведь желание быть выше консервативности есть желание быть лучше других. Если у такого человека имеются духовные способности, то он впрягает свой дух в желание выделиться среди других, и дух истощается. Если духовных способностей нет, то человек натягивает поводья громким словом либо железным кулаком.

Вместе с известностью у человека появляется желание запрещать и приказывать, лишь бы выделиться еще больше. Поначалу приказы знаменитости воспринимаются как проявления внимания, и это даже нравится, поскольку человек ощущает себя причастным к чужой славе. Этим провоцируется рост властности знаменитости, жертвой которой человек становится. Если жертва не сбегает от знаменитости, то старается уменьшить свои страдания - старается не видеть и не слышать претенциозность знаменитости. Так можно лишиться зрения или слуха.

Желание быть лучше других оборачивается подлостью, которая проявляется весьма скоро, когда знаменитость отталкивает от себя человека, предлагающего себя в закадычные друзья. Желание отомстить любыми средствами у отверженного тем непредсказуемее, чем сильнее он надеялся выделиться из числа других благодаря дружбе со знаменитостью. *Ложь, обворовывание, плетение интриг, очернительство* хоть и причиняют боль ни о чем не подозревающей знаменитости, но сам мститель страдает куда больше. Его целеустремленное сверхрвение сменяется полным консерватизмом, ибо он рассчитывал *преуспеть за чужой счет*.

Неизбежным следствием желания быть лучше других является **зависть** - стресс, который приводит к безжалостному уничтожению. Нет ни одной хорошей вещи, которую завистники не попытались бы уничтожить. Материальные блага жизни легко украсть, разрушить, сжечь. Испуганный человек беззащитен перед завистниками даже при наличии самой совершенной охранной системы. Единственный вид ценностей, недоступный завистникам, это духовные ценности. *Достойный человек сохраняет достоинство и тогда, когда завистник хочет уничтожить его достоинство. Достоинство - это смелость быть самим собой.* Потребность обрести достоинство растет с каждым днем, ибо это - жизненная потребность. Таков закон развития.

Наиболее разрушительной является зависть душевно близких людей, ибо от них ждут наибольшей любви и понимания. Поэтому современных людей характеризует постоянное возрастание душевной замкнутости. Уже немало умных женщин научилось держать рот на замке. Однако своим поведением они выказывают свои мысли. Даже примитивные люди научились уже лгать весьма достоверно. Единственный, кто честно выказывает свою замкнутость, так это немногословный человек. О людях знаменитых, удачливых принято говорить: он не открывает свою душу, свои мысли он

держит при себе, он не подпускает к своей душе, он ни за что не выскажет своего мнения, своими знаниями он не делится, из него слова не выжмешь и т. п. Одни относятся к этому хорошо, другие плохо. Отношение тем хуже, чем больше человек желает втереться к молчуну в доверие и чем больше осознает, что это не удастся.

Хорошо относятся те, которые не понимают и понимать не желают. Особенно же язвительно настроены те, которые прежде были дружны с молчуном либо были с ним на равных, но теперь, когда тот пошел наверх и уже не делится сокровенными мыслями, ощущают себя оскорбленными. Они не видят себя со стороны и потому не замечают, что дружеское подначивание, допустимое в прежних отношениях, перерастает у них в завистливое злобничание. Человек, кому адресованы издевки, понимает умом, что все это ерунда, но его душа видит правду и замыкает уста. Если его упрекнуть в скрытности, то он сам может удивиться, что незаметно сделался скрытным. Осознание ситуации не меняет сути дела. Вместо того, чтобы открыться, человек еще больше замыкается. Постепенно происходит отчуждение. Ощущение, что его не понимают, вынуждает человека сторониться прежнего общества и искать новых единомышленников. Но страх перед завистью остается и возрастает. Так же, как и замкнутость. *Страх перед тем, что полученные от него сведения могут быть употреблены во зло*, закрывает рот почище любого замка. Человек осознает, что друзей надо опасаться, что любимого человека нельзя посвящать в свои дела, что родителям доверять нельзя. И так далее.

Осознание - верное, ибо желание этих людей проникнуть в душу человека на самом деле есть желание выставить душу человека на всеобщее обозрение. В этом не было бы ничего дурного, если бы не всеобщая зависть. Испуганный человек, желающий быть лучше других, неизбежно становится завистливым, и его зависть возрастает по мере роста чужого успеха. Однако и в неудачнике он может углядеть нечто, представляющее собой ценность, и этого его душа не может вынести.

Когда Вы начнете освобождать *страх перед завистью*, у Вас изменится к ней отношение. Не бойтесь, Вы не станете смело выворачивать перед завистниками душу, чего они и желают. Просто Вы перестанете замыкаться в себе. Вы сможете использовать высвобождающуюся энергию для реализации своих идей и уже не станете притягивать к себе завистников. Но если Вы желаете *превозмочь* свой страх и заявляете, что завистники Вам не страшны, то Вы начнете притягивать к себе все большее число похитителей, которые по кирпичику растащат возведенную Вами стену. Либо навлечете разрушителя, который уничтожит Вашу стену, не пожелав даже ею поживиться. Когда от *Вашей* стены ничего не останется, *его* стена окажется самой высокой, и в этот момент он будет доволен своим поступком. Можете также притянуть к себе завистника, который совместит кражу с разрушением.

Если Вы из числа тех, кого сильно раздражает чужая замкнутость, то осознайте, что в Вас говорит зависть, которую Вы в себе, возможно, и не подозревали. Допустим, Вы ощущали примерно следующее: если не знать, что у другого на душе, как помочь ему, если возникает необходимость. В этом Вы правы. Человек, который прячет в себе стрессы, естественно,

притягивает к себе плохое. Но ему необходимо, чтобы он сам помог себе как человек разумный - научившись правильно мыслить, а чужая помощь ему не нужна. Если бы он высказал все, что у него на душе, то спровоцировал бы раскрытие Вашей зависти, пусть Вы и говорите, что зависть Вам чужда. Чем человек более замкнут, тем он сильнее и тем меньше другие способны ему помочь. Недовольство тем, что он не желает принимать помощи, - это Ваше недовольство, которое есть не что иное, как зависть к его силе.

Если Вы опечалены тем, что любимый человек Вам не доверяет, то освободите свою печаль, иначе возникает жалость к себе, за которой последует гнев. Ярость же лишает способности мыслить логически, и после Вы и сами не сможете объяснить, почему вели себя так нечестно, несправедливо и мстительно. Если Вы принадлежите к типу болтливых людей, то подумайте, насколько трудно Вам было бы держать при себе полученные сведения. Если в его голове рождаются грандиозные планы, а Ваша голова, увы, на это неспособна, то волей-неволей в Вас пробуждается зависть. На свой позор и беду, Вы выбалтываете их другим завистникам, а уж они-то не преминут ставить палки в колеса.

Если Ваши дела идут в гору и кто-то активно набивается Вам в друзья, однако Вы испытываете к нему необъяснимую неприязнь, то доверьтесь своему чувству. Не обольщайтесь его красивыми речами и заверениями в дружбе. Он может предлагать Вам материальные услуги либо расхваливать собственные духовные ценности, либо наоборот. До тех пор, пока Вы не освободите страх перед завистниками, Вы не поймете его целей. Возможно, он и не намерен причинять Вам зла. Но его зависть может повести себя непредсказуемо. Следствием явится то, что Вы спровоцируете его себя одурачить. Он может годами проявлять себя с хорошей стороны и быть полным единомышленником, поскольку Вы для него являетесь лестницей, с помощью которой он поднимается вверх. Его зависть должна проявиться, чтобы преподать Вам урок, и это происходит тогда, когда он забирается достаточно высоко. Ваша душа когда еще говорила, что неприязнь к этому милому человеку является протестом против его показного дружелюбия и навязываемой любви. Однако Ваш разум не внял предупреждению.

Из истории известно много случаев, когда крупные ученые, богатые деловые люди лишались в результате обмана всего своего состояния. Но для такого урока не обязательно обладать мировой известностью. Может, Вас самих ободрали, как липку, и никакая сила Вам не поможет. И если Вы попытаетесь вернуть свое законное добро, напирая на порядочность и вспоминая про законы, то завистник рассмеется Вам в лицо, а если будете настаивать, то еще и выставит Вас на посмешище перед всем светом. Зависть знает, каким образом замарать доселе честное имя человека так, чтобы поверили другие завистники.

Завистник не может не завидовать, если у другого есть что-то лучше и ценнее, чем у него. Не может, и все тут. Постарайтесь это понять, тогда поймете и его.

Духовное либо физическое богатство чужих людей не выставляется напоказ,

а хранится за закрытой дверью. Однако зависть способна выискать и то, чего нет. Достояние близких людей хорошо видно. Им легко завидовать, и их ценности легко присваивать. Девиз зависти: если не достается мне, то пусть не достается никому.

Присвоению не подлежат лишь духовные ценности. Зато их можно уничтожить. Зависть на это и рассчитывает. Кражу имущества можно потом возместить деньгами. Кражу незапятнанного имени деньгами не возместить. На реабилитацию своей чести может уйти целая жизнь, которой можно было бы распорядиться гораздо лучше, умей человек мыслить наперед.

В старину честь являлась привилегией избранных. Честность бедняка была настолько сама собой разумеющейся, что на нее не обращалось внимания. Достоинство неброско. Рост материального благополучия, умножение богатства вынуждает человека приукрашивать себя, и так честность стали уравнивать с интеллигентностью, однако эти понятия несопоставимы, ибо они относятся к разным категориям. **Честность - это смелость признавать свое плохое, интеллигентность - это страх обнаружить свое плохое.**

Повышение уровня развития означает для всех нас потребность отличать существенное от несущественного.

Зависть порождает воровство. Примитивный вор - это мелкий воришка, который ходит опустив глаза и делает свою работу под покровом темноты. У мелкого вора менталитет волка, он тянет то, что плохо лежит. Но возле своего логова он не оставляет следов. Интеллигентный вор - крупный вор, который расхаживает с честным выражением лица и делает свое дело при свете дня. Он впрягает в работу свой интеллект и делает так, чтобы то, на что он зарится, оказалось без присмотра, ибо в развивающемся мире всегда найдутся государственные законы, которые отстают от жизни. Более всего он похищает у своих, поскольку знает, что там самая богатая добыча. Все это делает зависть.

Зависть, которая завистью не считается, есть **ревность**. Завистливый хочет отобрать у другого то, что делает того лучше него, с тем, чтобы, в свою очередь, стать лучше другого. Завистник, который превыше всего ставит богатство, превращается в вора, использующего чужое имущество. Завистник, который превыше всего ставит ум, превращается в похитителя чужих знаний, идей либо научных открытий. Завистник, который желает присвоить наивысшую ценность на свете - любовь - и пользоваться ею себе во благо, становится ревнивым. **Самая страшная зависть и есть ревность.**

Ревность может приобретать такие масштабы и такую степень безрассудства, что выходит за всякие рамки. Кто испытал на себе ревность, тот знает, что поначалу ревнивый человек бдительно следит за объектом своей любви в отношениях с противоположным полом, затем это распространяется на детей, животных, растения, вещи. Ревновать можно даже к унитазу, ибо тот похищает у ревнивца любимого человека аж на несколько минут. Нет смысла рассказывать о формах выражения ревности, поскольку они, в соответствии со степенью гнева, становятся все более шумными. Каждому человеку требуется освободить свою ревность еще в зародыше. Кто утверждает, что в

нем ревности нет, тот не знает самого себя и возвращает ревность. *Страх меня не любят* сам по себе уже содержит ревность.

Зависть и консервативность идут рука об руку, ибо завистливый желает заполучить свою долю прежде, чем двинется вперед.

Консервативность есть страх перед тем будущим, с которым я не справлюсь. Консервативность - это откат назад. Если бы мысли и поступки консервативного человека совпадали, он был бы обречен на быструю гибель. К счастью, получается так, что консервативный человек упрямо не желает признавать своего отставания, но вместе с тем очень даже хочет использовать материальные блага, сопутствующие прогрессу. Он буквально требует их, ибо считает естественным, что ему, сделавшему столько хорошего для других, должно за это воздаться сторицей. Иной не говорит о настоящем и о будущем ни единого доброго слова, однако недоволен тем, что у него дома нет последних новинок бытовой техники или рабочих инструментов. В своей консервативности такой человек является упрямым самодуром. С ним трудно ужиться, так как он постоянно говорит о том, как хорошо было раньше, и препятствует движению вперед.

Одним из подвидов консервативности является бюрократизм, который ругают и сами бюрократы, не понимая того, что одновременно они ругают себя. Бюрократизм, т. е. мелочное, формальное ведение дел, при котором интересы дела приносятся в жертву бессмысленному соблюдению формы, встречается в любой сфере жизни. Бюрократизм - это **страх доверять, поскольку нет веры**. Чем больше не верят, тем сильнее недоверие. В итоге бюрократизм истребляет самого себя, невзирая на то, что неукоснительно следовал форме. Если Вы освободите страх перед грозными шестеренками бюрократизма, то они Вас не зацепят. Бюрократизм перестанет восприниматься Вами как ненавистная напасть, измывающаяся над честными людьми. Вы почувствуете, что нуждаетесь в нем, поскольку он защищает Вас от многих неприятностей, которые могут возникнуть в жизни.

Итак, консервативный человек в мыслях откатывается назад, однако душой чуточку продвигается вперед. Иначе он не смог бы жить. Душевное состояние проявляется в здоровье физического тела. Мысль - это свойство физического тела. Говоря символически, *такое тело движется вперед без головы*. Оно губит себя и других, но у него есть и положительная сторона: оно служит для спешащего тормозом, чтобы тот в чрезмерной спешке не вылетел с трассы на повороте, куда не научился твердо летать. Освободите свой страх и неприятие консервативности, тогда цепляющийся за старое человек перестанет Вас беспокоить, и Вы сами избежите участи стать с годами консерватором. Так консервативность становится необходимым уроком Вашей жизни. У Вас пропадает желание давить на газ назло консерваторам или поступать как-то иначе им наперекор. Вы идете уравновешенно своим путем.

Крайняя консервативность состоит в том, что человек отказывается идти

*вперед как в духе, так и в деле. **Человек живет во имя былого блеска и славы.** Королевства уходят в историю, ибо развитое человечество нуждается в монархии лишь как в символе, чтобы исторически осмыслить свое развитие. Цепляние за монархию как за спасительную соломинку есть консерватизм, что вынуждает новое бороться за свое существование. Борьба - это злоба. Мир стонет от злобы, поскольку испуганное человечество не понимает того, что жизнь должна двигаться только вперед. Злоба уничтожает человека, стоящего помехой на дороге жизни.*

Если человек с высоким уровнем интеллекта ощущает свою неспособность шагать в ногу с молодежью и начинает относиться к молодежи свысока, придиричиво, критически, язвительно, но открыто этого не выражает, то его мозг начинает вырождаться. Это вырождение выражается в *слабоумии*. Если Вам встречается некий старый и знаменитый человек, который ведет себя, как малое дитя, приседает в реверансе либо шаркает ногой и задает с утра до вечера ребяческие вопросы, ответы на которые до него не доходят, то знайте, что он учит Вас избегать слабоумия. Его беда говорит: *"Дорогой человек! Освободи свой страх, что меня не любят, а также желание быть лучше других, тогда ты никогда не станешь таким, как я"*.

Слабоумие развивается от медленно вызревающего желания быть лучше других. Оно является следствием поражения мозга у так называемого интеллигентного человека. Умный человек получает то, чего желает. Но если бы он только был доволен достигнутым! Так нет же. Он напрягает до предела свой разум, словно музыкальную струну. Музыкальный инструмент мы всегда настраиваем перед игрой. О своем теле задумываемся, когда струна лопается. Прimitивный человек так не поступает. Прimitивность есть в каждом человеке, но если наивысшей ценностью считается интеллигентность, то прimitивность остается скрытой.

Консерватизм может скачкообразно увеличиться в случае срыва неких планов. Это моментально урезает надежду в отношении будущего. Во имя сохранения хорошего из прошлого происходит взвешивание старого хорошего и нового хорошего. Вот и возникла политика. Во имя сохранения прошлого хорошего в мире происходит постоянная политическая борьба. Следовало бы знать, что борьба во имя сохранения хорошего истребляет это хорошее. Внешне делается хорошее, которое, как выясняется через некоторое время, было лишь временным. Смелое будущее не уничтожает прошлого, даже если это испуганное прошлое. Оно знает, что оно основывается на прошлом.

Консервативность, которая держится за прошлое и не дает развиваться будущему, вынуждает бороться во имя будущего. Попросту говоря, **старый провоцирует молодого бороться против себя же во имя будущего.** *Молодой поддается на провокацию. Теперь у старого появляется право бороться за свое существование, поскольку он может доказать, что его хотят уничтожить. Ни стар, ни млад не способны увидеть в старом молодого и не способны понять, что старое - это питомник прогресса. Не будь старого, не было бы и нового. Это понимает лишь смелый человек. Он с уважением*

относится к старому - будь то человек или вещь - и делает это от души, а не по приказу.

Борьба между старым и новым происходит в соответствии с уровнем развития человечества. Нынешняя эпоха пытается нам показать, что войны ставят нас на грань катастрофы, что одностороннее развитие жизни подводит нас к краю пропасти. Движение вперед в том же духе полностью уничтожило бы жизнь на Земле. Во избежание этого каждый из нас в отдельности награждается болезнью, соответствующей степени нашего безумия. Например, воинственное **желание повернуть ход жизни вспять, оно же воинствующая консервативность**, вызывает болезнь Крейтцфельда-Якоба (известную как *коровье бешенство*).

Задумайтесь над тем, откуда эта болезнь берет начало, как она распространяется по свету, и сделайте заключение.

Болезнь Крейтцфельда-Якоба поражает мозг человека, цепляющегося за консервативность, чтобы он больше не мог препятствовать развитию жизни. Консервативный человек не в состоянии смириться с тем, что прежде его слушались и его приказы выполнялись, а теперь больше не слушаются. Чем человек влиятельнее, тем опасней его консерватизм. Поэтому болезнь Крейтцфельда-Якоба заканчивается смертельным исходом. Эта болезнь препятствует вырождению жизни и дегенерации. Дегенерация определяется как *вырождение, ухудшение из поколения в поколение ценных приспособительных или хозяйственных свойств растительного или животного организма*. Видите, сколь эффективно может одна болезнь заставить двигаться к прогрессу консервативное общество, которое именует себя прогрессивным. И у страха смерти есть своя положительная сторона, которая превращает этот страх в движущую силу жизни.

Чем больше человек совершает ошибок, оставаясь при этом человеком, и их не исправляет, тем сильнее повреждается у него признак человеческой сути - мозг. Либо сам его разрушает, например отравляет ядами чувств.

Ребенок, чьи родители с самого его рождения желают, чтобы он был лучше всех, страдает от родительской сверхтребовательности, но об этом никто не догадывается. Ведь сверхтребовательность в мыслях не принято считать реальным действием. Взрослые не умеют любить ребенка таким, какой он есть, не умеют любить безусловно. Почему ты не красивее других? Почему не держишь голову раньше других? Почему ты стал узнавать родителей позже других? Почему ты так долго не научаешься поворачиваться на бок, сидеть, ходить? Почему ты не говоришь, когда другие уже давно говорят? Почему то да почему сё? И так далее. Иной ребенок уже успевает состариться, а его мать и отец, словно слепые и глухие, продолжают сыпать теми же вопросами. Недовольным вопросам испуганных родителей, вопросам, в которых выражена сверхтребовательность, нет конца. Разочарование в своем ребенке вызывает даже нежелание иметь этого ребенка. Ребенок это чувствует, и в нем укореняется осознание того, что меня не любят таким,

какой я есть. Я не нужен. Меня не хотят. Его невозможно в этом разубедить. Вернее сказать, разумом он все может понять, но рациональная логика разума сердцу не указ. Эти стрессы сопровождают ребенка в течение всей жизни и определяют отношение к нему окружающих, ибо его собственное отношение к миру прочно сформировалось еще в детстве.

Невероятно, но факт - и в наши дни родители отказываются от своих детей, если дети не исполняют того, чего желают родители. Родители ощущают, что отбившийся от рук ребенок позорит их в глазах окружающих. Они не понимают, что ребенок выводит наружу их собственный скрытый позор. Они закрывают глаза на истину и в своих последующих бедах обвиняют все того же ребенка, хотя виноваты они сами. Ребенок - всего лишь следствие.

Испытываемый ребенком страх, что он не сумеет исполнить все родительские требования, затормаживает его развитие. Если родители не исправляют своей ошибки, то это торможение может привести к душевной болезни. В моменты же просветления ребенок вновь осознает свою неполноценность, т. е. страх, что из-за болезни меня не любят. И болезнь снова обостряется. Каждое обострение усугубляет необратимость физического разрушения мозга. Душевная болезнь означает, что дух покидает тело с тем, чтобы человек смог собраться душевно, и если дух видит, что урок пропал даром, то он уже не возвращается в тело. Такой человек вынужден отныне учиться исключительно на телесных страданиях. Сам он помочь себе не может. Это могут сделать лишь родители.

Если детский дух покидает тело, то это значит, что он дает родителям время на размышления. Душевнобольного не заставляют бегать наперегонки с другими ни в духе, ни в деле. Жизненная гонка есть желание души быть лучше других. Дух не желает погибнуть в ходе этого урока души. В этом проявляется способность духа защищать себя от возрастания кармического долга и неизбежно следующего за ним искупления.

Зачастую душевный недуг возникает как следствие некоей физической болезни либо травмы. При душевных болезнях проблема заключается в голове. Голова - это отец. Голова состоит из черепа и мозга. Кость - отец. Мозг - мать. Череп - это отец, который своим рациональным сознанием бережет и защищает сознание, направляемое интуицией матери, т. е. мозг. Если кости черепа получают травму, то душевная болезнь может и не наступить, хотя отклонения в психике обязательно присутствуют. Душевная болезнь возникает в результате повреждения мозга, сопутствующего травме костей черепа. Однако душевная болезнь может также возникнуть как следствие нетравматического заболевания.

Голова ребенка и его духовное развитие свидетельствуют о рассудочности взаимоотношений между его родителями. Испуганный разум становится злым. Смелый разум любит без условий. *Критическая величина злобы на бездумность отца (мужнины, мужчин) ломает черепные кости, а то, что повредился мозг, указывает на скрытую злобу, послужившую первопричиной всего. Критическая величина злобы на бездумность матери (женщины, женщин) вызывает заболевание мозга без повреждения костей черепа.*

Маленький ребенок, который не умеет еще мыслить самостоятельно, страдает из-за родительской злобы. Ребенок постарше способен сам воздействовать на свои беды. Если ребенок относится к отцу с любовью и уважением, то тело и дух ребенка здоровы.

В настоящее время духовному развитию препятствует **возвеличивание рационального разума**. Нам кажется большой несправедливостью, если у очень умных и рассудительных родителей рождаются дети с нарушениями психики. Но если Вы осознаете, что рациональный разум и разум интуитивный есть две стороны единого целого, то, возможно, поймете, почему многие выдающиеся люди интуитивно не желают иметь детей. Они боятся. Они охотнее движут вперед жизнь человечества. Недостающее звено своей жизни - ребенка - они приберегают в качестве урока для следующей жизни.

У маленьких детей возможно аномальное развитие черепа. **Микроцефалия, или ненормально малая величина черепа**, означает, что *отец ребенка нещадно эксплуатирует рациональную сторону своего ума*, иначе говоря, страшно боится, что его планы сорвутся. Такое перебарщивание действительно достигает критических масштабов, коли ребенок обрекается на столь ужасные страдания. Это служит знаком того, что отцу следует как можно скорее заняться повышением своей духовности, иначе он попадет в большую беду. **Макроцефалия, или большеголовость**, возникает при избыточности мозговой жидкости. Это означает, что *отец ребенка испытывает великую невысказанную печаль из-за ущербности своего рационального ума*. Поскольку отклонения в развитии черепа определяют духовное развитие ребенка, то очень важно, чтобы отец принимал участие в лечении ребенка наряду с матерью. Общими усилиями достигается более скорый результат, что очень важно с точки зрения развития мозга.

Отношение к отцу закладывается матерью. Если отец ненавидит свою мать из-за причиненных ею страданий, то он относится плохо также и к своей жене. Но если жена, несмотря ни на что, пытается понять суть мужниной злобы, то у их ребенка с головой и с духом все в порядке. Ну а то, что сын, ненавидящий свою мать, не отличается высокой духовностью, из-за чего его ребенок также не может быть высокодуховным, - это уже тема особого разговора. Но если жена пытается понять своего мужа в его плохом, и покуда она в состоянии любить его безоговорочно, духовность ребенка благодаря ей развивается быстрым ходом. *Стремление понять приравнивается к самому пониманию. Развитие зависит от старательности.*

Возможно, у Вас вызывает протест то, что я постоянно подчеркиваю роль жены. Почему не должен исправлять себя муж? *Жизнь каждого человека зависит прежде всего от него самого, какого бы пола он ни был*. И ни к чему обвинять других. Но если речь идет о семье как единстве, незримую сторону которой выражает ребенок, то необходимо в этом единстве выделить очередность по важности. Жизнь начинается с женщины.

Если мать мужа проявила себя недостаточно хорошей матерью и тот был вынужден страдать, то может случиться, что он станет диктовать своей жене, какой женой и матерью ей следует быть, и с таким напором, что семья распадается. Таким мужьям необходимо уяснить, что половая роль в женщине закодирована. Принуждение может свести ее на нет.

Представьте себе, что некий добропорядочный муж приходит поздно вечером домой с работы, когда семья уже спит, и будит жену для того, чтобы спросить, проследила ли она за тем, чтобы сын помыл перед сном уши и ноги. Такое вторжение в мир уставшей от дневных хлопот женщины есть духовный террор. Этот муж желает быть отличным отцом и не догадывается, что прежде всего надо быть хорошим мужем. Положительность человека не имеет ничего общего со сверххвением, которое выедаёт душу самому и другим. Положительность - это нормальное состояние. Если великовозрастный сын не моет уши без приказа, то его и не надо бы уже принуждать. Вот пристыдит его за это любимая девушка, так у него безо всяких приказов уши будут сверкать чистотой до конца жизни. Переделать мужчину, слепленного руками свекрови, в настоящего мужчину - задача для женщины посложнее, нежели воспитать ораву детей. Но если женщина осознает, что этот жизненный урок она выбрала сама, то у нее хватает долготерпения.

Если мать мужа проявила себя слишком хорошей матерью, то ей выпадают страдания иного рода. Всё чрезмерное всегда происходит от страха, который блокирует мыслительные способности и истребляет верное понимание жизни. Если мать перебарщивает в роли матери, то отец перестает быть отцом. Отец превращается в маленький винтик, который знает свои обязанности и не имеет права вмешиваться в отношения между сыном и его матерью. Большинство мужчин в наше время отказывается от такой роли либо через расторжение брака, либо через уход из жизни. Чем больше мужчина боготворит свою мать, поскольку та боготворит его, тем больше он ненавидит женщин, ибо ни одной из них не затмить его матери. Боготворимый сын может сделаться таким женоненавистником, что у него появляется желание губить женщин. Такие мужчины с удовольствием свернули бы и мне шею за мои книги, так как в них они видят лишь опорочивание матерей. Это их задевает за живое.

Неосознанное чувство вины вынуждает мать выслуживаться перед сыном и его превозносить. Злоба на мужа за его уход заставляет женщину с вызовом продемонстрировать тому же мужу и всем остальным, на что только ни способна любящая мать. Чем больше она старается быть для сына распрекрасной матерью, тем труднее ему приходится в поисках той, которая превосходила бы мать. На его беду, для мужчин женщины в первую очередь являются женщинами. Лишь женщины гораздо старше по возрасту способны выполнять также и роли матери, но столь придиричивый к женщинам мужчина не удовлетворится женщиной старше себя.

Семьянином такой мужчина не становится. Зато становится бабником.

Зачатые из его семени дети относятся к своему отцу так же, как относился он сам к своему отцу. А возможно, и хуже. К сожалению, наше общество тоже уже стало рекламировать таких мужчин в качестве образцовых. Поэтому находится более чем достаточно женщин, мечтающих о муже, который был бы лучше других. Никто не замечает, как такой мужчина превращается в гомосексуалиста, будучи разочарованным в женщинах. И лишь спустя годы, когда появляется время поразмыслить над жизнью, он разочаровывается в своей матери.

Женщина творит невидимый мир и тем самым определяет мир видимый.

В соответствии с сотворенной невидимостью мужчина творит мир видимый.

Женщина, пострадавшая от мужчины, способна быстро восстановиться, поскольку мужчина сделался агрессивным из-за женщины, подобной ей. Как душевные, так и физические раны заживают у женщины быстро. А мужчина, пострадавший из-за женщины, восстанавливается медленно. Его раны заживают долго, и от них остаются рубцы. Постарайтесь это понять.

Понимание такого рода встречается редко. Куда чаще мать из страха *меня не любят* не понимает, что муж защищает ее подобно тому, как череп защищает мозг, и в своей злобе "всё не так, как я хочу" пытается сделать так, чтобы хоть ее ребенок был в чем-то лучше других. Такое непонимание может привести к тому, что у ребенка заболевает мозг. Мать произвольно превращает ребенка в средство, с помощью которого она еще сможет показать всем этим плохим, чего она стоит. Она требует от ребенка стать лучше других детей, умнее, способнее, сильнее и т. д. Ребенок превращается в своего рода орудие возмездия, которым размахивают перед тем, кто мать недооценивает.

Те же требования, как правило, предъявлялись матери ребенка ее собственной матерью, и на этой почве между ними возникали ссоры. Поэтому для бабушки ребенок служит орудием мести дочери, а для матери - аргументом для доказательства своей правоты. Бабушка испытывает злорадство уже хотя бы потому, что может сказать дочери: *"Я же говорила тебе, что права я, а ты меня не слушалась!"* Ей и невдомек, что корнем, из которого произрос больной плод, является она сама. Куда легче обвинять дочь.

Дочь - это ствол, который сгибается под тяжелой ношей. Она виновата в том, что вырастила плохой плод, хотя ей так хотелось доказать всем обратное. Зачастую такие дочери остаются наедине со своей бедой, словно бедные грешницы. От них бегут подальше. Почему? Потому что бабушкино чувство вины, которое она не осознает, гонит бабушку прочь от своего зеркального отражения - ребенка. Ведь бабушки и внуки более всего похожи. Простите,

дочери, своим матерям и свекровям, а также себе совершенные ошибки, тогда вы сможете помочь своему ребенку. Возможно, помощь эта поначалу будет казаться малозаметной, но потихоньку она станет увеличиваться. У Вас пропадет чувство отчужденности от других, так называемых нормальных, и Вы снова окажетесь в окружении людей.

Мать - душа ребенка. Если матери легче, то легче и ребенку. Если материнское чувство вины уменьшается, то сердцу ребенка легче работается. Улучшается его кровоснабжение. У кого кровоснабжение совершенно в порядке, тот уже не может быть больным.

Желание быть лучших других - наиболее коварный стресс, назвать который стрессом разум отказывается. Его положительная сторона обуславливает естественную **потребность быть всё лучше и лучше**, а отрицательная сторона диктует **желание быть все лучше и лучше других.** По мере возрастания отрицательной стороны возрастают и страдания. Об этом вкратце говорилось на стр. 236 книги "Без зла в себе". Многим это не нравится. Не углубляясь в проблему, люди бросают мне в лицо обвинение: "Ты что, хочешь быть умнее психологов, теологов и философов?"

Каждый видит в другом человеке себя. Кто желает быть лучше других, тот нападает на других с обвинением, которое может быть переадресовано ему самому. Я же - просто странник, который бредет вверх по руслу, пробитому некогда горной рекой, и счастлив оттого, что Бог вывел его на тропу. Другие могут не считать ее за тропу, потому что не способны ее увидеть. То, что я на той тропе вижу, т. е. что мне указывает Бог, достаточно велико, чтобы его все глубже постигать и излагать на бумаге. Не ощущай я потребность писать, я бы и не писала. Мой разум не смог бы принудить меня к этому, так как за время учебы и 23 лет, что я проработала врачом, мне осточертело заниматься бессмысленной писаниной.

Бог направляет, человек осознает, думает и делает.

Чувство говорит человеку, что делать, разум думает, как делать, воля исполняет приказание.

Желание быть лучше других делает из человека *раба целей и денег*, обращает интеллект в *надменность*, а труд - в *тупое занятие*. Духовное развитие прекращается. Человек, который желает быть лучше других, считает свою правду за истину и не понимает, где начинается ложь. Вначале ложь неосознанная, а позднее - сознательная. Человек считает себя компетентным и не понимает, что его знания ограничены *мелочностью, узколобостью, келейностью групповых интересов в ущерб общественным*. Стараясь убедить других в благородстве своих целей, он принимается *объяснять, обосновывать, выдвигать оправдания* и незаметно для себя становится *надоедливым*

пустобрехом, чье слово ни во что не ставится.

Человек, желающий быть лучше других, желает навести порядок, а в результате сеет неразбериху. Покуда он занят делом, ему хорошо, зато с ним плохо другим. Он созидает, т. е. строит большое очистительное предприятие, но оно загрязняет природу. В конечном итоге, ущерб превышает пользу.

Он может считать себя великой творческой личностью, однако его творчество не согревает душу, а сеет *смятение, отчаяние, безнадежность, ощущение опасности, шумиху, равнодушие*. Он не понимает, что душевная неразбериха переносится на материальный уровень, творит ли он в сфере искусства или в сфере бизнеса. Тем самым он насаждает среди себе подобных смятение, отчаяние, безысходность и т. д. Постоянное перенапряжение приводит к *равнодушию*. Смысл жизни видится в кривом зеркале. Равнодушие к этой картине настолько само собой разумеющееся, что если она перестает нравиться, то человек разбивает зеркало и считает это естественным. На физическом уровне это выражается в тупом безразличии к любым проявлениям вандализма и насилия. Другой человек не относится к числу исключений. Так, распрекраснейший человек из одного лишь желания быть лучше других может сделаться изобретателем оружия массового уничтожения, поскольку напасть на другого собственноручно ему не позволяет желание быть лучше других.

Желающий быть лучше других *старается во имя цели* и не сознает, что он *приносит людей в жертву этой цели*. Он оправдывает себя думами о будущих поколениях, и до него не доходит, что если родители принесены в жертву некоему делу, то ребенок не сможет относиться к этому делу с любовью. Дело становится его врагом. А желающий быть лучше других становится *фанатиком, догматиком*, который жертвует дорогими ему людьми и от других требует того же. Свою фантазию он считает благородной идеей и *вынуждает подчиняться своей воле и других*.

В своем самолюбовании и самовосхвалении он может считать себя *либеральным*, тогда как другие видят в нем *высокомерную, надменную снисходительность*, которая является на деле опасной ловушкой. Он зорко следит за тем, чтобы никто из подчиненных не поднял головы и не стал лучше него. Но всегда находится такой смельчак, который тоже хочет быть лучше других и выпрямляет спину или, по крайней мере, перестает ее гнуть - и тогда кажущаяся снисходительность моментально оборачивается *мстительной завистью*, которая обладает неограниченной фантазией.

Так снисходительный отец - глава семьи - может превратиться в *деспота*, а нежная и заботливая мамуля - в *вулкан, извергающий проклятия и ругательства*. Так умный руководитель дружного коллектива может превратиться в *безжалостного комиссара*, который во имя общей цели решает всем прочистить мозги. Решает *единовластно*, не догадываясь предоставить другим право голоса. Он берет на себя *право обижаться*, если кто-то думает иначе.

Хорошо разбираясь в людях, он умело *разжигает зависть* у завистливого, чтобы унижить противника. Противником автоматически становится тот, кто

смеет выразить свою волю. Чем сильнее желание быть лучше других, тем интеллигентнее реализуется цель. Если противник пострадал, то он выражает сочувствие, жалеет его и сокрушается, что вовремя не сумел принять меры предосторожности. Он считает, что никто не замечает за фасадом благовоспитанности *лицемерия* его пустых слов и не замечает его приторного *желания нравиться*. Предложение помощи с его стороны - это *притворство*, за которым кроется страх *а вдруг его помощь и вправду потребуется*. Он вздыхает с облегчением, если помощь не потребовалась, и обиженно рассказывает, что от его помощи отказались. В искренность чужой помощи он не верит, поскольку видит в других себя.

Многим нравится находиться в компании или коллективе людей ниже себя по уровню. Такие руководители считают себя великодушными и упиваются собственным превосходством. Они делают все, чтобы другие не повышали свой уровень. Не обучают сами и не дают другим учиться. А если кто-то, тем не менее, учится, то они создают такие ситуации, когда теория этого человека оказывается посрамленной их опытом и высмеянной публично.

Желание быть лучше других высмеивает достоинство, ибо во главу угла ставит ум.

У того, кто стремится быть лучше других, возникает непреодолимое желание растоптать достоинство человека менее умного, однако более достойного. Ведь достоинство превышает ума. Поэтому не стоит особенно вразумлять желающего быть лучше всех - материальная сторона жизни сама укоротит его заносчивость и самомнение. Если бы он смог отомстить ситуации за свое унижение, то ситуации от этого не стало бы больно.

Если он злобно мстит некоей вещи, то вещь на то и есть. Ей тоже не больно. Ее нельзя убить, потому что она жива и в то же время мертва. Неважно, лежит ли она на земле в целости или разбита. Она существует и когда ее выбрасывают на помойку либо сжигают. Информация о ней сохраняется в подсознании человека и поучает его, куда урок не усваивается. Пусть хоть на это уйдет вечность.

Кто очень сильно желает быть лучше других, тот желает также быть лучше учителя либо быть лучше святого. Святые это знают и, чтобы не провоцировать людей на насилие, становятся отшельниками.

Учитель, желающий быть лучше других, при всяком удобном случае подчеркивает, что ученик ничего не знает и никогда не выучится. Такого типа родители, учителя, руководители, а также церковные иерархи любят повсюду рассказывать о том, как им трудно живется, потому что никто ничего не знает, не умеет, не желает, не делает и что им, бедненьким, приходится тянуть за них ляжку. Приходится выполнять всю самую сложную и ответственную работу за глупых, ленивых и недобросовестных, иначе жизнь на свете остановится. Охаивание других через восхваление себя перед людьми, далекими от жизни, звучит правдоподобно, поэтому подобные разговоры ведутся с особым пылом в обществе несведущих людей.

Кто не боится быть глупым, тот не подчеркивает свой ум, чтобы выпятить чужую глупость. Кто не подчеркивает своего превосходства, тот не возвышается, унижая других.

Желание быть лучше других может выражаться в лицемерии святош. Смиренно-сердечные слова и благородные идеи, фарисейски льющиеся из уст, быстро распознаются и быстро приедаются из-за своего дутого пафоса. Особенно когда их приходится выслушивать многократно. Люди, тоскующие о божественности, не замечают, что проповедник вещает лишь ради того, чтобы превознести себя. Такие проповедники встречаются как среди мирян, как и среди церковников. Есть такие, которые не ведают о своем скрытом "я", и их со временем отваживают. Но есть и такие, которые рыскают на свету и в тени оборотнями под разными масками.

Наивный человек, который желает видеть в жизни одно только хорошее, не распознает святошества за невиннейшим ликом и не догадывается, почему в беседе с этим хорошим человеком у него возникает такое плохое мнение о себе. Он не замечает злорадства в скрипучем голосе святоши. А человек бывалый замечает и может от всей души возненавидеть святошу, который настолько вжился в свою роль, что она стала его второй натурой. Женщина-святоша не понимает, почему муж поднимает на нее руку. Мужчина-святоша недоумевает, отчего жена точит на него зубы. Их подзуживает злоба к фальши. Сам же святоша и не подозревает, что он вещает не от сердца, а говорит о том, как должно быть. Страх мешает ему пропустить знания через сердце и превратить их в собственную житейскую мудрость - страх, что я не столь умен, чтобы самому придумать что-либо умное. А быть хоть чуточку умнее другого ох как хочется.

Святоша учит других жить, а у самого жизнь не клеится. Превозносит любовь, а сам сторонится людей. Читает мораль, а сам творит темные делишки. Просит о душевном покое для страждущего, сам же душевного покоя не ведает. Ратует за пунктуальность, тогда как сам на время не обращает внимания. Агитирует принять участие в важном мероприятии, сам же про него забывает. На святошу никогда нельзя положиться. Он всегда убедительно оправдывается тем, что приносит себя в жертву во имя благородных целей, но толком ничего не делает. Однако не забывает упомянуть про свои заслуги.

Поскольку человек в других видит всегда лишь себя, он считает, что другие делают все для того, чтобы его обскакать. Поэтому он *не может смириться*, если кто-то оказывается быстрее, точнее, наблюдательней, сообразительней, удачливей, находчивей, предприимчивей, умелей, выносливей, гениальней и т. д. - будь то в спортивных показателях или в быту. Он всегда *воспринимает* это как *вызов*. Он изо всех сил старается быть лучше других и столь же рьяно *стремится доказать*, что он лучше всех, покуда не наступает предел выносливости. Падение на землю бывает тем болезненнее, чем выше человек забирается.

Не находя выхода из создавшегося положения, человек обычно начинает пить либо глотать успокоительные средства. Покуда теплится *надежда вновь*

подняться, человек старается тонизировать себя. Он налегает на витамины, тонизирующие напитки, лекарства, в том числе гормональные и наркотические, но ни одно из этих средств не учит человека, желающего быть лучше других, следующему: "Дорогой человек! Все это бесполезно. Когда ты начнешь освобождаться от страха, что тебя не любят, то поймешь, что никто не бывает лучше кого-либо, даже если у него наивысшие духовные или физические показатели. Осознав это, ты обретешь душевный покой и потребность развиваться ради себя самого. Уравновешенный человек живет, как сказочный персонаж-невидимка, который не мешается под ногами у завистников и сам никому не завидует".

Пример из жизни.

59-летняя женщина желает понять, почему распался ее брак, просуществовавший 38 лет. Особенно же ей хочется знать, почему она при этом ощущает себя свободной и счастливой. Ее радостное лицо всех раздражает. Родственники и знакомые осуждают ее, так как ее умный, примерный, работающий и верный муж остался один в собственноручно выстроенном доме и там медленно гибнет. Цветущий, энергичный мужчина моментально сдал, являя собой жалкое зрелище. Это ставится в вину жене. Женщина же не желает быть виноватой. Она приходит прибираться в доме и поработать в саду. Иной раз даже готовит еду. Но она боится, что муж вдруг надумает ее отблагодарить, брать же от него она ничего не желает.

Переделав дела, она тут же убегает к себе в свою крохотную квартиру, которую окрестила Раем. В этом Раю ей хорошо, поплакать и то сладко. Ей становится не по себе, если кто-то намекает на то, что она могла бы снова выйти замуж. При всем при том они с мужем жили хорошо да и сейчас неплохо ладят. Она внушает себе, что необъяснимое чувство напряженности между ними неизбежно на первых порах. Она не может признать себя виновной, потому что все оставила мужу. Ей всегда бывало стыдно за жен, которые, разводясь с мужем, обируют его до нитки. Сама она, уйдя из дома, не взяла ничего, кроме того, что было на ней надето, и кое-что из сугубо женских предметов, которые все равно мужу не пригодились бы.

Она чувствует, что не сделала ничего плохого, и в то же время чувствует, что сделала плохо. Разум говорит - не сделала. Сердце же говорит иное. Её внешний вид - цветущий и здоровый - говорит сам за себя. Что это означает? Ведь я мыслю правильно! Ведь я поступила правильно! Почему же мне не хорошо?

Таково типичное рассуждение сбившихся с пути людей. Кто уясняет для себя, что если мне не хорошо, то, значит, я поступил неправильно, тот способен более трезво оценить ситуацию. Правда не есть истина. А душевный покой дает только истина.

Я стала смотреть их супружескую жизнь.

В начале супружества муж и жена, оба дельные и работающие, шли бок о бок,

точно ломовые лошади, самозабвенно стараясь облегчить ношу друг друга. Но уже угадывается страх лошади поменьше оказаться более слабой и осознание лошадей покрупнее, что она делает работу потяжелее. Гордости по этому поводу пока еще не возникало. Любовь между ними была, однако на первом плане с самого начала стояла работа. Днями работали, ночами учились. Специальное образование получили оба, ценными специалистами были оба. Дети незаметно выросли такими же и рано покинули дом. Родителей навещают редко и всегда на бегу. Все утешают себя тем, что у всех дел невпроворот.

В жизни так заведено, что муж творит зримый мир, а жена творит мужа. Жена обеспечивает мужу прочную опору и определяет направление движения - сам муж его не ощущает. Все остальное муж умеет делать сам. Плоды мужского труда зримы, плоды женского труда незримы. Успехи мужчины являются результатом женской любви. Любовь жены, в свою очередь, распускается цветом в созданном мужем надежном доме.

Испуганные люди ждут похвалы. За выдающиеся доблести мужа хвалят. Его жену похвала минует. Мужа поощряют к росту, жена становится никем, если только сама не находит в себе силы возвыситься. Далекое не каждая соглашается быть тенью при замечательном муже. И среди высокообразованных женщин встречается немало таких, которые предпочитают вообще не выходить замуж, поскольку ощущают свою рабскую душу и заранее знают, что, живя тенью при муже, они загоняют себя в тупик.

Таковой обернулась и жизнь этой женщины. Муж все более ощущал себя умным, рациональным, рачительным, корректным, требовательным, ответственным, положительным. Все, что было на виду, было сделано им. Либо приобретено в дом. Во всяком случае, не сделано руками жены. Он не развивал мысль логически, а принимал решение с ходу - и считал себя правым. По отношению к жене он не был плохим, ни разу не повысил голос и не поднял на нее руку. Никто, даже жена, не стал бы утверждать обратного. Женская работа не бросается в глаза, значит, работы и нет. Женские несведущие речи - не совет, поэтому к ним незачем прислушиваться.

Испуганный мужчина, желающий быть лучше других, воспринимает дельный совет жены как пощечину - как же я сам не додумался? Ему невдомек, что каждый знает нечто такое, чего другой не знает, и любой человек испытывает потребность поделиться с другим тем, чего у того нет. Не делится лишь завистливый. Но кто желает быть лучше других, не намерен принимать чужой помощи, а если и вынужден принять, то ощущает себя униженным и опозоренным. Поскольку же в повседневной жизни не возникает критических ситуаций, когда встает вопрос о жизни или смерти, то гордые, живущие своим умом мужья не принимают советов жены. Пусть она докажет, что права! Но

женщины не намерены доказывать разумность любовно предлагаемой ими помощи, да это и не докажешь физически.

Рассудительный мужчина доказывает мудрость женского восприятия, материализуя ее на физическом уровне, где она перестает именоваться женской мудростью. Рассудительность возникает в ходе размышлений о собственном опыте, из которого извлекаются выводы, а также при учете чужого опыта и его проверке.

Рассудительный муж знает, что зерно истины, содержащееся в речи жены, льет воду на его мельницу. Умный муж ведет себя противоположно рассудительному. Чем умнее он становится, тем больше с порога высмеивает дурацкие речи жены, не удосуживаясь в них вникнуть.

Умный муж воспринимает речи жены как желание перевернуть мужские планы с ног на голову с выгодой для себя. Он упрямо гнет свое и, если дело не выгорает, злится на себя. Но если свидетелем его неудачи оказывается жена, то он злится на нее. Уступчивая жена, уважающая своего мужа, не злорадствует. Она сочувствует и старается утешить. Однако мужчине, желающему быть суперменом, такое утешение претит. Он ощущает себя маленьким мальчиком, которого мать ласкает у всех на виду. Он отстраняет жену в сторону. Для отстранения умной жены существуют мысли и слова. Глупую жену отстраняют физически.

Мужская гордость не позволяет признать, что **жена задает мыслям мужа направление и скорость.** Если муж недооценивает совет жены, то он унижает мудрость жены, и любая жена это чувствует. Даже и в том случае, если он ничего не говорит. Это для женщины тем больнее, чем она умнее. Она ощущает, что в глазах мужа ее мудрость - круглый ноль. Муж, о котором идет речь, боялся, что совет жены его унизит, однако сам унизил жену. Жена боялась, что муж ее унизит, и в следующий раз уже не раскрывала рта. А еще через раз не раскрывала и сердца. Уязвленная жена становится безучастной и может заглушить в себе предощущение даже большой опасности, позволяя нагреться большой беде, от которой пострадают все.

Жена, которая умерщвляет свое мнение, не в силах понять, почему ее муж топчется на одном месте, словно курица, пытающаяся снести яйцо, почему его дела не продвигаются. Делает больше, чем прежде, но, в отличие от былых времен, неудачи идут косяком. Им обоим невдомек, что муж может выстроить добротнейший дом, но прочность этому дому придает благословение жены. Если муж строит дом, а жена не проявляет к этому интереса, вернее сказать, не сует свой глупый нос в дела умного мужчины, опасаясь получить щелчок по носу, то этот дом хоть и выстраивается до конца, но сразу же начинает разваливаться. Дом с неестественной быстротой становится неопрятным, в нем образуются трещины, дом оседает и т. д. Он требует частого ремонта. А оседать будет до тех пор, покуда муж и жена не

перестанут общаться между собой при посредничестве вещей и не испытывают потребности признать друг друга.

Муж, который публично высмеивает речи жены, провоцирует ее на воинственную враждебность, споры и ссоры. Оба принимают отстаивать свои права. Споры из-за разногласия во мнениях являются для испуганного человека способом отыскания истины. Хорошо, если один из супругов осознает свою ошибку и уступает, а не замыкается от обиды в себе на веки вечные. Хуже, если между ними остаются недомолвки во избежание ссор. Собственное мнение, в котором человек убежден, вырастает за стеной молчания в абсолют и сокрушает стену, поскольку на его основе человек действует. Это разрушает семью.

Покуда работа приносит удовлетворение, такая семья, состоящая из обломков, может удерживаться, и внешне ее воспринимают как целостную. Но в один прекрасный день неизбежно возникает потребность устремиться к высшим ценностям, и тогда обнаруживается, что целое распалось на части. Никто не заметил, когда это произошло. Но пусть ни одна женщина не говорит, что она не почувствовала, когда эта беда нагрянула. Ну а то, что муж не пожелал ничего об этом знать, - это уже разговор особый. Подобная совместная жизнь строится на рутинных отношениях, которые основываются на чувстве долга. Людей удерживают вместе ложные ценности: похвала, фальшивое дружелюбие, святость и прочая скверная актерская игра, к которой прибегают, чтобы запудрить мозги чужим. Наедине друг с другом воцаряется напряженное молчание. Так было и в семье, о которой идет речь.

Давно позабылись слова благодарности жене за вкусный обед. С какой стати благодарить, раз деньги на еду зарабатывает муж. А что женщина зарабатывает не меньше него, это мужу и в голову не приходит. Привычка ходить в чистом и отдыхать в уютном доме казалась настолько естественной, что муж не только не догадывался благодарить жену, но и запрещал ей говорить спасибо в свой адрес. Запрещал из-за недовольства собой. Вскоре послышались замечания насчет умственных способностей жены: *"Почему ты раньше об этом не подумала! О чем ты думала? Это же неразумно! Это же нерационально, лучше сделать по-другому. Почему ты купила такую дорогую вещь, не может быть, чтобы не нашлось чего подешевле"*. Осуждающий тон требовал, обзывал, унижал. Одним словом, пугал.

Жена сносила все молча, так как ей казалось, что муж прав. У нее настолько возросло чувство вины, что она всегда брала вину на себя, не вдаваясь в то, что умничающий задним числом - это умничающий глупец. Когда она начинала советоваться с мужем по поводу какой-либо покупки либо иных планов, муж разносил ее план в пух и прах - нужная в хозяйстве вещь, облегчающая женский труд, так и оставалась некупленной, когда ее цена была еще приемлемой. Через некоторое время она уже стоила дороже, и женщина опять ощущала себя виноватой из-за того, что не сумела вовремя уговорить мужа. Она не понимала, что протестует против унижения. И она нашла выход - стала покупать мелкие вещи без ведома мужа, а когда тот

замечал покупку, говорила, что вещь старая, еще с незапамятных времен. Однако покупать крупную бытовую технику она запретила себе раз и навсегда да так, что позабыла про нее думать. Другие женщины давно уже пользовались стиральной машиной, тогда как она все стирала вручную, расхваливая себя за ослепительную белизну белья. Никто о белизне и не спорил, но какой ценой это давалось... И так ли уж необходимо было иметь белейшее белье? Но это уже тема отдельного разговора.

Болезнь жены заставила мужа обратить внимание на то, что у них в доме нет вещей, которые есть у других. Недомогание жены он не связывал с переутомлением. Он купил стиральную машину получше, чем у соседей. Если кто сказал бы ему, что это - вызов другим, то он отмел бы обвинение и отправил провокатора с его дурацкой речью куда подальше. Жена настолько противилась покупке, что никакой радости от стиральной машины не ощущала. Несмотря на хороший уход, машина стала ржаветь, и муж сердился на то, что за такое низкое качество завод спарывает столько денег. Жена была с ним согласна. Оба видели вещи, но не видели проблемы.

Желание мужа быть лучше резко возросло, когда на работе у него возникли неприятности. Мужчина, у которого из-под ног уходит почва, сразу начинает педалировать в себе мужчину. Такой мужчина легко раним. На беду, именно в это время жене повысили зарплату, и она стала получать больше мужа. Мужа это еще сильнее унизило. Жена утешала его, но лишь подливала масла в огонь. Ощущение грозящего взрыва заставило ее замкнуться в себе и сделать вид, будто все в порядке. От неизжитой ярости муж сделался грубым, резким, язвительным, всем недовольным. Вещи валялись из рук, двери бухали, тормоза автомашины визжали угрожающе громко. Жили стиснув зубы.

Жена чувствовала, что она не нужна мужу. Что муж не нуждается в нежности, заботе и ласке, а того, в чем он нуждается, у нее нет. Нет ни могучей силы, ни высокой должности, ни известности, ни тугого кошелька. Женщина не догадывалась, что она печалится оттого, что она не мужчина. Она принялась истреблять свою женственность. А что еще прикажете делать с тем, что потеряло надобность? Предложить кому-то другому ей и в голову не приходило. Попечалилась да и успокоилась.

Женщина, которой не дают излить любовь и нежность, ожесточается. С этой женщиной такого не произошло, потому что, к счастью, с ее сослуживцами то и дело что-то случалось, и свои умения и заботу она могла посвятить им. Ее горячее сердце служило великой поддержкой чужим, помогая им встать на ноги. Вне дома ее любовь принимали, а в стенах дома любовь разбивалась вдребезги о мужнину стену - желание быть лучше всех. Пробуждающееся ожесточение жена держала при себе. Гнев же вымещала на щербатых тарелках - их бить не жалко. Ее сдержанность преследовала одну-единственную цель, а вдруг она, жена, когда-нибудь будет нужна мужу.

Того, что муж в ней нуждается и не представляет жизни без жены, она не понимала. Она хотела - как того хотят все женщины, - чтобы он хоть как-то выразил это чувствами. А муж - как и все мужчины - не догадывался

выразить свою любовь. Время от времени женщину одолевали приступы пугающей апатии, которые она старалась забыть. И забывала благодаря приятной атмосфере на работе. Все чаще она ощущала нежелание идти домой. По дороге домой на нее наваливалась усталость, отупение, отвращение, безысходность, ощущение необъяснимой гнетущей тяжести. Идя домой, женщина поникала. Она стала бояться человека, который и был ее домом. Однако убеждала себя в том, что так и должно быть. Она стала избегать мужа. Хлопоча по хозяйству, старалась часами с ним не пересекаться. А если случалось пересекаться, замечала, что муж избегает встречаться с ней взглядом. Муж боялся прочесть в глазах жены желание получить то, чего он дать не может.

Муж с детства являлся жертвой родительских взаимоотношений. Он видел радость и благожелательность матери, когда та получала что-то от отца. Своей жене он хотел дать побольше и получше, нежели его отец, но не сумел и от стыда ходил с опущенными глазами. Страх *меня не любят* рождает у человека желание быть лучше других - тогда будут любить. Но человек, желающий стать лучше всех, не понимает, что более всего дожидаются любви. Поскольку он - материалист, то не считает за ценность душевную любовь, хотя сам нуждается в ней более всего, и не спешит ее отдавать другим. Отдавать безделицу стыдно. Материалист хочет сперва вручить нечто существенное, а уж потом приступать к любви.

Женщина хотела любви. Тело мужа расхотело ее. Мужу пришло подтверждение на деле. У обоих усилилось чувство вины. Оба вели борьбу с собственной апатией, не удосуживаясь до задушевного разговора, который высветил бы суть проблемы. Жена - творец семьи. Распад семьи ложится на сердце женщины особо тяжким бременем вины. На рост чувства вины указывало растущее ощущение усталости.

Женщина устала быть виноватой. Устала быть глупой, нерациональной, бесхозяйственной, недогадливой, плохой, старой, некрасивой. Причем муж ни разу не называл ее хоть одним из этих слов. Жена вычитала их из его молчания. Ей хотелось рассказать мужу о своем паршивом самоощущении, чтобы тот в ответ сказал: *"Нет, ты не такая. Ты у меня милая, хорошая, умная, толковая, работающая, хозяйственная..."* Она не догадывалась, что, скажи ей муж эти слова, она бы из-за своих стрессов не поверила в его искренность.

Нагромождение стрессов вылилось в неприязнь к работе. Ведь работа - это то, что похищало у жены любовь мужа. Поначалу жена просто игнорировала часть работ. А позже ее уже тошнило от одного слова "работа". Никто не замечал, чтобы что-то было не так. Сама же она приходила в ярость от чудовищного беспорядка - как говорится, у страха глаза велики. Радость работы сменилась пресыщением. При мысли о будущем ее сердце сжималось от ужаса. Она утешала себя, говоря: *"Ведь все хорошо, ведь ничего плохого нет!"* Но ей было ужасно плохо.

Переступая через себя, она взялась за дела. Получалось неплохо, и иной раз, приступая к работе, она ощущала радость. Но затем появлялся муж и

говорил: "Зачем это тебе? Лучше отдохнула бы". Или: "К чему это вообще?" В его репликах сквозила не столько забота, сколько придирчивый упрек, и жена делалась беспомощной. Надежда на улучшение взаимоотношений таяла. Верх взяла апатия.

Примираясь с мнением мужа, женщина стала задавать себе вопросы, напрашивавшиеся сами собой: "Зачем вообще драить пол? Зачем вообще мыть окна, готовить еду, мыть посуду? От этого ведь нет никакой прибыли. От этого не остается никакого следа. К чему такая жизнь? Женская жизнь не стоит и гроша".

Нежелание ссориться с умным, работающим и примерным мужем, которым она гордилась, превратило ее в робота. Образцовый порядок в доме вызывал людское восхищение. В прошлом это доставляло бы им радость. Похвала действовала, как кнут на усталую лошадь. Рвение переросло в обязанность придерживаться заданной высоты планки. В какой-то моменту женщины возникло чувство, будто она не что иное, как груда мяса, которую кости перетаскивают с одного места на другое и от которой муж берет то, что ему хочется и сколько хочется. У нее даже не было ощущения, словно она - кухарка или проститутка. Просто ощущала себя никем, кто пока еще, к сожалению, дышит. Ей было все безразлично. Желание умереть являлось простым и естественным продолжением нагромождения стрессов - желание, полностью лишённое чувств и эмоций.

Прежде она о таких вещах не задумывалась, а теперь стала задумываться. Ею овладел тупой ужас, когда она обнаружила, что перестала ощущать в себе что-либо, исходящее от мужа, - теплоту ли, холодность ли. Возникло сомнение - а бывало ли это раньше вообще? Ясный и трезвый ум говорил: я хочу, чтобы у него все было хорошо. Тот же ум не позволял развивать эту мысль без слез. Женщина устала от желания мужа быть лучше жены. Она и без того хотела, чтобы муж был в доме хозяином. Не рохлей, как ее отец и свекр. Благое желание женщины и спровоцировало то, что муж ударился в крайность, ибо она желала возвысить мужа за счет собственного принижения. Принижение себя она считала явлением нормальным, но унижение со стороны мужа выдержать не могла. Такова уж жизнь испуганного человека: насиловать себя - это нормально, а когда тебя насилует другой - это уже преступление.

Между ними почти не возникало ссор. Их ссора выражалась в молчании. А молчали они все чаще и чаще, не называя это ссорой. Они сторонились друг друга из нежелания наносить душевные раны. Рана заживала, а они делали вид, словно ничего и не было. Они не понимали того, что все невыясненные недоразумения, все проглоченные неприятности - это лишь желание быть лучше другого и не унизиться до словесных баталий. Но если словесные баталии ведутся беспрестанно в душе, то любая беседа может высечь искру, из которой разгорается пожар. Обиженность на то, что другой считает себя умнее, никуда не исчезает. Ничто никогда не происходит само собой. Все нужно делать - и делать сознательно.

Решение проблемы пришло, когда женщина случайно услышала чью-то

реплику: *"Лично я не стала бы продолжать совместную жизнь без любви!"* Этого было достаточно. Женщина дошла до кондиции, варясь в котле собственных стрессов. Она поняла, что не любит мужа и что дальнейшим совместным проживанием причинит ему зло. Свой уход она рассматривала как благо для мужа. Поскольку она верила, что поступает хорошо, то и ей было хорошо. Увы, то был лишь самообман. Стоило ей только подумать о муже как жене, желающей мужу добра, и представить, что она освобождает место для женщины лучше себя, а та его сделает счастливым, как у нее все в душе обрывалось и хотелось закричать. После таких дум она всякий раз погружалась на несколько часов в глубокий сон - ее покидали жизненные силы. Эти всплески внутренней борьбы помогли ей, к счастью, освободиться от желания умереть с тем, чтобы отомстить мужу своей смертью. Желания уйти они не уменьшили, а, наоборот, увеличили. С уходом от мужа она мечтала обрести долгожданный душевный покой.

Поначалу все было прекрасно. Это всем бросалось в глаза. И ко мне тоже она явилась с бравым, гордым видом, хотя я сразу распознала всю глубину ее неискренности и боли. Явилась с видом настоящей святоши. Теперь она сидела напротив меня, в полной мере осознав свой самообман. Ее потребность любить этого единственного мужчину, составлявшего ее счастье и беду, оказалась неудовлетворенной. Она поняла, что муж ощущает то же самое, но неспособен себя переломить. Ну да ничего, кто умнее, тот уступает. Приятно видеть, как человек решается заняться освобождением стрессов, невзирая на свои обиды. Понимает еще не всё, но желание сильное.

Важнее всего было то, что она осознала, в чем заключается ее собственное желание быть лучше всех. То была гордость добровольного страдальца по поводу того, что она способна вытерпеть больше, чем кто-либо другой. Да уж, накопить за 38 лет 50 килограммов стрессов и носить их на себе, сохраняя радостное выражение лица и относительное здоровье, - за это точно следовало бы дать орден!

Повеселевшее выражение ее лица говорило о том, что женщина в душе посмеивается над собой и понимает, что вернется к мужу. *"Я должна еще подумать"*, - произнесла она не очень уверенно. Маска святоши исчезла. Вот только навсегда ли?

Мы познакомились с видами энергии, разрушающими энергию воли, и гораздо подробнее, чем об этом говорилось в конце второй книги. Для того, чтобы Вы смогли изучить себя еще более детально и себе помочь, приведу таблицу (см. стр. 198-199), в которой представлено взаимодействие основных стрессов и сфера их влияния на теле.

При всем своем различии, люди очень похожи и, при всей своей похожести, очень различны. К различиям мы относим цвет кожи и особенности физического тела, однако наибольшее различие заключается в том, что не бросается в глаза с первого взгляда. Либо же бросается, но мы этому не верим.

Существует **глупый, или примитивный, человек**, и существует **умный, или интеллигентный, человек**. Достаточно много очень примитивных людей, которые живут на уровне I-II чакры. У примитивного человека мир невелик. Потребностей у него мало, притязаний мало, потому и делает он тоже мало. Примитивного человека можно узнать по пяти признакам: он хочет **есть, пить, спать, заниматься сексом и работать**, чтобы раздобыть денег и на эти деньги есть, пить, спать, заниматься сексом и еще немного поработать. Если эти основные условия его существования выполняются, то такой человек доволен, приятен в общении, здоров и доброжелателен. Но его легко вывести из себя, стоит лишь сказать ему, что он глуп и пора бы ему поумнеть. Примитивный человек не выносит правды, поскольку у него своя правда. Скажите, пожалуйста, знаете ли Вы человека, который не хотел бы пить, есть, спать, заниматься сексом и получать деньги?

Умным людям постоянно мозолят глаза люди менее умные, ибо они отражают для умного его глупую сторону, которую тот не желает за собой признавать. Оттого-то слово "дурак" столь популярно в оценке другого человека. Поскольку кто-то всегда бывает глупее нас и поскольку любой испуганный человек желает быть лучше другого, то не прекращается и вражда между этими двумя лагерями, сколь бы скрыта она ни была.

Рассудительный человек оставляет глупого в покое. Он относится к примитивному человеку с пониманием. *Умному* же это не позволяет сделать сердце, потому что он желает улучшить мир как можно скорее. То, что он желает действовать, - это хорошо. Плохо же то, что желает делать это в принудительном порядке.

Рассудительный человек не гонит глупого учиться, если тот плохо соображает либо не заинтересован в приобретении образования. Он знает, что примитивный человек развивается в процессе работы. Чем больше заняты руки, тем больше развивается мозг. Чем более тонкую и точную работу выполняют руки, тем с большей тонкостью и точностью работает мозг. Такое развитие продолжается то тех пор, покуда сам человек не ощутит потребность в учебе.

Наверняка Вы замечали, сколь разными бывают дети одного возраста. Одного

не оторвать от книг и учебы, другого не оторвать от работы. Если их предпочтение находит одобрение, то через некоторое время у другого также просыпается интерес к учебе, а у первого - к работе. Но если родители считают свое мнение единственно верным и сами решают за ребенка, то оба ребенка становятся бездельниками. Их душевный протест против родительского рабства лишает их всякого интереса и желания, ибо в первую очередь им нужна только свобода.

Каждый ребенок, а значит, каждый человек не похож на другого. Это относится и к детям одних и тех же родителей, так как каждый является на свет, чтобы жить *своей* жизнью и усваивать невыученные уроки. Родители передают детям свое хорошее в виде уравновешенной, т. е. усвоенной, стороны и свое плохое в виде того, что нуждается в усвоении. Родители отдают, однако ребенок вовсе не обязан принимать предлагаемое. **Родители дают, а ребенок берет.** Осознайте всем сердцем, что каждый из нас из предлагаемого выбирает по своей воле то, в чем нуждается, причем берет столько, сколько ему нужно, и так, как он умеет.

Представьте себе поднос, на котором лежат большие и маленькие черные кучки, которые означают родительскую негативность. Каждый ребенок приближается к подносу так, как умеет со своими страхами. Один подходит осторожно и выбирает из каждой кучки по крупнице, по щепотке, кусочку и идет со своим сокровищем дальше. Этот ребенок усвоил из опыта предыдущих жизней немало мудрости и знает, что все может пригодиться. Его жизнь - это непрерывная тропа трудностей, преград, забот, болезней. Одна трудность заканчивается, и тут же начинается другая. Но он безропотно идет вперед, и ни одна преграда не ставит его на колени. Это сильный и уравновешенный человек.

Второй ребенок - точно вихрь. Его подгоняют страхи, вызываемые жадной наживы. Он хватается на бегу с подноса большую пригоршню, не замечая того, что схватил из жадности самую большую кучку. Он мчится вперед, сжимая в кулаке свое большое счастье, а на самом деле - беду. Такой ребенок рождается больным и будет болеть, покуда его родители не поймут, отчего ребенок болеет. Родители не виноваты, но если бы они вовремя исправили свои ошибки, то не притянули бы к себе ребенка с таким кармическим долгом.

Родители, которые занимаются поиском и исправлением своих ошибок, в один голос заявляют, что ребенок, еще не умеющий говорить и ничего не смыслящий, реагирует на родительские усилия улучшением здоровья. Только так можно с годами превратить большую беду в большое счастье - здоровье.

Постарайтесь понять, *каким образом* брали с того подноса Вы сами. *Что* Вами взято и *сколько*? Какая черта характера взята *от отца*, а какая - *от матери*? А теперь прикиньте: у своих родителей Вы взяли учебное пособие, какое дают в школе, с тем, чтобы к моменту достижения совершеннолетия поумнеть настолько, чтобы самостоятельно усваивать житейские уроки. Но так как Вы

этого не сделали, то прихваченное из школы учебное пособие таскаете с собой, не используя его по назначению. Попросите прощения у черты своего характера за содеянное. Простите себя за свое неумение, и попросите прощения у своего тела за уготованные ему страдания.

Неприменно попросите прощения у своих родителей за то, что Вы забрали от них эту энергию и не вернули назад. Возможно, они сами освободили бы свой стресс, а Вы его у них перехватили. Не оправдывайте свою ошибку тем, что, дескать, они все равно не сумели бы. То, как они распорядятся своей чертой характера, - это их дело, а то, что Вы им их черту не вернули, - это Ваше дело. Освободите стресс, а там он сам разберется, куда идти.

Если мы желаем считать себя хоть сколько-нибудь умными, а значит, интеллигентными, а значит, высокоразвитыми людьми, то нам следует научиться уважать желание как маленького, так и большого человека. Не спрашивайте: *"Как же его не заставлять, если без принуждения он ничего не делает?!"* Прежде, чем задать этот вопрос, взгляните на себя. Вы и не упомните, когда в последний раз испытывали страх перед принуждением. Вы незаметно сделались принуждающим и вызываете естественную **ненависть к принуждению**. Вы недоумеваете, отчего никто не выполняет Вашей просьбы, несмотря на самый вежливый ее тон. Это - протест против Ваших приказаний. Как бы он ни выразался - открыто, с вызовом либо молча, вежливо - протест остается протестом. Если Вы освободите страх, выращенный Вами до принуждения, то Ваше приказание будет с благодарностью восприниматься как пожелание, и даже если его не помчатся выполнять сломя голову, это не будет Вас задевать. Вы спокойно признаете, что Ваша потребность не является на данный момент первостепенной.

Я вспоминаю, как 20 лет тому назад моя дочь - ей тогда было 7 - сказала мне: *"Мамочка, не навязывай мне своего хорошего, мне нужно мое плохое"*. Эти слова, произнесенные немногословным ребенком как тихая просьба, с ходу изменили мои представления и запомнились на всю жизнь. Я сказала: *"Хорошо, детка, но на всякий случай запомни это, оно может когда-нибудь пригодиться"*. Моим детям приходилось еще пару раз повторять мне то же самое, и я всякий раз прекращала нажимать на них, поскольку осознавала свое заблуждение. Могу сказать, что у меня послушные дети, так как у них послушные родители. С пониманием исправляя ошибки друг друга, мы выросли, а кто и постарел, но ни они, ни мы никогда осознанно не злоупотребляли доверием друг друга.

Когда-то давно, когда я еще ничего не ведала о духовной мудрости, произошел случай, который заставил меня задуматься о жизни. Обычно ведь мы заняты делами и не задаемся вопросом: *"Почему?"*

Ко мне заглянула знакомая и стала рассказывать: *"Я иду и радуюсь жизни. Погода прекрасная. Передо мной идет молодая красивая женщина с маленькой девочкой - вылитой куклой. Вдруг ни с того ни с сего девочка валится на землю и орет, словно ее режут. Причем валится в лужу грязи. Ты*

не можешь себе представить, что тут случилось с матерью. О ребенке и говорить нечего. Что бы это значило?" Я ответила, что не знаю, так как мои дети никогда себя так не вели.

Моя 15-летняя дочь, проходившая в тот момент мимо двери, многозначительно дернула плечом и бросила: "А я знаю!" - "Что ты знаешь?" - удивилась я. - "Но с тобой поступать так было нельзя". - "Как это нельзя?" - поразилась я. - **"Всякий раз**, когда мы получали от тебя нагоняй и шли в другую комнату плакать, ты приходила и просила у нас прощения. Ты говорила, что у тебя много дел и потому ты нервничала и что мы попали тебе под горячую руку. Хоть мы и понимали, что сперва нужно приготовить еду, потому что голодный человек не растет и делается злым, но все равно путались у тебя под ногами. Тогда мы плакали из-за того, что мы такие плохие. Ты же уверяла нас в том, что мы не плохие, а плохая - ты сама. Тогда мы доказывали тебе, что ты хорошая. В конце концов мы приходили к соглашению, что никто из нас не плохой, что просто всё так сложилось и что в следующий раз **все будем стараться**, чтобы это не повторилось. Нам не нужно было впадать в истерику".

Ребенок, который не впадает в истерику в присутствии матери, не станет этого делать ни в чьем другом.

Истерия есть гнев.

Гнев возникает от жалости к себе.

Жалость к себе возникает тогда, когда человек настрадался от печали и больше страдать не в силах.

Всё имеет две стороны, также и принуждение. Если мы принуждаем примитивного человека учиться, т. е. развиваться, то он будет делать это с неохотой, но все же чему-то научится. Чем старше становится человек, тем больше он сознает, что учение необходимо и полезно ему самому. Сожаление о потраченном впустую времени, осуждение себя за собственную глупость, а родителей за то, что они не заставляли учиться, тоже является своего рода учением. Простите себя и родителей и принимайтесь за учебу. Учиться никогда не поздно - на то жизнь и дана. Если Вы прервали учебу из-за принуждения, то простите тех, кто Вас принуждал. Тогда Вы не повторите той же ошибки в отношении к своим детям. Освободите свою злобу против принуждения.

Если человек жаждет учиться, а мы заставляем его работать либо считаем правильным, что сперва нужно завершить работу, а учиться всегда успеется, то это тормозит развитие жизни. К счастью, положительной стороной препятствий есть то, что благодаря им выявляются *подлинно* целеустремленные личности. Из них, в свою очередь, выявляются *гениальные* целеустремленные личности.

Труд делится на умственный и физический. Примитивный человек развивается благодаря тяжести физического труда. Он хочет чего-то, думает, как этого добиться, - и приступает к делу. Чем больше он делает, тем больше думает, пока его не осеняет, что можно сделать и проще. Человек умнеет. Чем умнее он становится, тем меньше должна быть доля физического труда и тем больше - доля умственного. Современная эпоха характеризуется постоянным возрастанием интеллектуального труда. Но и при этом следует соблюдать меру, иначе мозг изнуряется. Рациональное мышление уравнивается интуитивным мышлением. Интуитивное мышление же, увы, заслоняется чересчур рациональным мышлением. Интуитивное мышление - это та желанная духовность, которую мы где только ни ищем, но только не в самих себе.

Духовность являет собой идеал сиюминутного уровня, которым до сих пор обозначали невидимость. Поэтому принято отождествлять разум с духовностью, тогда как разум - это универсальное средство для достижения духовности. Так, добросовестный ученый заставляет себя просиживать за рабочим столом по восемь и более часов, хотя душа его жаждет, скажем, прогуляться вдоль берега реки. Душа знает, что научные открытия - это такие вещи, ключ к раскрытию которых находится в природе. Душа направила бы стопы человека именно туда и направила бы мысли в нужном направлении, если бы человек не боялся прохлаждаться на природе вместо того, чтобы заниматься работой. Он боится застопорить работу, и этот страх тормозит продвижение работы. Чувство вины из-за своей неспособности лишь усугубляет положение.

И получается, что умный человек ломает себе голову каждый день с утра до вечера, однако сердце спокойно. Душа знает, что в человеке заложено великое открытие, ради которого он явился на свет, желая обогатить человечество, и это его мучает. Попробуйте испросить прощения у *стрессов своих неделанных открытий* за то, что держите их в себе. Простите себе, что прежде не догадывались освободить открытия. Попросите прощения у своего тела за то, что причинили ему зло, не давая выхода своему жизненному предназначению.

Умный человек почитает ум превыше всех иных ценностей и не ведает о том, что не ум ему необходим, а рассудительность. Для этого нужно постоянно *увеличивать время, затрачиваемое на душевное образование*. Если умный человек посвящал бы 1-2-3 часа в день исправлению умонастроения, освобождал бы стрессы, старался исправить свое отношение к жизни и ее проявлениям, пытался понять растения, животных и людей, то его рассудительность вырвалась бы из плена страха. Он не умирал бы в душевных муках из-за чего-то неделанного.

Ученые тратят потенциал своего мозга на преодоление тех препятствий, которые сами же возводят на своем пути собственным неверным мышлением. В результате напряженнейшего труда они, возможно, отыщут много зерен мудрости, но не догадаются свести их в систему. Отсюда и

неудовлетворенность собой. Освобождающийся от страхов и обретающий уравновешенность ученый преподнес бы человечеству великое системное открытие, которое далось бы ему на удивление легко.

Чем умнее становится испуганный человек, тем сильнее его душевные муки. Почему? Потому что он не дает того, ради чего явился на свет. Пусть он выполняет свою работу с азартом и рвением, но напрягающийся на работе человек не понимает того, что он работает со страхом. Страх недодать - то же, что и страх оказаться уличенным в прижимистости, и эти страхи подгоняют человека. Малейшая передышка воспринимается им с досадой и раздражением - страх оказаться виноватым гонит на работу, даже если работа в данный момент кажется совершенно бессмысленной. Перестают существовать выходные дни и отпускные месяцы. Думающих о себе он обвиняет в эгоизме, а свое усталое тело утешает мыслью, что я - не эгоист. Для тела же человек, который губит свое тело во имя достижения великих и благих целей, является именно эгоистом.

Мы склонны идеализировать тех, кто фанатично относится к работе, кто страстно отстаивает свое дело, и упускаем из виду обратную сторону медали. Страсть - это сексуальная энергия. **Современное человечество, все мы находимся в плену у сексуальной энергии.** В физическом смысле мы живем на уровне 2-й чакры. **Страсть - это наше счастье и беда.** Чем с большим самозабвением и страстью человек делает что-либо, тем стремительнее мчится к цели, подобно вихрю. Забывает про еду и питье, про себя и других и живет лишь во имя цели. Радуетя приходу своего великого счастья и не понимает, отчего на глазах выступают слезы.

Страсть приводит к заикливанию на цели. Это означает, что мы являемся пленниками сексуальной энергии, поскольку держим ее у себя в плену. Пленник не может обрести волю, если охранник держит его в заточении. А воля нужна ему для того, чтобы обрести свое подлинное и первоначально возвышающее назначение. Освобождая сексуальную энергию, мы превращаем ее в святыню. Если Вы это сделаете, то исчезнут все Ваши проблемы 2-й чакры.

Безрассудную страсть именуют инстинктом.

Инстинкт продолжения рода заставляет животных зачинать потомство хотя бы ценой собственной жизни. Если человек не укрощает разумом свои инстинкты, то он уподобляется животному. Зачастую **что естественно для животного, для человека является скотством.** Человек, ведущий себя по-скотски, согласно некоторым религиям, превращается в следующей жизни в животное. Это означает, что он искупает кармический долг, будучи существом, лишенным человеческого признака - разума.

Выше я спрашивала, известен ли Вам человек, у которого не было бы признаков примитивного человека. Этот примитивный человек обитает во всех нас. Им является наше тело, которое выражает один к одному нашу духовную жизнь, или, иначе говоря, наличие в нас зверя. Телу полагается

уравновешивать обитающего в нас интеллигентного человека. Полагается, но мы, к сожалению, не умеем развивать свое тело духовно, и потому оно отстает в развитии. Мы умеем его кормить, поить, чистить, украшать, тренировать, закалывать и пр. Прекрасные и духовные восточные искусства развития тела столь же нам чужды, сколь и сам восточный человек. В результате мы стоим перед фактом: интеллект в своем развитии продвинулся далеко, а тело осталось на уровне животного и потому вынуждено страдать.

По мере роста ума усиливается душевная надломленность. Почему? Представьте себе, что Ваше сознание, оно же понимание жизни, располагается в сексуальной чакре. Тысячелетия тому назад половина его стала возноситься к духовности. В то самое время, когда человек отделился от животного мира. Когда он поднялся до уровня 3-й чакры, эти две половины находились еще близко друг от друга, составляя единое целое. Все было в порядке. Чтобы эта целостность сохранялась, нижняя половина должна была бы возвышаться, т. е. развиваться теми же темпами, что и духовная, однако ловушка сексуального искушения сработала.

Жизнь должна идти вперед. Поэтому Ваше духовное "я" постоянно возносится вверх, а физическое "я" цепляется за сексуальность. Это вызывает ощущение душевного надлома. В восприятии испуганного человека жизнь продолжается только с зачинанием детей. Смелый же человек не живет ради зачинания детей. Его внутреннее чувство говорит, что дети не должны быть самоцелью. В детях он видит естественное продолжение жизни, но не делает ставку на детей.

Смелый человек уравновешен. Подобно тому, как в нем перемежаются в шахматном порядке негативность и позитивность, так же перемежаются интеллигентность и неинтеллигентность. В нем мирно уживаются противоположные виды энергии, и искупление плохого происходит незаметно.

В испуганном человеке противоположные виды энергии *вынуждены сосуществовать вместе.* При их соприкосновении друг с другом возникает неприязнь к энергии-чужаку, что приводит к недружелюбию, а это, в свою очередь, - к враждебности.

Враждебность к себе может возникнуть тогда, когда человек, считающий себя хорошим, оказывается вынужденным *внезапно* признать свою негативность. Например, при чтении моей книги. Рано или поздно это происходит со всяким человеком, который мнит себя умнее других. Человек, живущий во имя интеллигентности, не позволяющий себе ошибаться, начинает ненавидеть ошибки других, не отдавая себе отчета в том, что в другом он ненавидит себя. А кто приучился видеть в первую очередь ошибки других, тот в другом автоматически ненавидит себя и не ломает голову над тем, почему плохо

ему, тогда как плохим является тот, другой, который вообще не имеет к нему никакого отношения.

Его **душевное равновесие нарушается из-за превознесения собственной интеллигентности за счет подавления, сдерживания или отрицания своей же неинтеллигентности**. Отрицание являет собой подавление стресса и его культивирование. Достигнув критической черты, когда человек устает изображать из себя интеллигента, он желает расслабиться.

Одни расслабляются, спасаясь от благ цивилизации бегством на безлюдный остров, другие убегают из города в деревню, но как только возвращаются в город, все повторяется сначала да еще похлеще. Третьи вооружаются альпинистским снаряжением и вместо духовного испытания подвергают себя испытаниям физическим. Четвертые меняют окружение - место работы. Пятые не выдерживают напряжения и начинают на манер примитивного человека бегать, кричать и демонстрировать силу кулаков.

Общеизвестным средством расслабления является алкоголь, превращающий человека в свинью. Почему человека сравнивают с этим славным животным?

Человек в первую очередь нуждается в духовности. Даже в том случае, если он и слыхом о ней не слыхал. Поэтому пренебрежительно-бранные слова связаны с материальностью. **Свинья - это животное, которое символизирует максималистскую материальность**. Для нее недостаточно обитать в сфере горизонтальной энергии - она всюду ищет возможность еще глубже урнуться носом по самые уши в материальность. И если не дать ей такой возможности, то она испытывает стресс. Глядеть вверх она не умеет. Разве только требуя пищи.

Душе, проходящей урок бытия в облике свиньи, не следовало бы обижаться на свой нынешний низкий уровень развития. Но если душа воплотилась в человеке, то вновь превратиться в свинью - большой грех. Униженность остается тяжким бременем на душе, даже когда этот человек бравит перед другими своим геройством, совершенным на пьяную голову. Похмелье и следующее за ним протрезвление плохи потому, что вместо душевного покоя и освобождения Вы обретае еще большее беспокойство. Если подобное несчастье приключилось с Вами, то простите себя за свою ошибку. *Желание вернуть старые добрые времена вызывает отвращение и рвоту*. Попросите прощения у своего тела, а также у всех, кому Вы доставили тем самым огорчение либо подали плохой пример.

Представьте себя весами и представьте, что Вы начинаете поднимать тяжело опущенную чашу весов, прося у нее прощения. Поднимаете до уровня более высокой чаши и следите за тем, чтобы она уже не могла больше никогда опуститься. Вы счастливы оттого, что весы целиком теперь на более высоком уровне. Как поднимется вверх интеллигентная половина, так сразу же подтяните к ней и неинтеллигентную. Точно так же, управляя только в своем воображении энергиями и делая это от всей души, Вы сможете помочь также

своим близким, у которых проблема с алкоголем.

Более сильное и губительное воздействие, чем алкоголь, оказывают наркотики. Как алкоголик, так и наркоман в состоянии себе помочь. При желании. А если не желают, то продолжают рассказывать о своих злоключениях как о подвигах, рекламируя тем самым алкоголизм и наркоманию. Вам остается лишь полагаться на свой здравый смысл и не пасть жертвой рекламы.

Желание испуганного человека рано или поздно превращается в нежелание, если человек не получит того, чего хотел. Так, **алкоголизм - это нежелание быть печальным, невроз - нежелание быть агрессивным, наркомания - нежелание быть никем.**

Уровень физических знаний человека постоянно повышается. Научные изыскания дотошно исследуют землю и воду, растения и животных и, конечно же, человека. Нам немало известно про воздух и огонь. Расширяются знания о космосе. Тем самым у многих людей уровень развития духовного "я" возвысился над уровнем тела. Дальнейшее возвышение без воссоединения этих двух сторон жизни означало бы гибель для человечества. Что делать, чтобы этого избежать? Следовало бы познать свое физическое "я", чтобы освободить из себя зверя. Это означает, что, уравнивая душу, мы развивали бы духовность. **Возвышая в себе животное, мы возвысили бы себя как человека.**

К сожалению, мы не умеем стать человеком без страданий. А умеем стать **суперменами и суперженщинами**. Отсутствие меры чревато кризисом. Еще совсем недавно мы были свидетелями сексуальной революции, которая извлекла запретную тему из-под одеяла и выставила на всеобщее обозрение. Раньше нам *запрещалось* глядеть, а теперь нас *заставляют* глядеть. Испуганное человечество шарается из крайности в крайность, чтобы осознать потребность в нормальной жизни и начать поиски такой нормальности.

Реклама собственных сексуальных достоинств - это желание показать, что я лучше других. Извлечение на свет сексуальной жизни другого человека - это желание показать, что он хуже, чем идеал. Это есть месть зависти.

Кто ищет ее в себе, тот находит. И находит без труда, если ищет целенаправленно. Для изучения самого себя изобретено зеркало. Оно показывает все, что нужно, только мы не умеем расшифровать свое зеркальное отображение. Жизнь дает нам несчетное число возможностей для нахождения себя. Познать свои дух и душу возможно, учась у природы.

В человеке заключено божественное триединство.

Растение - это дух. У растения нет души. *Дух есть уравновешенность, и*

растение тоже есть уравновешенность. В нем нет страха, что меня не любят. Растение не убегает и не бежит вдогонку. Оно не улыбается слащавой улыбкой и не впивается зубами в ногу. Оно не швыряет в лицо свое оценивающее мнение. Когда мы идем в лес, то получаем там, что нам нужно. Но если вдруг пойдем по ягоды зимой, то лес не говорит: *"Глупый человек! Из ума, что ли, выжил!"* Растения позволяют нам самим понять свое заблуждение. Кто понимает, тот ошибки уже не повторяет. Кто не понимает, тот повторяет и с каждым разом страдает все сильнее.

Когда мы срубаем дерево на топку, мы делаем это себе на благо и, кроме того, освобождаем пространство для нового дерева. Но если мы оставляем после себя сучья и ветки, то ведем себя как растратчики, и растрата когда-нибудь да уравновесится нуждой в чем-нибудь ином. Если человек демонстрирует на дереве свою силу, ум, могущество огня или химии, то это означает, что он *истребляет духовность, в том числе и собственную.* Чем больше он губит природу, тем скуднее делается духом. Движение "зеленых" вызвано осознанным желанием сберечь природу, без которой жизнь человека немислима, а также подсознательным желанием сохранить духовность, насильно истребляемую жадой наживы.

В каждом климатическом поясе и в каждой местности своя растительность - в каждом месте своя духовность, которая соответствует потребностям данного места. Мир растений знает про наши потребности, мы же собственных потребностей не знаем. Мы говорим: хорошо там, где нас нет. Обитающая в нас жажда наживы стремится хотя бы одним глазом увидеть чужие страны и богатства. А уж когда испуганный человек что-то видит, он желает это заполучить, не понимая, что именно он приобретает. *Мы привозим из дальних стран приглянувшиеся нам растения и не подозреваем, что тем самым мы влияем на свою духовность.* Развивать духовность необходимо, но сначала следовало бы постичь свою нынешнюю духовность. У человека, который понимает растения, не погибают даже самые экзотические их виды.

Энергия произрастающих в Эстонии растений суммируется в духовность эстонского человека. Ниже приводится значение энергии наиболее распространенных деревьев и кустарников. Прежде чем читать дальше, подумайте, какое Ваше любимое дерево, какие деревья нравятся Вам более других, какие деревья Вы не желали бы видеть вблизи дома. Каким деревом Вы желали бы быть?

Теперь можно читать дальше. Возможно, Вы поймете, какую позитивность желали бы получить у своих любимых деревьев либо, наоборот, отдать им свою негативность. Они готовы и к тому, и к другому, не выдвигая никаких условий.

Не так давно я прочитала о том, что деревья делятся на хорошие и плохие, в зависимости от их энергии. Мое подсознание запротестовало против этого. Я пыталась отнестись с уважением к знаниям авторитетов и измерению энергии и была несчастна от того, что многие милые моему сердцу деревья оказались плохими. Я ощущала, что с деревьями обошлись несправедливо. Со свойственной мне настойчивостью я попыталась найти нечто, что успокоило

бы мою душу. Причина открылась мне, когда я научилась смотреть особенности энергии растений. Итак, перейдем к энергии конкретных деревьев и кустарников.

Дуб - мощь

Клен - вездесущность

Береза - самобытность

Ясень - защита дома

Тополь - максимализм

Ольха - последовательность

Черная ольха - энергия совершения следующего шага

Орех - рассудительность

Каштан - достойная отстраненность

Черемуха - самоуважение

Вяз - готовность помочь

Осина - вознесение приниженности

Рябина - достоинство

Липа - опора для печальных мечтателей

Верба - доброта (чем выше дерево, тем больше его доброта)

Яблоня - изобилие

Груша - широта души

Вишня - точность

Слива - беспечность

Крыжовник - беспристрастность

Красная смородина - утешение

Черная смородина - величественность

Малина - восприятие мира

Сирень - заветное одиночество

Можжевельник - испытание

Туя - постоянство

Ель - всепонимание

Сосна - самостоятельное возвышение

Лиственница - многообещание

Калина - терпеливость ожидания

Так поняли ли Вы, отчего в одном месте иное дерево большое и могучее, а в другом - хилое и чахлое? Почему вообще растения начинают расти в определенном месте? Например, почему в сельской местности вокруг хозяйственного надела непременно растут ясени, и почему они вымирают, когда хозяева снимаются с места? Почему возле покинутого жилища вырастает особенно красивая сирень? Почему яблоня, за которой по очень разным причинам не ухаживают, дает вкусные плоды, но тут же дичает, стоит ей стать бесхозной? Почему можжевельник растет на суровом морском берегу? Почему на Сааремаа можжевельник особенно могучий? Почему у нас произрастает в таком большом количестве ольха? Почему у могучего тополя

столь непродолжительный век? Почему сосна выстаивает на болоте? Почему Вам особенно нравится то или иное растение?

Растения отдают и забирают. Ель отличается тем, что сперва забирает Вашу негативность и лишь затем начинает давать взамен позитивность. Поэтому, находясь под елью, человек может ощутить опустошенность. Разговаривая же с деревом от всей души, такого ощущения не возникает.

Если человек имеет чрезмерную позитивность, иначе говоря, желание, чтобы все было исключительно хорошо, то растения помогают ему достичь нормального состояния, вбирая в себя эту чрезмерность. Об этом свидетельствует их быстрый, буйный рост. Дерево, которое из-за этого вырастает необыкновенно быстро, гибнет раньше срока, показывая тем самым, что творит излишняя положительность. Аналогично действует на растения избыток удобрений. Излишнее хорошее - это плохо.

Людам, которые видят повсюду плохое и от этого страдают, растения помогают выжить, забирая это плохое себе. Всем нам известно, каким хилым, чахлым, искривленным, низкорослым, шишковатым бывает дерево, растущее в скверных условиях. Удивительно необычное дерево - карликовая береза. Хорошо, что оно необычное. Это означает, что в большинстве своем мы все же желаем стать самими собой и подсознательно к этому стремимся.

Растения отдают то, что человеку нужно, и забирают то, что человеку не нужно, хотя люди и не просят об этом. Природе известны людские потребности. Она делает это просто и естественно, ибо ей не мешает разум.

Вероятно, у Вас возник вопрос: *"Если растение воплощает духовность и уравновешенность, то почему у людей возникает к растениям аллергия?"* Отвечаю: если с детства ребенка заставляют быть умным, рассудительным, интеллигентным, достойным, гениальным, вежливым, добрым, разносторонним и тому подобное, дабы сделать из него совершенство, то у ребенка возникает протест против совершенства, т. е. против уравновешенности. У него возникает аллергия к цветущей *вербе*, поскольку его замучили неискренней *добротой*. Цветение *орешника* вызывает у него протест против принуждения к *рассудительности*, которая невозможна, потому что рассудительным бывает лишь свободный человек. Запах ели приводит в раздражение его потребность во *всеохватности*, поскольку его заставляют стать *всезнающим*. Возможно ли благоприятное воздействие на ребенка *сосны*, если к *самостоятельному возвышению* его готовят через постоянное унижение?

Растение, которое вбирает в себя слишком много негативности и не в состоянии ее уравновесить, погибает. Оно обращается в почву. Все, что растение знало, известно теперь почве, и она передает это новому растению. Природному круговороту свойственны уравновешенность и поступательное развитие. Почва питает бесконечно, если от нее не требуют слишком многого разом и если учитывается цикл ее воспроизводства. В этом она схожа с человеком. Почву не изнуряет растительность, произрастающая в естественных природных условиях, как не изнуряет ее и фауна, а истощает

почву человеческая жажда наживы. Для природы не существует времени, и поэтому ей неведома спешка. Когда-нибудь она все равно восстанавливается. Извлекать же выводы почва предоставляет человеку - так она учит человека. Если человек желает выжить, то он научается.

Дождь орошает почву и истощает ее разные пласты. Ученым-почвоведом известно их точное число. Каждый из пластов имеет свое назначение и исправно ему служит. У пустыни своя обязанность, у болота - своя. Свое сознание имеется и у горной вершины, и у морского дна. Кто их пытается понять, тому открываются их тайны. Человеку, ведающему тайну, дано право ее знать, но он должен понимать, что на него возлагается обязанность эту тайну беречь и использовать во благо себе и человечеству. Всякая тайна именуется чудом. Чем больше людей узнают про эту тайну, тем меньшей тайной она становится. Тайна остается тайной, пока ее не постигают.

Из почвы образуется **горная порода**, из горной породы образуются **кристаллы**. Чем глубже недра земли, тем кристаллы плотнее и чище. Это означает, что сверхконцентрированную информацию следует держать подальше от досягаемости человека. Умный человек может нанести своим умом очень большой вред, поскольку он не в силах побороть искушение и из желания продемонстрировать свое превосходство над другими выдает тайну, в том числе и злым силам. Рассудительный человек так не поступает. Поэтому куда умный человек не обретает рассудительности, земные недра его к себе не подпускают. Недра земли - они будто душа Земли.

Чтобы пробудить интерес испуганного человечества к открытию высшей, духовной мудрости, недра земли преподнесли людям кристаллы, а люди поспешили наделать из них украшений. Чем красивее камень, тем выше его стоимость. XX век открыл техническую ценность кристаллов. Их подлинную ценность - духовную - предстоит в полном масштабе открыть веку XXI.

Животное - это душа. Животное не имеет духа. Душа являет собой неуравновешенность. Душа - это учитель, который подвигает тело к необходимым урокам. Кто обращает неуравновешенность в уравновешенность, тот поднимается в своем развитии, становясь более рассудительным.

Когда-то давным-давно все мы были одноклеточными простейшими организмами, которые учились, являясь на свет снова и снова, только через страдания. Приспособившись к жизни, мы получили право усложниться в своем развитии. Поднимаясь вверх - из жизни в жизнь, со ступеньки на ступеньку - по жизненной лестнице, мы стали наконец высшими животными - человекоподобными обезьянами. Далее настал уровень развития собственно человека.

Все жизни, в которых мы были животными, будут давить на нас до тех пор, пока мы не научимся понимать животных, т. е. перестанем относиться к ним как к низшим и признаем равенство их жизни жизни человека. В бытность свою животными мы усвоили далеко не все, поскольку жизнь не может быть

столь совершенной, чтобы не оставалось бы чему поучиться.

Детей с заторможенным духовным развитием я пытаюсь учить помогать себе самим при помощи **высвобождения животных, обитающих в душе**. Внутри нас обитают животные, которые определяют наши как положительные, так и отрицательные качества. *Животному, которое ощущает себя во мне пленником, приходится плохо, и оно плохо на меня влияет. Его следует выпустить на свободу, тогда оно становится хорошим.* Мы не имеем права держать его в себе, мучая и его, и себя. Животное, ощущающее себя свободным, чувствует себя во мне как в доме, где считаются со свободным волеизъявлением каждого.

Если ребенок приучен бояться животных, то он боится и самого себя. Подобная помощь может ему не подойти, пока он не узнает, что в каждом человеке существует такого рода игрушечный зоопарк. Обитающих в сказочном зоопарке животных может высвободить лишь сам человек. Если ребенок находит свое животное, то постарайтесь уточнить вопросами, что с этим животным неладно, чего оно ждет или в чем нуждается. Дети очень красочно описывают потребности животного, а значит, свою собственную потребность. Зачастую эти животные хотят любви и ласки либо чего-нибудь сладкого. Научите ребенка делать животному добро. Расскажите ребенку, что это животное понимает, когда ему желают добра, и что оно само тогда становится добрым. На добро оно не отвечает злом.

Если ребенок агрессивен, то агрессивно и животное в нем. Агрессивность можно снять только любовью. Выпустите это животное на волю, чтобы оно смогло разыскать свою мать и угомониться, разомлев от ее ласки. Нехватка материнской любви является причиной всех бед. Злое животное, согретое материнской любовью, становится добрым. Чтобы ребенка научить, постарайтесь понять и освободить своих собственных животных. Представьте, как Вы в облике этого животного влияете на других, и Вы лучше поймете Ваши взаимоотношения с людьми. В каждой чакре обитает свое животное. Каждый день мы можем обнаружить в себе новое животное.

Итак, животное - это учитель. Наше тело и есть то животное, что в нас обитает. Обратитесь к энциклопедии животных и постарайтесь прочувствовать отношение к каждому из них. Вообразите себя этим животным, и Вы поймете, что Вам пришлось пережить, будучи этим животным. В **обличье** одного животного Вы беспрестанно вели борьбу с другими. В следующем обличье Вы приучились затаиваться, скрывать, спасаться бегством. В третьем - научились хитрить и благодаря этому спасаться. Каждое животное давало Вам нечто необходимое для жизни с тем, чтобы, явившись однажды на свет человеком, Вы были бы по возможности совершенным.

Когда уроки животного пройдены, душа должна явиться уже в облике человека, ибо жизнь развивается только вперед. **Человек обладает духом и душой, а также телом, выражающим качество единения духа и души.** Для развития от первобытного человека до человека наших дней потребовалось очень много жизней. Чем сильнее у конкретной души тяга к учебе, тем больше ею усваивается знаний в течение одной жизни и тем реже

она реинкарнируется. Неважно, сколько раз человек рождается на свет. А важно знать, что примитивный человек, который желает лишь есть, пить, спать, продолжать род и приобретать что-то в результате работы, появлялся и появляется на свет в такой среде, где природа всё дает ему в руки - только бери. У него маленькие права, но зато и обязанности небольшие.

Первый, кто явился на свет человеком, известен как первобытный человек. На физическом уровне дальнейшее развитие происходило у тех первобытных людей, которые научились развивать потенциал своего мозга. Другие попадали в биологический тупик и вымирали физически. В последующих жизнях их души появлялись в обществе людей все чаще. Но и сейчас еще на земном шаре есть очень примитивные этнические группы, которые в самоизоляции не приобщаются ко всеобщему развитию. Это - падшие души, являющиеся искупать свой великий кармический долг в таких суровых условиях. Они не принимают руку помощи, ибо нуждаются в страданиях, что развитому человеку понять не дано.

Духовные изменения, сопутствующие череде реинкарнаций, сделали более филигранным также и тело человека. В самый первый раз все мы появлялись на свет чернокожими. Прогресс, произошедший в ходе многих реинкарнаций, очевиден. Независимо от расы, кожа всех людей становится все более тонкой, гладкой и светлой.

В соответствии с законами развития примитивный человек ждет от природы то, что она ему даст. Однако развитый человек должен знать, что необходимо дать природе. Право на реинкарнацию сопряжено с обязанностью отдавать взамен, исходя из своего уровня развития. Мы видим плохое у малоразвитых народов и государств, так как сравниваем его со своим хорошим. Необходимо научиться видеть их хорошее и сравнивать его со своим плохим, тогда мы поймем другую сторону жизни и перестанем задирать носы.

Малоразвитый человек живет за счет милости природы.

Природа живет милостью высокоразвитого человека.

Если Вы поторопились сделать вывод, будто светлокожий человек лучше темнокожего, то это не так. В Вас говорит желание быть лучше других. Учебой в школе можно задействовать потенциал мозга всех детей. Школа чаёт знания, усвоение которых зависит только от желания стать умным. Однако не все побывавшие школьниками становятся умными, тогда как многие, не посещавшие школу, становятся очень умными.

Цвет кожи не определяет рассудительности. Рассудительность - это душевное равновесие, которое не зависит от уровня развития. Каждая ступень развития имеет, естественно, свою рассудительность. Цвет кожи не указывает также и

на иные человеческие ценности. Он указывает на продолжительность времени, прожитого в облике человека, и на качество усвоенной за этот срок житейской мудрости. Если чернокожий так же рассудителен, умен, успешен, трудолюбив, старателен и т. д., как и белый, то это означает, что он не тратит времени зря. А если белый мается от праздности и считает естественным, что черная раса драит его сапоги, желтая - прислуживает ему на кухне, а государство обеспечивает ему безопасную жизнь, то он живет пустой жизнью и будет вынужден страдать, чтобы за одну пустую жизнь не пустить по ветру все ценности души, накопленные за предыдущие жизни.

Белый человек, считающий себя лучше чернокожего, сознает права своей реинкарнации, но не признает обязанностей. А ответственности и вообще признавать не желает, поскольку он - человек испуганный. Чтобы эти права не привели к гибели, душа направляет белого человека развивать технику и науку. А чтобы чернокожие знали свои права и обязанности, душа направляет их развивать физическое тело. Так, девиз человечества "Быстрее, выше, дальше" хоть и воспринимается на каждом уровне по-разному, однако движет жизнь вперед.

Конец XX века делает однородным человечество в его цельности. Перемешиваются расы, ибо, в соответствии с законом единства противоположностей, черное и белое рано или поздно сольются в одно. Их слияние породит новое качество жизни. Смешение национальностей и цветов кожи на Земле указывает на то, что всем нам, независимо от числа реинкарнаций, нужно вступить на новый уровень, поддерживая друг друга тем, что каждый из нас умеет и что в силах делать. Это - право и обязанность каждого, считающего себя человеком. Произойдет естественный отбор. Выявятся те, кто желает идти вперед, кто желает развиваться, и те, кто отстает, кто развиваться не желает, либо и без того уже считает себя лучше других. Чем больше мы желаем друг друга понять и друг другу помогать, тем легче нам будет идти вперед.

Человек = дух + душа + тело.

Эти три уровня должны общаться между собой, чтобы сохранять и развивать единство жизни.

За время своего существования человечество выработало **устную речь**. Чтобы произнесенное не пропало даром, оно выработало **письменную речь**, которая существенно отличается от устной. Человек легко произносит слова, уточняя интонацией смысл высказывания, однако на письме он излагает мысли совсем по-другому. *Страх, что слова могут быть истолкованы превратно*, вынуждает его писать разным адресатам по-разному. Это приводит ко все более детальной шлифовке письменной речи.

Ораторское искусство учит человека строить свою речь так, чтобы и волки были сыты и овцы целы. Кто этого искусства не усваивает, тот может поплатиться за свою откровенность и честность, поскольку испуганное человечество не выносит правды. Само правды не говорит и другим не позволяет. Хочет и дальше страдать. А кто не хочет, тот пусть следит за словами, из которых составлены предложения, и старается уловить смысл слова. Сравнение с растениями и животными принадлежит к образной речи, за которую пока не сумели зацепиться судебные законы и потому к ней прибегают все чаще.

Животное не разговаривает, но мы его понимаем и тем лучше, чем больше желаем его понять. Чтобы животное понимать, нужно время для общения с ним. Иначе говоря, **чтобы понимать язык души, требуется время.**

Время сыщется, если есть желание.

Если есть желание, можно попытаться.

Если попытаемся, то и пойдем.

Перенесите теперь вышесказанное на человеческое общение, и Вы, наверное, поймете, что галопирование мимо друг друга полностью исключает душевность. На бегу делается только то, что должно. Выразителем этого служит сухой обиходный язык, который приказывает, указывает, запрещает, постановляет, одергивает, отталкивает, распределяет, делит на части, подобно холодному рационально взвешивающему ножу. Когда душа взывает о теплоте и нежности, а встречает холодную рациональность, она разрывается на части. Их воссоединение - тяжкий труд.

Дети подобны животным, и наше тело - это тоже словно примитивное животное, обитающее в нас. Мы не умеем с ними общаться, т. е. не умеем их любить безусловно. Мы умеем причинять им боль и губить их. **Если мы желаем именоваться развитыми людьми, то необходимо понять, что всякое животное, всякий ребенок и собственное тело каждого из нас является крошечной физической частичкой ДУШИ ЖИЗНИ.** Развитый человек должен научиться понимать постоянно расширяющийся смысл слова, что является неотъемлемой частью развития.

Буквоедство есть желание примитивного умного найти этот смысл.

Рассудительный развитый человек не выискивает скрытого подтекста слов, поскольку он понимает смысл слов. Если смысл отрицательный, то *рассудительный человек понимает, чем он его заслужил.* А умный испуганный этого не понимает, однако чувствует, что за словами стоит нечто отрицательное, и потому требует призвать обидчика к ответу за сказанное. Девиз его таков: если унизили меня, то и я унижу.

Поскольку в мире существуют одновременно люди с различным уровнем развития, которые используют единую устную и письменную речь, то **особенно важно, чтобы душа говорящего была чиста.** Произнесенные от

чистой души слова и их скрытый смысл сливаются воедино, отсекая вероятность превратного истолкования. У собеседника не трепещет от страха душа - что он этим хотел сказать? не дурачат ли меня? *Слова улавливаются слухом, скрытое значение слов распознается душой.*

Общению душ, т. е. общению с Богом учат животные, дети и наше тело.

Животные учат наиболее объективно, ибо их инстинкты просты и искренни. Но поскольку с животными мы общаемся мало, то мы мало выучиваем.

Чем меньше ребенок, а значит, чем меньше мы успеваем его испортить, тем он обучает лучше. К сожалению, взрослый человек считает себя умнее животного и ребенка и потому не усваивает многих необходимых знаний. Нужно понять, что ребенок отстает от родителей лишь в физическом развитии, тогда как в духовном он их опережает. На незримой лестнице жизни ребенок всегда стоит на ступеньку выше своих родителей.

Сбежать можно от какого угодно учителя, но не от собственного тела. Все задаваемые жизнью уроки, которые мы отвергаем, добросовестно преподносятся нашим телом. Одна болезнь - это последняя возможность осознать свою ошибку. Если ошибка не осознается, то точно такая же болезнь уже не повторяется. Приходит другая и, может быть, посерьезнее. Тело старается разъяснить нам, насколько важно восстановить равновесие - душевный покой и духовное развитие.

Оно заставляет нас ложиться в постель, лишает аппетита, вынуждает потеть, вызывает рвоту, понос. Так выводятся из тела всевозможные токсины, и оно сжигает их с помощью повышенной температуры. **Температура означает, что человек уже нашел виновного, кого наказать.** Будь этот грешник кто-нибудь другой или сам человек, температура все равно повышается и нормализуется тем быстрее, чем быстрее больной осознает свою ошибку. Вслед за очистительной работой наступает улучшение. Тело подает знак, что в опорожненную бочку из-под помоев следовало бы добавить нечто для укрепления души. Больному приносят цветы, его выводят на природу, но никто не подозревает, что ему тем самым придают духовности. Никто не подозревает, однако все знают, что природа необходима.

Больному дают *питательную пищу*, и обычно это бывают фрукты, ягоды, овощи, зерновые изделия. Если *трудяге-здоровяку на стол ставят питательный кусок мяса, то выздоравливающему человеку полезна, например, свежая клубника.* Здоровяку требуется сила, т. е. энергия злобы с тем, чтобы на следующий день снова можно было вступить в поединок с работой, тогда как для больного, который заболел из-за накопившейся злобы, сила нужна для равновесия, которого он лишился.

Вставший с постели больной, постояв у открытого окна, чувствует, как в него вливаются силы. *Свежий воздух - это свобода.* Деревья за окном являются *уравновешенными дающими*, которые не дожидаются, куда их попросят. Кто в состоянии прочувствовать, какое дерево с ним поделилось, тот осознает, в чем он испытывал К нужду. Его любовь и уважение к деревьям, а одновременно и к духовности, возрастает. *Уважение перерастает в священное чувство.* **Священные рощи** в Эстонии являлись для древних эстов с их

распахнутой душой тем заветным местом, куда они приходили по зову души. В таких местах поиски себя приводили к обретению себя, и предки знали, кому воздавать хвалу. Человек, обретающий себя, причащается к сонму посвященных. Посвященность **своему пути делает человека святым**.

Кто способен к единению с растениями, тот осознанно принимает уравновешенную мудрость растительного мира и использует ее во благо себе. Травники и деревенские колдуньи с незапамятных времен творят чудеса, но передавать свои знания им случается чрезвычайно редко, ибо желание выучиться мудрости растений должно исходить из сердца, лишь тогда этому возможно научить. Святые живут отшельниками на лоне природы, поскольку неуравновешенным людям, считающим себя лучше других, не терпится сделать их похожими на себя. Святой же желает оставаться самим собой. Такую возможность дает ему природа.

Вероятно, Вам доводилось слышать про то, что святые также бывают больны, даже очень тяжело. Многие пользуются этим аргументом в оправдание своего заболевания. А кое-кто даже испытывает злорадство: "*А святой-то ничуть не лучше нас!*"

Святой и не стремится быть лучше других, а, идя своим путем, стремится стать лучше самого себя. Если же случается, что он не достигает при этом совершенства - *пока еще* не достигает либо в какой-то момент уже не достигает - то это происходит потому, что его беспокоит людское непонимание. Святой подобен дереву - если он чувствует, что его хорошее не принимается, то старается помочь человеку хотя бы тем, что забирает у него все отрицательное. В этом его ошибка, и потому он страдает. Он - не дерево, лишненное разума, а разумный человек. Возможно, что он желает испытать такое страдание, которое ранее не испытывал. Поступает он сознательно, мы же - по незнанию.

Сотвори добро прошлому

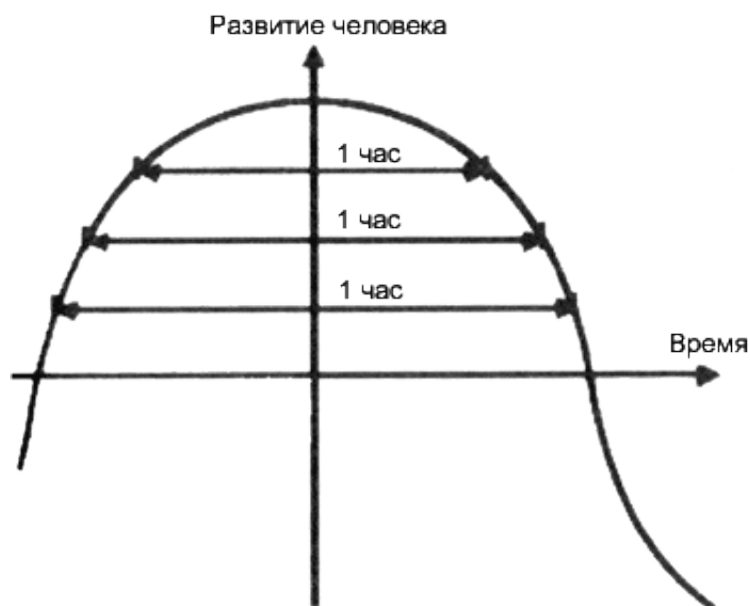
Прошлое создает будущее. Если человек пускает все на самотек, то будущее будет таким же, как и прошлое. Так действует закон причины и следствия. Кто осознает ошибки прошлого и активно старается их исправить, тот исправляет будущее. *Фаталисты*, т. е. люди, верящие в абсолютную predeterminedенность судьбы, этим не занимаются - такова их вера. Здесь я хочу подчеркнуть, что и фатализм является стрессом, требующим освобождения.

Былое плохое можно исправить по-разному. Результат действия зависит от скорости. Двигаться вперед можно с предельными скоростями - со скоростью улитки либо со скоростью вихря. Улитка и вихрь говорят человеку: "*Моя дорога не для тебя, милый человек!*"

Кто движется вперед слишком медленно = пассивно = лениво = с

подавляемым страхом перед внезапными переменами, а кто слишком быстро = чрезмерно активно = с излишним рвением = со страхом опоздать. У обоих результат один - неудовлетворительный.

Прошлое обозначает все, что происходит с человеком в жизни. **Ближайшее прошлое** охватывает события нынешней жизни, **далекое прошлое** - все жизни, прожитые человеком. **К очень далекому прошлому** относятся жизни, прожитые в обличье животного. Далекое и очень далекое **прошлое можно знать в точности**, но **знать его в точности не обязательно**, поскольку события прошлого - это лишь упражнения по изучению законов жизни.



Усвоение же происходит через препятствия, трудности, испытания. Если мы усваиваем назидательный смысл некоей трудности, осознаем, что в ней плохого и что хорошего, то это - усвоенная мудрость. Мы уже никогда больше не попадаем в принципиально схожую ситуацию. Но если мы эту трудность оцениваем только отрицательно или только положительно, то аналогичные препятствия могут встречаться на протяжении многих жизней, покуда мы не поймем, что все имеет две стороны: хорошую и плохую.

Тем самым в настоящей жизни каждый из нас познает то, чего не понимал ранее и что жаждет узнать душа. Душа жаждет подлинной мудрости, которая движет жизнь вперед. До сих пор эта мудрость приобретается примитивным способом - через пережитые страдания, отсюда и очень медленное развитие человека. Достижение относительно высокого уровня развития означает потребность обрести мудрость под стать развитому человеку. Мы ощущаем **нехватку времени**. Спешка стала естественным явлением. Несмотря на это, мы ничего не успеваем. В старину находилось время и для работы, и для веселья, теперь же у нас нет времени насладиться ни тем, ни другим, поскольку время поджигает. Что это значит?

Это значит, что **время действительно подходит к концу**. Помните, в

первой книге мы говорили о том, что жизнь состоит из бесчисленного множества синусоидальных колебаний энергии, каждое из которых в отдельности выражает некое конкретное свойство жизни, а все вместе образуют кривую жизни. *Синусоида времени колеблется по горизонтали. Жизнь человечества колеблется вверх по спирали - по вертикали.* В совокупности это означает, что мы достигли в развитии такой высоты, что вот-вот созреем для жизни вне времени, выйдем из сферы времени.

Из графика видно, что **продолжительность единицы времени сокращается по прошествии времени.** Это может показаться невероятным, но так оно и есть. Если 10 лет тому назад Вы успевали за 8 часов не спеша переделать 8 дел, то теперь ту же работу Вы еле-еле успеваете сделать с помощью техники и в жуткой спешке. А поскольку тогдашние и нынешние работы полностью не совпадают, то и сравнивать их Вам не приходит в голову. Вы лишь ощущаете, что времени нет. Тем самым время дает Вам знать, что пора делать дела более разумно. Кто занимается освобождением страхов, тот уже сейчас ощущает, что никуда не опаздывает. И действительно не опаздывает. Все работы переделаны и еще остается свободное время. Человек, уменьшающий страхи и увеличивающий уравновешенность, готов к переходу на новый уровень.

Не говорите, что все это бред и что часы тикают по-прежнему. Вы видите физическими глазами физические часы, чьи стрелки движутся со скоростью, заданной космическим пространством - Богом - с учетом относительности и изменчивости своих законов. Доверьтесь своим чувствам, которые говорят, что время подходит к концу, и не заглушайте свои чувства разумом. Ведь это не означает, что жизнь подходит к концу. Жизнь продолжится на новом уровне развития, где время уже не нужно.

Люди, пережившие клиническую смерть, знают, что означает исчезновение времени. Это - чувство совершенной свободы. Это то, в чем мы более всего нуждаемся. Жизнь в постоянно меняющемся, сокращающемся временном измерении, т. е. жизнь в относительном времени не что иное, как жизнь в спешке. Спешка вызывает страх, что время подходит к концу, а также все прочие страхи.

Проживание во временном измерении означает проработку и усвоение программы по новому учебному предмету. Приобретаемая мудрость, которая принимается с любовью, становится личной мудростью. Лишь тот ученик, который любит школу, усваивает мудрость, которая в своей невидимости прибавляется к уже существующей, ранее приобретенной мудрости. Все это вместе взятое и есть человек, постоянно развивающийся духовно. Приобретаемая мудрость не отягощает его, а, наоборот, делает легче.

Человек, живущий во временном измерении, подобен сосуду, чье **отягощающее незнание мало-помалу превращается в легкое знание**, и когда этот процесс переходит с уровня предощущения тонкой материи на уровень ее усвоения, тогда-то мы и возносимся над амплитудой времени. Уже

сейчас есть много людей, которые чувствуют, что прошлое, настоящее и будущее составляют неразрывное целое. Причем это чувство действует успокаивающе, а не устрашающе.

Если Вы желаете помочь себе плавно пережить эти перемены, то **освободите от себя прошлое**. Время сейчас для этого подходящее. С самого своего начала 1997 год наилучшим образом подходил для сосредоточения на прошлом - для воспоминаний, для понимания, для осознания, для прощения, ибо этому благоприятствовало расположение планет. Кроме того, произошло усиление магнитной энергии, вызванное кометой Галлея. Энергия мыслей - та же магнитная энергия. В целом это означает, что никогда прежде человеческая мысль не материализовалась с такой скоростью, как сейчас.

Это означает, что **мысль как причина и реализация мысли как следствие** находятся друг от друга на расстоянии вытянутой руки. Даже самые отъявленные скептики заметили это и были вынуждены со страхом это признать. Положительная сторона этого страха в том и заключается, что даже неверящие вынуждены поверить в то, что в мире что-то происходит и что необходимо также и самому что-то делать в духовном плане. Поскольку страх имеет свойство быстро перерасти в панику, то освободите свои страхи и осознайте, что жизнь постоянно старается растолковать нам взаимосвязь причины и следствия, тогда как мы настолько погрязли в материализме, что не в состоянии этому поверить. Теперь же назрела необходимость поверить. Возможно, что тогда и зло откроет свои глаза и увидит, что, причиняя зло другому, оно на деле причиняет зло себе.

Комета Галлея усилила магнитную энергию воды. *Для смелого человека вода есть свобода. Для смелого все является свободой. Для испуганного человека вода - это печаль.* Тело человека и животного состоит преимущественно из воды. *Печаль усиливается, ибо человеческие желания перерастают всякую границу разумного.* Печаль одного человека топит его самого и его близких. Сдерживаемая печаль многих людей, проживающих в одной местности, вызывает засуху, а та - неурожай. А печаль, которую в некий момент уже нельзя сдержать, поскольку она переросла в жалость к себе либо жалость ко всем, и которая извергается в виде гнева против кого-то, вызывает ливневые дожди и наводнения. Кто борется с наводнением, тот не может одновременно бороться с другим человеком. Природа тем самым помогает укоротить зло. Во время природной катастрофы энергия злобы вовлекается в борьбу с природой, а природа зла не держит. Она более рассудительна, нежели человек. В беде принимают помощь даже от заклятого врага, и это приводит к пониманию, что тот и не был вовсе врагом.

Урок жажды наживы достиг мистической незримой и вместе с тем осязаемой черты. Жажда наживы вызывает стресс **сверхтребовательности**, который у нас и без того велик, но который еще более усилила комета Галлея. Этот факт подтверждается всевозможными недугами запячья, плеч и рук.

Если Вы пришли к выводу, что комета Галлея оказала отрицательное воздействие на Землю, то Вы ошибаетесь. Негативность эта кажущаяся. Это означает, что если **страх перед неудовлетворенной**

сверхтребовательностью перерастает всякую границу и человек не ощущает удовлетворения от осуществления своих сверхтребовательных желаний, то в нем просыпается желание что-либо изменить. С помощью кометы Галлея 51% человечества неотвратно - хотя бы из страха смерти - приходит к осознанию потребности в непреходящих жизненных ценностях, в ценностях духовных.

Одному Богу известно, сколь долго мы продолжаем развиваться, как на поточном производстве: родители завещают детям черты своего характера, а дети эти черты перенимают. Не должны бы, но перенимают. Должны бы извлечь урок, но не извлекают. Вместо этого завещают своим детям, добавляя кое-что и от себя. И человеку достается непосильное бремя.

Помогите себе и своим грядущим поколениям.

Освободите свое прошлое!

Каким образом? Выньте его из себя и поставьте перед собой. Попросите, чтобы оно предстало перед Вами в *узнаваемом обличье*. Если Вы не доверяете своему воображению, то попросите, чтобы прошлое проявило себя в виде чувств. Обратитесь к нему, как к другу: *"Дорогое прошлое! Я прощаю тебе то, что ты во мне поселилось. Я уже знаю, что ты- моя жизнь, и что я сам в тебе нуждаюсь, однако оценивал тебя неверно. Прости, что я прежде не умел беседовать с тобой по душам и высвобождать из себя как тяжесть.*

Ты явилось научить меня тому, что все, что я считал плохим, таит в себе хорошее. Лишь теперь я освобождаю эту плохую оценку. Я хочу увидеть ее поучительное хорошее. Ты пыталось втолковать мне, что все, воспринимаемое мною как хорошее, таит в себе плохое, и что это особенно опасно. Я же этого не понимал. От всей души радовался хорошему и не позволял усомниться в нем ни себе, ни другим. Я воспринимал это как осквернение святыни и потому не мог понять, ***почему на добро отвечают злом.***

Лишь теперь я понимаю, что ***скрывающееся за хорошим плохое провоцирует зримое плохое срывать маску с ложной доброты.*** *Дорогое прошлое, прости, что я боялся твоей правды, поскольку желал видеть только хорошее и быть хорошим. Я освобождаю тебя от всего сердца. Прости, что не умел этого раньше.*

Дорогое тело! Прости, что из-за невежества сильно загрузил тебя прошлым и заставил страдать. Я буду освобождать прошлое по мере понимания его, и тебе станет лучше. Эта работа не на день и не на два. Прости, что не начал раньше".

Если Вы сумели прочувствовать свое прошлое или даже увидеть его в воображении и день ото дня его освобождаете, но никакого изменения не

ощущаете и не видите, то скажите себе, мол, я же не на состязаниях. Ведь я это делаю для себя.

Сама я в течение 10 дней глядела на свое прошлое, как на скульптуру, высеченную из скалы плохим скульптором, и была вынуждена признать за собой весьма ловкое умение умерщвлять печаль. Выжать из воды камень - это же нужно так постараться. В ответ на все мое старание освободить прошлое, а старалась я от всей души, я не получила ни единого знака.

Я сказала себе, что разъятие этого камня по частицам энергии, т. е. освобождение - это долговременный труд. Я пыталась понять, у кого и у чего была мною почерпнута печаль, чью печаль я позаимствовала для усвоения урока, а вернуть не сообразила. Я попросила прощения у всех, в том числе и у своего тела, и освободила печаль своего прошлого, чтобы она смогла отправиться туда, куда сочтет нужным.

И вот наступил день, когда я заметила, что мертвая скульптура оживает. Теперь она походила на одушевленное творение хорошего скульптора, и общаться с ней стало гораздо легче и плодотворнее. Я открыла путь лавине.

Тяжкое бремя прошлого в момент внезапного узнавания может освободиться в виде эмоционально-душевного извержения, при котором душа и тело образуют лавину. Не удивляйтесь, если эта внезапная перемена отразится на здоровье или на хозяйственной жизни. Подобно тому, как исторглись стрессы, может исторгнуться и внезапно начавшаяся и столь же внезапно прекратившаяся скрытая болезнь, либо Вы неожиданно понесете материальный урон. Однако это оставляет Вас на удивление безучастным, так как Вы понимаете, отчего это произошло. Возможно, Вы даже, как ни странно, воздадите хвалу Богу за то, что кто-то подложил Вам свинью или запустил руку в Ваш карман, ибо полученный урок оказывается важнее материального урона. Это не имеет ничего общего с пораженческим настроением, когда безвольно опускаются руки. Речь идет об осмысленном понимании при полном контроле разума.

Освобождение прошлого - это как бы сведение на нет Вашей чрезмерной материальности. Чем спокойнее Вы это делаете, зная, что спешить некуда, тем незаметнее освобождаются душа и тело без ущерба и страданий.

Тогда Вы, вероятно, в придачу к знанию ощутите, что:

Явился потому, что желал этого.

Взял потому, что нуждался.

Нуждался в уроке, без которого к следующему не допускают.

Жизнь никогда не поворачивает вспять. Груз прошлого следует оставить прошлому, а самому идти в будущее. Кто это делать умеет, у того прошлое живое. Его не придется возрождать старыми воспоминаниями, вещами и традициями. Такой человек не ощущает себя перед прошлым и долгу и не мучается угрызениями совести.

Пример из жизни.

Как-то раз я обучала молодых родителей двухмесячного ребенка, у которого в результате родовой травмы был поврежден головной мозг, а тело разбито слабым параличом. Ребенок еще ни разу не издал самостоятельного нормального звука и не сделал самостоятельного движения. У него отсутствовали элементарнейшие жизненно важные рефлексy, например сосательный, поэтому его кормили с помощью зонда. Его тело двигалось лишь от судорог.

Разъяснение причин следует с чего-то начать. Я стала смотреть символическую картину прошлого ребенка. Оно походило на большое дерево, ствол которого был расколот ударом молнии и расщелина клиновидно расширялась книзу. Вдоль нее сновали бесчисленные муравьи. Дерево производило впечатление сравнительно жизнестойкого, поскольку расщелина не затрагивала сердцевины дерева и его задняя часть оставалась неповрежденной. Раскидистая крона была густо усеяна птицами. Вот только все певчие птицы сидели, прижавшись друг к другу, и молчали, а черные вороны скакали и каркали, предвещая беду.

Я описала увиденную мною картину и стала ее расшифровывать: молния означает неожиданность, дерево являет собой духовность, корни - родители, ствол - сам человек, крона - будущее, потомство, муравьи - сверхчеловеческое трудолюбие, передняя часть тела - мать и энергия чувств, задняя часть тела - отец и энергия воли, певчая птица - радостная песня свободы, черный ворон - плененная страхом свобода.

Родители поняли меня с полуслова.

Их ребенок (дерево) хоть и развивался нормально физически, но душевная жизнь в конце концов не выдержала, и тело приняло удар на себя. Потребность матери в том, чтобы муж окружал ее постоянной лаской и заботой, особенно возросла во время беременности. Мать была сама еще ребенком, не созревшим до женщины, который желал, чтобы муж принадлежал лишь ей одной. Хотя муж и стремился угодить молодой и красивой жене, но, к сожалению, из-за чувства сыновнего долга ему приходилось разрываться между нею и своей сверхтребовательной матерью, которой пришлось воспитывать его одной. Да и на работе ему как молодому бизнесмену приходилось выкладываться в полную силу. Он старался угодить всем, но сил уже не хватало. На работе на него стали уже коситься, мать откровенно злилась и желала отомстить как сыну, так и невестке. Жена обижалась, а тут еще подзуживание со стороны матери и подозрительные отлучки мужа. Словом, весьма обычная ситуация.

Никто не научил их азам семейной жизни, не научил общаться с ребенком. Привыкшая учиться из-под палки молодежь облегченно вздыхает, когда ей перестают навязывать знания, и не догадывается сама активно проявить тягу к учебе. Если нужное оказывается невыученным, то возникает ощущение опасности, которое говорит, что если не умеешь, то придется расплачиваться. Чувство опасности вынудило их вцепиться друг в друга, и это

символизировали сильные корни дерева-ребенка. Нагромождение стрессов нанесло вред чувствам как родителей, так и ребенка - передняя часть дерева. Умей мать общаться с ребенком, то и она сама, и ребенок освободились бы от стрессов, но она не умела.

Все могло бы еще выправиться, если бы женщину во время родов ободряли - успокаивали и учили. Этого не было. Сверхэмоциональные роды были отнесены на счет особенностей темперамента.

Во время родов мать этой женщины все время находилась в роддоме и тряслась от страха в другом конце здания, усиливая тем самым страхи дочери, которые и без того перекрыли родовые пути. Юный, неопытный муж только и был способен держать жену за руку и сопереживать ее страданиям, но пользы от этого не было. Капризность испуганной женщины, дотолер сдерживаемая, выплеснулась наружу в виде истерических требований, чтобы все бросились ей помогать. Ей казалось, что никому до нее нет дела. *Жалость к себе привела к ослаблению родовых схваток, из-за чего затянувшиеся роды пришлось стимулировать.*

Неспособность мужа помочь ей вывела страдальцу из себя, и она обвинила мужа в том, что даже и сейчас работа (муравьи) для него важнее, чем жена. Это обвинение, прозвучавшее, как гром среди ясного неба, оказалось для ребенка роковым. То была женская ревность к работе, которая отнимает мужа у жены (расщелина на передней части ствола). Муж не рассердился, ибо желал понять жену и ей помочь (задняя сторона дерева). Перелом шейных позвонков у ребенка при родах означает, что упрямство матери было сломлено (шея есть мать). Мать была настолько убеждена в непоколебимости своей правоты, что не могла и помыслить, что ей придется сдаться перед правотой жизненной истины. Привычка добиваться своего обернулась страданием.

Грянула беда. Никто не осмеливается дать на словах надежду (молчавшие певчие птицы). А каркающих воронов числом поболее, чем один (как и число тех, кто считает смерть ребенка наилучшим выходом). К их числу относится и одна из бабушек. Вторая бабушка до сих пор глотает успокоительные, от нее ни поддержки, ни помощи.

Молодые родители оказались на удивление толковыми. Они не только согласились с моим рассказом, но и дополнили его. Я старалась говорить деликатно, а они, не стесняясь меня и друг друга, напрямик высказывали свои ошибки. После первой беседы у ребенка исчезли судороги. Ребенок стал самостоятельно двигать головой и активно подавать голосом знак о своем существовании, ибо настолько родители осознали свои ошибки. Особенно понимающей оказалась мать. У отца же при его юном возрасте наблюдалась косность мышления, и нагляднее всего это выражалось в заикливости на работе. Женщина поняла, что раз уж она вышла замуж за такого мужчину, то ей потребуется время, прежде чем ее муж, словно пригнувшееся к земле дерево, выпрямится в полный рост и станет любящим жену мужем.

Эго и эгоизм - два лика страха

Мы знаем, как необходимо уметь общаться с людьми. Мы начинаем понимать, как важно общаться с животными. Мы уже не высмеиваем людей, рассказывающих о своем общении с растениями. Однако общение с *энергиями* воспринимается большинством как предсудительный бред, если не зло, достойное наказания. Многие культурные люди хотели бы, чтобы правозащитные органы положили конец подобному одурачиванию простодушных. Почему? Потому что общение с невидимыми энергиями выходит за рамки разумения рассудочных обывателей.

Общаются с помощью разума, отношения выражаются сердцем. Для культурного человека крайне важным является общение, а отношение не имеет особого значения. Для животных и растений, наоборот, крайне важным является отношение, поскольку оно определяет общение. Отношение к энергии - это отношение к составляющим тебя частицам и общение со своими собственными составными частицами. От представлений и убеждений человека зависит - совершенствует он себя или губит.

Невзирая на то, что в первых своих книгах я десятки раз повторяла и детализировала принцип прощения, принцип освобождения через прощение невидимой энергии стрессов, объясняла различные аспекты, меня постоянно спрашивают: "*Как мне это сделать?*" Растворить это одинаково трудно как человеку, который в своей тяжелой апатии надеется - авось кто-нибудь сжалится и снимет груз с его плеч, так и человеку, который внутренне возмущен и в душе протестует: "*Почему я?*"

Давайте вместе рассмотрим еще один способ.

Представьте себе, что Вы вобрали в себя сгусток энергии, именуемый стрессом, и взрастили его до больших размеров. Для энергии Вы - сосуд с четкими границами, и она неизбежно в Вас устремляется. Из-за ограниченного пространства энергия вынуждена уплотняться, поскольку ее *спрессовывает Ваше желание нравиться* другим людям, что свойственно человеку интеллигентному. Концентрация энергии превышает норму. Чем последовательнее и сильнее Вы укрощаете свои эмоции, тем выше их концентрация.

Но поскольку Вам не всегда удастся делать хорошую мину при плохой игре, то всплески протеста - это словно лужицы, перелившиеся через край сосуда. Чем быстрее Вы становитесь неинтеллигентным, т. е. чем скорее у Вас лопаются терпение, тем меньше лужица - тем лучше исцеляется болезнь. Чем внезапнее лопаются терпение, тем больше выплескивается из сосуда - тем обостреннее болезнь. От нее уже не отмахнешься, внутрь не загонишь. От нее не отмахнешься с вежливой, извиняющейся улыбкой - острой болезнью нужно переболеть.

Болезнь, подобно пожару, сжигает лужицу, и Вам радостно, что опять все хорошо. Но так как причины возникновения болезни Вы не уяснили, тот же самый стресс накапливается вновь, однако тело уже не будет учить Вас столь простой болезнью. Если Вы радуетесь болезни, поскольку та, к примеру, вызволила Вас из неприятной ситуации, то хоть Вы и поправитесь быстро, однако не понимаете того, что добавили ложку меда в бочку со своими помоями. Подсознательно называя любое плохое хорошим, мы таким образом добавляем в бочку помоев меду и желаем, чтобы в бочке был один мед. Другая возможность заключается в сознательной психологической обработке самого себя, когда человек внушает себе, что помои становятся медом. Как Вам известно, такого не бывает, ибо помои есть помои.

Нам нужно опорожнить свою бочку с помоями и очистить - стать чистыми духовно, тогда мед появится сам, как по мановению волшебной папочки. Душевная чистота, она же искренность, что животным и детям дается от Бога, у взрослых запрятана за внешним лоском. Игра в прятки, если игрок усерден, может стать настолько серьезной, что искренность может полностью исчезнуть.

Чем человек интеллигентнее, тем сильнее в нем желание нравиться. Что значит - нравиться? **Нравиться - значит эксплуатировать чувства.**

Наивный желающий нравиться старается потрафить чувствам другого человека и, возможно, даже не подозревает, что он эксплуатирует чужие чувства в корыстных целях, а впоследствии бывает несчастным от того, что его самого использовали. Человек следит за чистотой, чистит перышки, прихорашивается, наводит макияж, надевает украшения, наряжается - лишь бы понравиться - и эксплуатирует зрительные ощущения другого человека. Намеренно освежает себя изысканной парфюмерией и эксплуатирует чужое обоняние. Угощает другого изысканнейшими блюдами и использует его вкусовые ощущения. Ведет сладкие и по возможности умные речи, пересыпанные похвалой, и использует слуховые ощущения собеседника. Преподносит подарок поэкзотичнее либо наряжает свое тело как подарок во что-то особенное и использует чужое осязание.

Умный желающий нравиться осознанно думает о собственной выгоде и учитывает наперед, что с ним могут поступить так же. И вместе с тем он никогда не распознает ловушку, поскольку не понимает партнера. Одного желания нравиться недостаточно.

Кто видит, что он не понравился другому, а понравиться хочет, тот начинает оболещать, то есть перебарщивать в желании понравиться. Отсюда происходят всякого рода излишества, жизнь превращается в сплошной праздник, что надоедает сопричастным, и желанная цель не достигается. Небесная радость оборачивается адской печалью.

Кто желает понять, тот не желает нравиться. Он и без того нравится. Он блюдет чистоту, прихорашивается, использует косметику, наряжается для себя и не теряет чувства меры. Он приятен в общении. Гостя он потчует тем же, чем питается сам, и разговор ведет деловой и откровенный, не пытаясь обмануть другого. Это тоже относится к понятию "нравиться". Уравновешенный человек ничем не бросается в глаза, ибо он обладает чувством собственного достоинства. Он не желает быть интеллигентным. Он есть интеллигентный. Интеллигентность не достоинство, но достоинство есть интеллигентность. **Интеллигентность недостойности и интеллигентность достоинства - две разные вещи.**

Мы сваливаем "эго" и эгоизм в одну кучу и никак не поймем, что:

- **"эго" является признаком достоинства;**
- **эгоизм является признаком интеллигентности.**

В каждом из нас имеется и то, и другое.

Отыскать иголку в стоге сена - это утопия. Так же почти нереально убедить человека, забредшего в трясину интеллигентности, в его заблуждении, пока его еще не засосало. Число таких людей растет. К счастью, растет и число таких, кто вступает на путь поиска и обретения себя.

Отчаяние представляет собой желание человека, оказавшегося в кризисе, отринуть от себя чувства, приведшие его жизнь к кризису. Но ведь без зрения, слуха, обоняния, осязания и вкусовых ощущений человек превращается в вещь. Вместо того, чтобы в сердцах вышвырнуть вон нагрянувшую неприятность, помогите ей освободиться и постарайтесь понять, почему она явилась именно к Вам. Тем самым Вы приступаете к исправлению своего отношения.

Изменение умонастроения являет собой исправление отношения - исправление отношения к миру посредством физических ощущений. **Кто лучше относится, тот лучше общается.** Покуда мы продолжаем пребывать жертвами своих пяти чувств, мы, недолго думая, решаем, что безграничное возрастание хорошего и есть наивысшее благо. Одновременный рост стрессов пытается втолковать нам подоплеку блага, пытается разъяснить, что *все наилучшее, которому, однако, сопутствует все наихудшее, вовсе не является наилучшим.* Кто приходит к этому выводу сам, тот идет в своих выкладках дальше и делает вывод, что если хорошее уменьшается, то уменьшается и плохое.

Что же произойдет, если не станет ни того, ни другого? Тогда наступит уравновешенность, или состояние невесомости, которое уже не будет пригвозждать нас к Земле. Вас это знание пугает? Если пугает, то это -

совершенно логичная реакция испуганного человека. Ради Вашего успокоения скажу, что стремление к абсолютному равновесию является генератором развития, но дорога эта бесконечна. Когда мы обретем такую уравновешенность, что сможем управлять материей при помощи мысли, мы перестанем быть пленниками Земли и сможем *силой мысли и со скоростью мысли* переноситься туда, куда душа пожелает. Тогда мы перестанем учиться, как в школе, лишь по составленной учителями единой для всех программе, а составим сами необходимую для себя учебную программу, в основу которой ляжет познание и развитие божественного Всеединства.

Сейчас мы отяжелели от стрессов, и нас давит к земле. Покуда мы не поможем себе сами, нам не поможет и Бог, ибо мы не впускаем Бога в свою душу. Мы можем рассуждать и разглагольствовать, строя из себя умных, но чем больше умничаем, тем очевиднее обнажаем свою житейскую беспомощность и в самый разгар своих умствований - бах! - проваливаемся в яму. Без посторонней помощи оттуда не выбраться. Ох и тяжкий же это труд - выкатить из ямы тяжелую бочку, наполненную помоями!

Постараемся же отныне держаться от ямы подальше. Постараемся избавиться от собственных помоев да так, чтобы они не излились на землю и не загадили нашу планету.

Начнем опустошать свою бочку с освобождения страха *меня не любят*. Аналогичным образом Вы сможете затем поступить с остальными стрессами.

Представьте, что Вы идете дорогой своей судьбы, и перед Вами идет человек - черный и страшный. Его зовут **страх, что меня не любят**. Он шагает перед Вами, словно говоря: *"Милый человек! Я иду перед тобой для того, чтобы тебе не пришлось в жизни повернуть назад. Возврат назад - это гибель. Я иду перед тобой, чтобы при виде меня у тебя возникло желание обращаться со мной по-хорошему. Возможно, ты захочешь понять, почему я плохой. Кто желает понять, тот желает полюбить. Тогда я, твоя духовная слепота, смогу превратиться в твой **духовный свет**".*

Мышление разумом заземляет.

Мышление сердцем возносит к небесам.

Для уяснения различия скажите своему страху: *"Дорогой страх! Я отпускаю тебя разумом на волю, ибо знаю, что ты явился научить меня смелости!"* Подчеркните слово "разумом". Прислушайтесь к себе. Вы почувствуете, что в голове проясняется. В Ваших мыслях появляется приятная четко обозначенная конкретность. Но нет легкости на сердце. С того мало пользы, что голова поднялась к небу, если тело за ней не следует. А теперь скажите: *"Дорогой страх! Я освобождаю тебя от всего сердца, чтобы тебе стало хорошо. Я научился сердцем понимать твои нравоучения"*. Прислушайтесь к себе, и Вы почувствуете, как теплеет на сердце. Дышать становится легко.

Вас охватывает необъяснимое благодатное чувство.

Итак, страх идет себе, и Вы начинаете усердно его освобождать, стараясь говорить очень конкретно: *"Дорогой страх меня не любят! Я прощаю тебя за то, что ты оказался у меня на пути. Я знаю, что ты явился научить меня стать смелым. Прости, что я этого не понимал и взрастил тебя до состояния всевозможных стрессов. Нагромождая вместе со страхом стрессы, я подверг страданиям свое тело. Прости меня, дорогое тело! Так уж получилось. Я чувствую, что виноват, и знаю, что от страха перед виной чувство вины умножается. Я уже знаю, что я не виноват, знаю, что это - ошибка, но пока еще не умею освобождать чувство вины в той мере, чтобы почувствовал, что я не виноват. Снова и снова я прощаю себе свои ошибки. Стараюсь подняться с уровня знания на уровень чувств"*.

Вы говорите и смотрите на свой страх. Он не мог Вас слышать, ибо Ваша речь была немой речью сердца, однако он останавливается. Вы чувствуете, что он услышал. Услышал, однако колеблется, поскольку не в силах поверить тому, что Вы столь искренне, от всего сердца желаете ему добра. Он ведет себя точно так же, как Вы сами. Вы тоже не смеете с ходу поверить в искренность добра. Вы желаете убедиться, ибо не раз обжигались на собственном легковереии. *"Прости, дорогой страх меня не любят, что я взрастил тебя до неверия в себя и потому не могу поверить и другим"*.

Человек перед Вами оборачивается лицом. Вам стало лучше его видно, и Вы обнаруживаете, что он и не на Вашей дороге вовсе, а на соседней. Вы взрастили свой страх до желания *делать добро прежде всего другим*. Вы уже знаете, что жизнь становится нормальной, когда мы научаемся **правильно выстраивать по очередности и расписывать по времени** отдельные ее части. Первым в этой очереди должен стоять сам человек, затем дополняющая его половина противоположного пола, затем дети, затем родители и другие люди. И лишь затем работа и предметный мир.

Вы же продолжаете пребывать в привычном заколдованном круге материального мировоззрения, в котором человек, желающий быть хорошим, зачастую ставит себя на последнее место. Опять забываете, что ребенок является суммой родителей. **Ребенок**, который в себя верит, себя понимает и собой удовлетворен, **любит себя как сумму своих родителей**. Попросите прощения у своего страха за то, что вырастили его до *чувства неисполненного долга, до страха оказаться виноватым*, из-за чего Вам приходится выслуживать любовь, не ведая покоя, ибо рядом всегда находится кто-то, кому не хорошо.

Чувство неоплаченного долга перед своими родителями - это самое большое чувство вины из всех возможных. На ее почве произрастают другие виды вины. Большинство родителей не высказывают прямо, что ребенок находится перед ними в долгу за рождение, воспитание, обучение и т. д., но все же многие это говорят. Если Вы - ребенок таких родителей, то простите им их преступную честность. Осознайте, что их жажда наживы переросла их самих, и потому они не ведают, что творят.

Ваш страх словно сбросил с плеч тяжелый груз, свернул с соседней дороги на

Вашу и направляется к Вам. Странно, ведь Вы его освобождаете. Почему он не уходит, почему идет к Вам? Доверьтесь своему страху. Он умнее Вас, поскольку *ему не мешает логический ум*. Позвольте ему делать, как он хочет. Наблюдайте за ним во все глаза и постарайтесь понять, почему он поступает так, а не иначе. Осознайте: я освобождаю его - и всё. Остальное зависит от него. **Освобождение стрессов вреда ни в коем случае не наносит.**

Теперь Ваш страх подошел к Вам вплотную. Если издалека его действия казались очень и очень знакомыми, то сейчас Вы понимаете, что он идентичен Вам. Стоит он перед Вами, как самый близкий друг, который знает все, однако молчит как могила. Ни оценок, ни осуждения, хотя ошибок Вами сделано немало.

Неестественное ощущение - стоять перед самим собой и испытывать *безэмоциональную любовь*, которую невозможно назвать каким-то именем. Ведь любовью мы привыкли считать эмоциональные заверения в любви и состояние, наполненное страстью.

Попросите у своего страха прощения за то, что не воспринимали его как живую частичку себя и не понимали его потребностей. Теперь Вы знаете, что у всякой энергии есть своя жизнь, будь она видимая или невидимая.

Перед Вами вдруг оказывается пустота. Куда исчез страх, только что здесь стоявший? Постарайтесь ощутить изменения в своем самочувствии. Что Вы ощущаете в груди? Что Вы ощущаете во всем теле? Если стало тепло, знайте, что страх вошел в Ваше сердце - в Вашу любовь. Страх - это холод, Вам же стало тепло. Хорошее чувство? Что это означает? То, что Ваша любовь обратила холод страха в тепло. Ваша любовь сотворила чудо. Что Вы испытываете? Радость? Или счастье?

Страх расхаживает внутри Вашего сердца, словно в бане. Вы привыкли отдавать любовь *только* тогда, когда чувствуете, что Вас любят, с Вами считаются, к Вам прислушиваются, Вас понимают, о Вас заботятся. Но так как из-за страха Вы чувствовали это редко, Вы перекрыли отток любви, и она собирается внутри.

Неподвижная энергия любви не есть любовь, а злоба.

Поэтому эту перетопленную баню может вот-вот охватить пожар. **Попросите прощения у своей любви за то, что Вы превратили ее в пленницу страха**, не позволяли ей вытекать наружу. Попросите прощения у тела за то, что не сумели извлечь урока из всех тех случаев, когда к Вам являлась болезнь с повышением температуры и гасила пожар.

Ваш страх отыскал в задней стенке сердечной камеры дверцу и отворил ее. Это дверь в прошлое. Он выглядывает наружу и охает. Выгляните и Вы сами, и Вы увидите, на какой высоте от земли и от дороги находитесь. Из страха, что меня не будут любить, если я не стану лучше своих родителей, умнее, известнее и т. д., Вы соорудили воздушный замок интеллигентности. Вы не

знали, что эта дорога - дорога Вашей судьбы, данная Вам отцом и по которой Вы с рождения идете по своей доброй воле.

Как бы Вы ни относились к своему отцу, именно он дает Вам единственно возможный путь обрести достоинство. Если Вы научитесь понимать своего отца, то Вы возвысите свою дорогу и Вам не понадобится возводить ненадежные, обманчивые, хрупкие воздушные замки. Попросите прощения у своих родителей за то, что не понимали их прежде. Попросите прощения у страха за то, что не умели освободить его так, чтобы он смог уйти на свободу дорогой, ведущей в прошлое. Чем больше Вы позволяете ему уйти, тем сильнее он уменьшается, уходя в прошлое. Ему известна вся история его становления, и потому дорога назад ему знакома.

Таков Ваш страх, что Вас не любят. Если он столь мал, что уравновешен смелостью, то он - Ваше "эго", т. е. Вы сами. Чем страх сильнее, тем больше и Ваш эгоизм.

О совести

Каждого человека порой мучают угрызения совести. Как часто и как сильно, зависит от самого человека. Почему? Что такое совесть, и почему она терзает? Ведь совесть - вещь как будто хорошая, как же она может терзать?

Жизнь - это обращение плохого в хорошее. Неважно, как это делается, - мыслью, словом или делом - главное, чтобы было сделано.

Несделанные дела вызывают чувство вины, т. е. угрызения совести. У человека смелого, а значит, уравновешенного, чувство вины выражается в чувстве ответственности. **Позитивное чувство вины, оно же чувство ответственности, облагораживает. Чувство ответственности и есть совесть.** У человека испуганного чувство вины выражается в чувстве долга. **Негативное чувство вины, оно же чувство долга, отягощает.**

Желание освободиться от чувства долга, которое осложняет жизнь, вызывает *потребность* трудиться. Испуганный человек выполняет работу наперегонки со страхами, однако полного удовлетворения не получает. Стрессы накапливаются, и незаметно *потребность* делать работу превращается в *обязанность* делать работу. Ребенка *обязывают* взрослые. Взрослые берут на себя *обязанности* сами, однако говорят, что к этому их вынуждает работа, семья, государство, жизнь и т. д.

Мало того, что мы считаем вынужденное положение неизбежностью - мы также считаем чувство долга позитивностью, не углубляясь в сущность этих энергий. Мы культивируем чувство долга, словно джинна в бутылке, затыкаем пробкой вынужденное положение и вдобавок ко всему запечатываем ее сургучом неизбежности. Страх обнаружить отсутствие чувства долга - проявить себя плохим, ленивым, неряшливым, равнодушным, топчущимся на

месте и т. д. - не позволяет нам усомниться в абсолютной позитивности чувства долга.

Людей с развитым чувством *долга* превозносят, уважают, награждают и всячески идеализируют, тем самым подхлестывая возрастание чувства *долга* как у самих сопричастных, так и у тех, кто их чувство *долга* превозносит. **О чувстве долга говорят много, а о чувстве ответственности - вскользь.** Почему? Потому что **чувство долга навязано, тогда как чувство ответственности человек берет на себя сам.**

Чувство *ответственности* воспринимается как личная прихоть. Если кто-то берет на себя *ответственность*, но не в состоянии эту *ответственность* нести, то окружающие злорадствуют - мол, нечего было ее на себя брать! Кто ему велел! Человек, добровольно берущий на себя *ответственность*, лишает злорадного завистника возможности приказывать. Желание приказывать является потребностью любого человека с мелкой душой - потребностью душевно возвыситься. Отдавая приказы, человек унижает того, кому они адресованы, и ощущает себя в этот момент более значимым.

Есть *потребность*, и есть ее противоположность - *обязанность*. **Потребность - это то, без чего нельзя обойтись. Обязанность - это то, что диктует: "Надо!"** **Потребность предоставляет свободу быть самим собой. Обязанность отнимает свободу и превращает человека в раба.**

Я не стану здесь повторять все, что я говорила о чувстве вины. Неисполненная *обязанность автоматически* усиливает чувство вины. Обязывать можно себя и других. *Обязанность* является принуждением, которое вызывает сопротивление и протест. Кого *обязывают* быть абсолютно хорошим, тот ведь должен быть по отношению к кому-то плохим, ибо приказывающему нравятся те, кто похож на него самого. А что стороны прямо противоположны, об этом приказывающий не думает. Вот и получается, что человек *обязан* работать и *обязан* отдыхать, *обязан* учиться и не учиться, заниматься спортом и не заниматься спортом, *обязан* есть или пить, спать или бодрствовать, приходить и уходить, рождаться и умирать одновременно - если он хочет всем угодить. Как может **обязанность любить** не вредить сердцу? А чем иным, как не обязанностью, является обвинение: "*Ты меня не любишь!*"

Растет число тех, кто на людях источает бездну обаяния, а дома превращается в исчадье ада. Почему? Потому что чужих людей много. Выслуживание их любви - это *потребность*, а чужим не прикажешь, даже если хотелось бы. А домашние обязаны считаться со мной и меня любить, ведь я сделал для них столько хорошего. Женщина, которая приходит домой с подобными мыслями, наталкивается на стену молчания мужа, и ее охватывает бессильная ярость, которая рано или поздно выплескивается на виновного истерическим потоком слов. А мужчина, который переступает порог дома с такими мыслями, натывается на приготовившуюся к атаке жену, которая буквально напрашивается на побои. Если этого не сделать, то жена нападет сама. Так кажется мужу. Таким образом, правота жен и правота мужей в

равной степени повинны в распаде семьи. Обязывание близких оборачивается особенно жестоким правосудием над ними.

Любовь все более превращается в работу, потому растет удельный вес заболеваний пищеварительного тракта.

Пищеварительный тракт отражает качество мыслей, сопутствующих выполнению работы, о чем говорилось на стр. 214 книги "Без зла в себе".

Обязанность начать вызывает болезни желудка.

Обязанность закончить - болезни прямой кишки.

Обязанность заниматься мелочами, тогда как хотелось бы заниматься большими делами, - болезни тонкой кишки.

Обязанность заниматься большими делами, тогда как хотелось бы заниматься мелочами, - болезни толстой кишки.

Чем обязанность больше, тем серьезнее болезнь. Иначе говоря, чем больше человек вынуждает себя быть выше неприятной *обязанности*, тем больше становится внутреннее сопротивление, чувство вины и вынужденное положение. И тело не может оставаться здоровым.

От обязательств, возложенных другими, можно как-то увильнуть. Обязательства, которые человек берет на себя сам, куда хуже: я должен, ибо иначе нельзя. Должен пойти, прийти, принести, быть, дать, взять, а иначе случится беда. Человек со мной по-хорошему - значит, я обязан его любить. Он мой супруг (она моя супруга) - значит, я обязана (обязан) заниматься с ним (с ней) сексом. И так далее. Даже самая прекрасная обязанность есть принуждение и вызывает неприязнь.

От непосильной обязанности каждый пытается избавиться по-своему. В принципе существует две возможности:

1. сделать необходимую работу, т. е. *быть добросовестным*;
2. не делать необходимой работы, т. е. *быть недобросовестным*.

Испуганный добросовестный человек выполняет работу, однако не испытывает удовлетворения сам, да и другие им не удовлетворены. Поэтому он взваливает на себя все более тяжкий груз работы, пока не надрывается. Характер надрыва, т. е. характер болезни, зависит от особенностей самопринуждения. Неудовлетворенная самооценка, она же *обвинение*, которым человек себя обязывает, может вылиться в крайность, и человек

желает себе зла.

Многие мне возражают: как это человек может желать себе зла? Может и еще как. Кто не желает делать зла другим, то есть боится это делать, тот ощущает себя виноватым, если другим становится плохо. Он готов, не задумываясь, броситься на помощь, чтобы сделать как можно больше добра, однако нет сил. Чувство вины истребило жизненную силу. Вернее, ее истребило самообвинение, т. е. злоба. От своей беспомощности этот человек желает умереть.

Примитивный человек считает других своими врагами, с которыми необходимо бороться. Чем человек интеллигентнее, тем больше он обвиняет себя, покуда не приходит к выводу, что он - враг самому себе. Признаться в этом не очень приятно, ибо тут же следует самый беспощадный суд - самосуд.

Желание умереть - это высшая степень зла, которую человек может себе желать. Тело ведь знает, чему человек пришел выучиться в жизни и в каком объеме. Если же человеку угодно покинуть сей мир раньше срока - а права желать этого у него не отнимешь, - то его воля должна быть удовлетворена. Однако перед уходом тело предоставляет ему возможность усвоить в концентрированном виде всю ту мудрость, что предназначалась на более длительный срок. Чем масштабнее у человека желания, тем сильнее он спешит и тем тяжелее от этого болезнь, что сводит его на тот свет. Люди часто желают умереть для того, чтобы отомстить плохому человеку, доказывая своей смертью, что тот плохой.

Как видите, чрезмерное благо невольно оборачивается чрезмерным злом. Кто не желает покидать сей мир раньше срока, тот отлынивает от *ответственности* иным образом. Поэтому его называют *безответственным*.

Своими желаниями сверхтребовательные родители рвут душу ребенка на части, а когда тело ребенка приходит ему на помощь в виде забывчивости, родители принимают его обвинять, стыдить, взывать к его совести. На него навешивается, возможно, на всю жизнь ярлык *безответственного*. Взрослые не знают, что спасающийся от душевной сверхтребовательности ребенок подсознательно пытается тем самым уцелеть. Отвергая сверхтребовательные *обязанности*, он избегает попадания в соответственную физическую катастрофу, когда на части разрывается его тело. Убегая от обязанностей, он рискует лишь получить головомойку либо ярлык *безответственного*.

Когда ребенка стыдят за робость, он превращается в виновного.

Обвинение делает ребенка бессильным.

Бессилие есть беспомощность.

Если от пристыжения можно еще сбежать, то от обвинения ноги делаются ватными. Уличенный в побегах и пристыженный за них человек делается безучастным и равнодушным. Равнодушный человек ленив. Когда все сбиваются с ног, его охватывает сонливость, и он-таки засыпает в самый разгар запарки ко всеобщему недовольству. Не помогают ни уговоры, ни мольба, ни крики - его сердце не трогают чужие беды. Равнодушие его - результат подавления стрессов. Правда, он терзается от *ничегонеделания*, но это не назовешь чувством вины. Имя, приложимое к этому состоянию, зависит от степени усталости.

Смелый человек, предающийся праздности, тоже может показаться ленивым, поэтому прежде, чем навешивать на него ярлык, подумайте. Скажите себе: это мое мнение, и поскольку в другом человеке мы видим себя даже тогда, когда данного качества, что мы увидели, у человека нет, то я увидел то, что мне показалось ленью. Покуда Вы не измените своего отношения, Вы все равно не поймете, то ли это смелый человек, копящий душевную силу в момент физической пассивности, то ли ленивый, душевно обессилевший на данный момент.

Если Вы полагаете, что он ленивый, и желаете помочь, то постарайтесь прежде всего его понять, затем им заинтересоваться и лишь после этого привлекайте его к совместному делу. Ни в коем случае не пытайтесь его убедить в пользе дела. Он настрадался от извлечения выгоды. Если Вы желаете растормошить ленивого, то ни к чему его не принуждайте. Дайте ему свободу выбора. Его подсознание, т. е. душа, знает, в какое болото заводит сверхдобросовестность.

Кто боится приступить к делу, того нужно научить освобождаться от *страха начинать*. Я обучаю делать это прощением, тогда как истари этому учат примером. Наш предок вставал засветло, вознося хвалу Богу, и, прихватив с собой сына, отправлялся в поле. Сын ощущал себя счастливым от того, что ему доверили начать день и работу. Потребность начать вела к потребности завершить. Тяжкий по нынешним меркам труд и скудные результаты были для них хорошим началом и красивым завершением. В старину человек не ведал болезней желудка и прямой кишки, хотя по современным понятиям его пища никуда не годилась. Он жил в настоящем, улучшая это настоящее в пределах возможного ради будущего, и был доволен сделанным.

А еще раньше мужа вставала его жена и вместе с дочерью принималась хлопотать по дому. Мужчины придерживались своей половой роли, женщины - своей. Поэтому мужчины и не ощущали себя обязанными заниматься мелочами, заниматься женской работой, и тонкая кишка была у них здорова. Ответственность за мужские дела заставляла мужчин относиться к себе с уважением. Их толстая кишка была здоровая. Аналогично жили женщины. Они выполняли женские работы, а мужьям отводили в жизни роль мужчины.

Простой человек относился с уважением к своей доле в общем труде и должным образом ценил работу другого. Действовал принцип: хлеб хоть и общий, но на чужой кусок не зарься. Если это не соблюдалось, скажем, от

незнания, то возникала ссора. А так как хлеб дается трудом, то и труд пусть будет общим, но личная доля в нем каждого - неприкосновенна.

Этот закон природы никуда не исчез как в прямом, так и в переносном смысле. Мы же его забываем либо намеренно желаем его изменить, считая себя умнее его мудрости, оттого-то на свете столько раздоров.

Простым людям бывает проще с достоинством приступить к делу и с достоинством его завершить. Из-за мудрости, накопленной за последние столетия, мы сильно усложнили жизнь, и потому нам очень сложно быть достойными. Мы должны вновь обрести достоинство.

Современный человек *боится конечного результата. Вернее сказать, он боится критической оценки результата своей работы*, поскольку отождествляет себя с работой. Поэтому он выискивает возможности оттянуть завершение работы либо перепихнуть его на другого. Тысяча причин в оправдание отсрочки - это тысяча неправд, все из которых должны уместиться в сигмовидной ободочной кишке. Вместительность сигмовидной кишки должна увеличиться как за счет ее удлинения, так и за счет расширения. В медицинской терминологии данная патология именуется **долихосигмой**, которая бывает либо врожденной, либо приобретенной.

Чем дольше фекальные массы задерживаются в сигмовидной кишке, тем больше токсинов, требующих обязательного вывода из тела, всасывается обратно в организм. Попросту говоря, эти токсины отравляют тело. Тем самым тело отравляется *страхом увидеть результат своей работы*. Иной выплескивает этот яд словами в лицо другому, иной затаивает его глубоко в себе в виде стыда. В первом случае сперва заболевают другие, а затем и сам человек. Во втором случае заболевает сам человек и своей болезнью причиняет страдания другим. Он уже не в состоянии самостоятельно одолеть свои жизненные уроки - за него это вынуждены делать другие, и поэтому до собственных дел у них не доходят руки.

Третий протестует против такой жизни. Он не желает хитрить, изворачиваться, плести интриги, комбинировать, манипулировать человеческими душами. Чем сильнее у него взрывы протеста, тем интенсивнее приступы поноса, при которых он превосходно себя чувствует, поскольку наряду с телом одновременно облегчается и душа. Примирение с подобным поносом без уяснения причины постепенно вызывает развивающуюся незаметно болезнь. Кто освобождает страх перед результатом работы, желание скрыть результат своего труда, тот быстро освобождается также и от протеста против нечестности, и его сигмовидная, а также прямая кишка выздоравливают.

Обычно, *говоря о чувстве долга, выносятся следующий приговор*: работающие люди болеют, ленивых же ни одна хворь не берет. Оценщики, как правило, сами люди работающие, ленивым же и в голову не приходит что-либо оценивать. Они не отрицают того, что они ленивы, и поскольку жажда наживы у них ничтожна, то они и не напрягаются. А величина болезни каждого человека соответствует величине его жажды наживы.

Итак, **чувство ответственности и чувство долга - две грани единого целого**. При возрастании жажды наживы чувство *ответственности* незаметно переходит в чувство *долга*. Кому приходится много страдать из-за чрезмерного чувства *долга* своих родителей, тот становится ленивым и сонливым. Вместо того, чтобы делать дело, он ложится спать, не подозревая о том, что во сне он изживает свое чувство вины.

Спят ли люди только от усталости, что на самом деле является чувством вины? Но почему тогда так много спят новорожденные? Почему вообще люди проводят во сне половину жизни?

Напомню, что человек является на свет, чтобы сделать свою жизнь хорошей. **Все, что человек делает с закрытыми глазами, он делает для себя. Все, что он делает с открытыми глазами, он делает для других.** Кто, делая хорошее себе, постигает относительность хорошего и плохого, тот уже не станет делать плохо другим. Поэтому дети и подростки много спят и встают просветленными. Когда же ребенок устал, он - сущий дьяволенок, с которым нет сладу. Во многих пословицах говорится об особой сладости сна и особой положительности спящего человека. Кто сам становится лучше неважно по какой причине, тот не может стать хуже по отношению к другим.

К 16-18-ти годам ребенок взрослеет и перестает расти во сне. Начиная с этого возраста, излишне длительный сон означает, что человека терзает чувство вины. Такой человек, желая выслужить любовь, обычно взваливает на себя груз *ответственностей*. Иной проявляет такое рвение, словно за ним по пятам гонится черт, и нахватывает гору *обязанностей*, забывая про то, что в сутках всего 24 часа. Сразу видно, что он ничего не успевает, но обратиться к нему с просьбой, и он откликнется. Другое дело, что просьба останется невыполненной, поскольку человек и так разрывается на части. Сам он при этом искренне несчастен и не замечает, что чувство вины возрастает.

Он приносит свои извинения и продолжает в прежнем духе. Его вынуждает чувство *долга*, и он надеется, что в следующий раз у него все получится. На первых порах сонливость у него усиливается, но в некий момент возникает бессонница - чаша страданий переполнилась. Если раньше домочадцы приходили в отчаяние от невозможности его добудиться, то теперь он сам впадает в отчаяние. Чувство вины не дает ему спать спокойно ни минуты. Человек заставляет себя спать из страха обессилеть. Одновременно его подгоняет страх оказаться виноватым, он же страх *меня разлюбят*, если я не выполню свои *обязанности*. Иной человек пребывает от страха в таком напряжении, что едва смыкает глаза, как тут же с криком их открывает. Такой человек не знает, что такое *потребность*, он знает лишь *обязанности*.

Мы все наловчились отодвигать свои *потребности* на задний план и руководствоваться в жизни *обязанностями*. Иначе говоря, мы жертвуем своими *потребностями* во имя *обязанностей*, поскольку не знаем, что такое

личная потребность в свободе и что такое принудительное рабство.

В последнее время подчеркивается **потребность в медитации**. Пришедшая из стран Востока медитация хоть и чужда западному человеку, однако легко перенимается. Медитацию истолковывают по-разному, как и всё на этом свете. Определенно одно: **медитируют с закрытыми глазами**. Это необходимо для того, чтобы одностороннее видение мира не мешало внимать Богу.

Развитое человечество совершенно уверено в том, что хороший тот, кто делает добро другим. Это ошибочное мнение настолько у всех в крови, что когда я в ходе лекции прошу иногда слушателей закрыть глаза, чтобы почувствовать наличие какого-то стресса либо освобождение от него, то мне подчиняется не более 1/10 аудитории. Остальные сидят с недовольными лицами, отбросив маску воспитанности. Люди не верят тому, чего нельзя увидеть собственными глазами. Недоверие есть страх, который повсюду видит принуждение, т. е. *обязанность*.

Кто вносит путаницу в правильную очередность жизни и начинает с того, что делает добро другим, тот в других видит все возрастающее плохое. И когда это становится невыносимым, на помощь приходит тело, которое исполняет желание человека не видеть всего этого. Чем больше человек видит в жизни плохого, чего видеть не желает, тем сильнее у него нарушается зрение. Утрата зрения говорит: *"Дорогой человек! Ты заблуждаешься, но я помогу тебе тем, что ты станешь хуже видеть других, чтобы смог заняться собой. Возможно, тогда ты научишься относиться более благожелательно к другим"*. К сожалению, слепые не желают менять своего отрицательного отношения к миру. Они считают своим правом обязать зрячих хорошо к ним относиться, но когда к ним относятся хорошо, слепые не берут на себя *ответственности* за последствия, ибо они не ведают, что означает *ответственность*.

Чем больше в печени накапливается злоба и гнев на свое бессилие наладить собственную жизнь, тем сильнее болят глаза. Чем ближе критическая отметка зла, тем хуже зрение. Зло есть целенаправленная злоба, или возмездие. Полной утратой зрения ликвидируется в зачатке потенциальное возмездие. Тем самым искупается долг кармы и нового кармического долга не возникает. Следовательно, это - благо.

Если Вы носите очки, то вряд ли согласитесь со мной, поскольку не причисляете себя к злым. Возможно, Вы и правы. Но подумайте о том, как сильно Вы боитесь зла. Чем быстрее у Вас портится зрение, тем больше зла в Вас запрятано, поскольку Вы боитесь дать ему отпор. Вам и неизвестно, сколько Вами накоплено в себе зла. Истину выявляет тело, которое никогда не обманывает.

В данной главе я подчеркиваю слова *ответственность, потребность, обязанность*. Обитающему в нас достойному человеку требуется побольше ответственности и поменьше обязанностей, тогда как обитающему в нас интеллигентному человеку требуются обязанности. Таким образом, каждый из нас нуждается в разных вещах, и оценивать чужие потребности по своей мерке было бы ошибочно.

Страх оказаться виноватым есть чувство долга.

Смелость быть виноватым есть чувство ответственности.

Попросите прощения у своего чувства долга за то, что сделали его своим узником, и начинайте постепенно отпускать его на свободу. Попросите прощения у энергии своих чакр за то, что обязывали себя жить, заниматься сексом, самоуправствовать, любить, общаться, надеяться и верить. Человек, который заставляет себя верить тому, что всё будет хорошо, вынужден разочаровываться, ибо он не поверил своему страху, который говорил: *"Сделай что-нибудь, чтобы тебе стало хорошо. Не начинай с благого физического поступка, а измени свое отношение - это и есть наивысшее деяние. Тогда тебе не придется разочаровываться ни в себе, ни в других, ни в Боге. Не жди, чтобы тебя научили другие. Надейся на себя, и ты обретешь все, что тебе нужно. Ошибки прошлого, беды и несчастья станут тебе понятными и смогут тебя покинуть - их поучительная роль завершилась. Впереди ждут новые уроки"*.

Конфликт с самим собой

Часто мы стоим перед выбором: быть или не быть. Сомневаемся, колеблемся, взвешиваем. Потом машем рукой и принимаем решение. Чаще всего решение принимается необдуманное, ибо нам некогда. Нет времени. Мы надеемся на свое выдрессированное рациональное мышление. Как правило, побеждает соображение, что так надо, ничего не поделаешь и т. п.

Отсюда и начинается конфликт с самим собой.

Вместо того, чтобы пуститься бегом, человеку всегда следует остановиться и изменить свое отношение к тому, какой пройдет дистанцию. Отдел не отвертишься, и человек худо-бедно все равно справляется со всем, что от него требуется. Но при этом важно, как он это делает, с какими мыслями.

Определяющее значение имеет отношение к деятельности.

Конфликт с самим собой является проблемой бытия.

Угрозу для бытия составляет только желание. Желание есть жажда наживы. Хочу - это страх не получить того, что мне хочется. Не хочу - это страх получить то, чего я боюсь. В любом случае желание оборачивается тем, чего

бояться - плохим. Если человек желал малого блага, то оно приходит сразу, и сопутствующее ему малое плохое может остаться незамеченным. Большое благо приносит большое зло. Желание очень большого блага обычно исполняется не сразу, и плохое успевает вырасти. Радость от малого блага обычно затмевает грусть из-за малого плохого, а с большим дело обстоит наоборот. Этот урок пытается втолковать человеку, что **бытие первично, а обретение вторично**. Если происходит наоборот, то бытие гибнет. Без бытия приобретение становится бессмысленным.

Ребенок появляется на свет уравновешенным и рассудительным, то есть его не отягощает бремя этой жизни. Он подобен книге с белыми страницами, заполнять которую начинают родители. Увы, в очень многих случаях книга, предназначенная для долгой жизни, оказывается заполненной уже к моменту рождения, и в момент рождения приходится ставить точку. И книга закрывается... Груз родительских желаний стал оседать в сердце ребенка с первых минут жизни эмбриона, и в какой-то момент этот груз подавляет волю к жизни и останавливает биение сердца.

Рассудительность есть житейская мудрость. Она составляет совокупность мудрости, усвоенной в предыдущих жизнях. Житейскую мудрость нельзя доказать как тезис. Она просто есть, являя собой почву, в которую попадает семя мудрости нынешней жизни. Глубина посадки семени в почву определяет рост растения. Кто абсолютизирует школьную мудрость и ни во что не ставит житейскую, тот как бы высаживает семя на самую глубину и засыпает почвой. Но если слой земли слишком толстый, то семя гибнет, поскольку не в силах пробиться наверх. Такая незадача говорит о том, что житейская мудрость является основой всякой мудрости, и это нельзя забывать. *Она не должна быть - она есть.*

Если ребенок мог бы выучить уроки, перешедшие из его предыдущих жизней, то он мог бы быть в своем бытии. Но ему приходится решать проблемы своих родителей, которые те не способны решить сами при всем их большом уме. Если бы родители знали, что эмбрион более рассудителен, чем они, ибо его рассудительность пока еще не перекрыта страхом ума, то они сообразили бы доверить ребенку свои проблемы, и ребенок принял бы их признание как усвоенную мудрость. Ему не пришлось бы болеть, чтобы болезнью вразумить родителей, и его потребности не обратились бы обязанностью учить своих родителей, ибо родители иначе не понимают. Теперь он *обязан* делать то, за чем явился на свет как за *потребностью*. В дальнейшем его потребности все более подавляются родителями, поскольку ребенку положено исполнять волю родителей.

Развитие означает возрастание рассудительности. На каждой ступени развития дети всегда опережают родителей, чтобы передать им необходимую рассудительность. Рассудительность есть идеал, который следует давать потихоньку, иначе получатель не осознает его ценности. Так хорошее может обернуться плохим. Дети это знают, потому никогда не перебарщивают. Попробуйте осмыслить, отчего младенец никогда не переедает. Если же

родители - максималисты, то переедает, но тут же извергает из себя излишки. С возрастом он также становится максималистом, все чаще требуя яств повкуснее, что само по себе и особенно в таких количествах вредно для его здоровья. То же относится к одежде и игрушкам.

Посмотрите, сколь велика у ребенка *потребность делать все самому* и сколь естественным становится с возрастом его *желание, чтобы жизнь была хорошей*. Страх, что другие не дадут ему самому наладить свою жизнь, перерастает в убеждение, будто жизнь должна быть хорошей. Причем это представление считается настолько нормальным, что большинство людей никогда не задается вопросом: "*Кто должен это делать? Какими средствами это делается?*" **Испуганный человек думает, но не рассуждает.** Ему всё некогда. В итоге **надежда сменяется безнадежностью.**

Представление, будто как есть, так и будет, является безнадежностью.

Жизнь - это постоянное развитие. Что бы ни казалось окончательным, в следующий миг оно уже меняется. Так, человек может считать, что у него все распрекрасно, и об этом заявлять, не подозревая, что все может стать еще лучше. Он не догадывается, что выражает свою безнадежность.

Безнадежность является негативностью, и она должна обучать, ибо незрячий человек в этом нуждается. В равной степени безнадежность свойственна и тому, кто говорит, что он знает, что его не любят и что ничего тут не поделаешь. Посмотрите на детей, и Вы увидите, что исходящая из сердца потребность в примирении разрешает самую безнадежную ситуацию. И лишь умный взрослый глупец сидит сложа руки, раскиснув от безысходности.

Косность суждений исключает всякое прощение. Категорическое непощение есть злонамеренность.

Детская рассудительность состоит из двух взаимоуравновешенных частей: мужской - способности видеть незримое и женской - способности чувствовать незримое. Ребенок готов научить взрослого видеть и воспринимать таинственную невидимость, однако взрослые не воспринимают всерьез его рассказы. Умным взрослым невдомек, что **в давние времена взрослые обладали способностью видеть невидимость**. Но с тех пор, как они возмечтали заполучить себе безграничные богатства Всеединства, перед людьми опустилась черная стена корыстолюбия с тем, чтобы люди шарили впотьмах и в слепоте, постигая разрушительное воздействие своей алчности. Надеяться на счастье - то же, что идти на ощупь во тьме. Кто верит собственным ощущениям, тот движется в верном направлении и достигает своего счастья. Кто опирается лишь на знания, тот уподобляется играющему в прятки, от которого добыча ускользает.

Когда желание иметь сменится потребностью быть, то стена, разделяющая духовный мир и мир физический, устранился вверх, и людям вновь откроется невидимость, чьи неисчислимы удивительные ценности уже не будут вызывать у них жажды наживы, поскольку умный человек научился рассудительности в школе жизни. Его знания способствуют реализации

познания. Эмоциональное "слава Богу" заменяется прочувствованной благодарностью Богу как Всеединству.

Сейчас мы еще не умеем быть, а умеем хотеть, получать, требовать.

Если ребенку, занятому своим делом и испытывающему в этом потребность, сказать, что он должен это делать, то у ребенка пропадает желание, ибо он ощущает себя подневольным. Так делать нельзя. Если родитель осознает, что своим приказом он дал маху, и, желая исправиться, начинает сулить вознаграждение за сделанное, то ребенком будет двигать корысть. Допущена вторая ошибка. Кто получает конфету, тот привыкает получать конфеты. Кто зарабатывает похвалу, тот привыкает к похвалам. Кого балуют эмоциональной любовью, тот привыкает к этому.

Но жизнь меняется, преподнося уже иные уроки. В изменившейся ситуации ребенок уже не получает того, чего хочет. Протест тем сильнее, чем больше и чем дольше ребенок привык получать. Поэтому многие дети уходят из дома, выражая тем самым недовольство вынужденной новой ситуацией. Дети не могут, а потому не желают приспособиться к новому. Они - юные старики, жадно цепляющиеся за то, что привыкли получать. Наиболее страшной является ситуация, когда ребенок настолько цепляется за мать, что вынужденная разлука равнозначна смерти. Мать плачет дома, ребенок плачет вдалеке, а в результате развивается болезнь крови.

Чрезмерно хороший дом вызывает чрезмерно плохое отношение к миру, недоверие к другим людям. Коротко говоря, слишком хороший дом - это слишком плохой дом. И в материальном смысле, и особенно в эмоциональном. Подлинное хорошее никогда не бывает чрезмерным. Каждый должен сам ощутить грань. Но если возникают страхи за детей либо родителей, то уже слишком поздно.

Зачастую дом бывает особенно хорошим потому, что ребенок плохой. Хорошим может оказаться кто угодно, стоит лишь ему назвать другого плохим. Иной ребенок послушен до неестественности, а его хороший и умный родитель не перестает жаловаться на него своим знакомым: "Ах, он у нас такой плохой!" Страх оказаться плохим приводит к тому, что ребенок становится плохим. Он пытается мужественно противостоять невзгодам и зарабатывает злокачественную опухоль. Чем больше его пугают тем, что все увидят, какой он плохой, тем быстрее злокачественный процесс распространяется по всему телу, ибо всех чужих ребенок воспринимает как врагов. Страх перед плохими людьми, которые могут причинить много зла, запечатывает детские уста. Ребенок, бегущий от жизни, не станет делиться даже с собственной матерью, так как боится опять услышать от нее, что он плохой, раз плохо думает о других. **Наибольшую опасность для здоровья представляет молчаливая враждебность.**

Ребенок желает верить своим любимым родителям. Если ребенок относится к чужим со страхом и недоверием, вцепляясь со злым выражением лица в материнский подол, значит, таково отношение к чужим в его семье. Враждебное отношение к чужим людям передалось ему от родителей, и ребенок чувствует, что он обязан защитить свой дом. Возможно, таким

способом родители воспитывают в ребенке должную любовь к себе. У взрослого собственный разум и свое критическое отношение. Поэтому раковая болезнь у взрослого дает метастазы медленнее и не столь взрывчато, как у подростков и детей. Метастазы образуются в зависимости от образа мыслей больного. Если человек любого возраста совершает плохой поступок, а ему говорят: "*Ты плохой*" (не поступок плохой, а человек), то он обижается и ощущает себя несчастным. И с каждым разом все больше. Желание сделать человека хорошим посредством плохого обречено на неудачу.

Никакое хорошее не оборачивалось бы плохим, если желание превращалось бы в потребность.

Огромное число детей и подростков находятся сегодня в кризисе бытия. Они гораздо более разумны и самостоятельны по сравнению с детьми, родившимися пару десятков лет тому назад, то есть по сравнению с родителями. Это означает, что они уже при рождении являются личностями и потому не выносят принуждения, приказаний, не выносят, когда их ставят на место. В ребенке возникает протест: зачем вообще жить, если все равно тебя ставят на место, как вещь, - как ставят в угол комод либо пешку на шахматную доску. Он не может с этим смириться. И если детский протест и стремление к свободе встречают превратное понимание, воспринимаясь как простое упрямство и злонамеренность, то ребенок уходит в потусторонний мир, где его личности ничто не угрожает.

Жизненный путь усеян преградами и трудностями. Кто через них перешагивает, кто обходит их стороной, кто проползает снизу, кто - сверху. Мало кто останавливается, чтобы осмыслить сущность препятствия и вступить с ним в душевное единение. Чтобы понять, что живой человек и считающееся неживым препятствие составляют одно, ибо оба состоят из энергии любви.

Человек, который говорит себе: "*Я должен!*", вскоре непременно заявит: "*Не хочу!*" Неважно, произносится это тихо или громко. Человек, который говорит другому: "*Ты должен!*", рано или поздно встречает сопротивление: "*Не хочу!*" За принуждением всегда следует протест. И тогда человек говорит, что протестующий - плохой. Так рождается несправедливость.

Привычное "должен" означает, что человек действует из чувства долга. Это - вынужденное положение, делающее нас узниками чувства долга. Нам же нужна свобода. **Ощущение потребности и есть свобода.** Человек может знать и сознать, ибо понимает, знания - вещь прекрасная, но этого недостаточно. Нам нужны ощущения. **Ощущение - это узнавание знания в своем сердце.**

Уровня ощущений можно достичь мыслительной работой. Кто понимает, что существует нечто, превышающее человеческий разум, тот ищет это нечто. Настает такой момент, когда он сердцем ощущает *потребность* в том, что раньше воспринимал как *долг*, и постигает различие этих понятий.

Человек желает быть хорошим, желает делать добро. Например, человек жаждет поделиться тем, что у него есть. Следует ли помешать ему? Ведь ничего плохого в этом как будто нет. А вот и есть. Желание само по себе -

плохо. *Чем сильнее* становится желание отдавать, тем более Вы наталкиваетесь на нежелание людей принимать предлагаемое Вами хорошее. Не забывайте, что чрезмерное рвение есть выслуживание любви. У всего должен быть предел, его нужно ощущать. Ваше желание оборачивается для берущего обязанностью принять то, что Вы даете. Положим, что Вы желаете дать своему ребенку как можно больше благ с тем, чтобы ребенок осознал, какой Вы хороший родитель. Но ребенок явился на свет, чтобы и самому что-то сделать. Он *боится, что за него все сделают другие и сам он окажется не у дел*. Поскольку детям внушают, что они обязаны слушаться своих родителей, то они вынуждены это делать и делают, но ни той, ни другой стороне радости это не доставляет.

Человек получает то, чего боится. Вы делаете все для того, чтобы у ребенка была хорошая жизнь, и ребенок свыкается с мыслью, что так оно и надо. Так говорит разум, однако душа протестует, и если верх одерживает разум с его обязанностью быть хорошим, то Ваш ребенок заболевает диабетом - болезнью чересчур сладкой жизни.

Кто желает творить добро, тот желает автоматически побыстрее спихнуть с себя свою обязанность, и для этого он начинает срочно реализовать свою цель. Спешить его заставляет страх, поскольку человек боится не получить того, чего хотел. Кто испытывает потребность делать хорошее другим, тот не спешит. Для него цель не имеет значения, а имеет значение сам путь и продвижение на этом пути. Он чувствует, что когда-нибудь все равно получит то, что ему нужно. **Человеческие потребности никогда не бывают слишком большими. А желания бывают.**

Человек, который *желает получить миллион*, вкладывает весь свой ум и знания в разработку плана действий, чтобы как можно скорее выполнить взятое на себя обязательство. Человек охвачен одной-единственной целью и не видит ничего вокруг. И если план не срабатывает, человек ощущает себя несчастным. А если срабатывает, то человек сразу начинает помышлять о втором миллионе - радоваться своему счастью он не умеет. Любовь как потребность он отодвигает до лучших времен.

Человек, который испытывает *потребность в миллионе*, точно так же составляет план действий, однако не торопится. Потребность открывает человека для любви, которой он не стесняется поделиться со всеми. Каждый шаг, сделанный им в сторону цели, уже является для него обретенной ценностью. Миллион приходит не сразу, а постепенно, тогда как сам процесс сопряжен с радостью. Человек не ждет миллиона в назначенный день - он уже обрел свой миллион. В итоге же он в любом случае получает больше, чем планировалось. У такого человека всегда есть что отдать.

Как можно сказать о предстоящей неприятной работе, что я испытываю в ней потребность? Как можно сказать о ситуации, которая вот-вот случится и принесет мне много страданий, что я испытываю в ней потребность? Как можно о внушающем ужас событии сказать, что я в нем нуждаюсь? Как

можно глядеть на несправедливость и говорить, что я испытываю в ней потребность? Какая тут потребность?! Вынужденность! Все мое естество протестует, хочет убежать куда глаза глядят, дать отпор, а мне твердят, и я твержу себе, что так надо и иначе никак невозможно. Надо! Надо! Надо!

В том-то все и дело, что всегда можно иначе. Ошибочное отношение начинается со страха. Кто боится, тот видит все прямо противоположно своей истинной потребности. Чтобы меньше бояться, человек сдерживает свои страхи, но это не помогает. Вопреки ожиданию, страхи усиливаются, покуда не возникает злоба. Так видимое приятное оборачивается неприятным. Протест против неприятного является естественным.

Возьмем в качестве примера одну очень неприятную ситуацию, к которой все относятся со страхом, если не с ненавистью. Вы просыпаетесь утром от зубной боли и обнаруживаете, что щека распухла. Надо же, какая напасть, причем в самое неподходящее, самое неприятное время! Ну да, зуб-то сломанный, и его лечение откладывалось из-за нехватки времени, но надо же ему было воспалиться именно сейчас! Вы понимаете, что иного выхода нет, как сегодня же удалить зуб. Надо. О чувствах мы говорить не будем.

У Вас лично, а также у Ваших родных и знакомых было достаточно проблем с зубами. Поэтому в Вас запрограммирована уверенность, что раз так, то надо, и точка. Что тут рассуждать? Дело за стоматологом. Иного выхода все равно нет. А о том, что у Вас всего 32 зуба, из которых от некоторых осталось лишь неприятное воспоминание, Вы в порыве отчаяния не думаете.

Если же Вы сейчас, оказавшись в безвыходной ситуации, диктующей лишь одно решение, впервые возьмете тайм-аут и скажете себе: *"Если никак нельзя, то как-нибудь да можно"*, - то как-нибудь и сможет. Прежде чем бежать к зубному врачу, скажите себе: *"Я не ДОЛЖЕН идти удалять зуб. Удалить зуб - моя ПОТРЕБНОСТЬ"*. Возможно, Вы сейчас рассердились на меня, и Вам хочется крикнуть мне в ответ: *"Господи! К чему эта заумь, если зуб все равно придется удалять!"* Успокойтесь. Разница большая. И даже очень.

Своим образом мыслей Вы предопределяете ход процедуры и результат. Ведь это не чей-то там зуб, а Ваш. Удаление зуба не просто - дернул и все. Это медицинская операция, при которой у Вашего тела удаляется необходимая его часть. Операция может протекать без осложнений либо с осложнениями. Осложнение может быть легким, а может и тяжелым. Своими мыслями Вы воздействуете на поведение своего тела и на руку врача. Потом врач не скажет, что неудача - это его вина. Он скажет: *"Если бы я знал, что у Вас такая слабая челюсть, то я сделал бы иначе. У меня возникло подозрение, но я не поверил. На вид Вы человек сильный и крепкий"*.

Ошибка врача состоит в том, что он позволил Вашим страхам заблокировать свое восприятие. Ваши страхи заставили врача торопиться, чтобы побыстрее избавить Вас от боли. *"Ну, это - мелочь"*, - успокаивали Вы с врачом друг друга. Позже оказалось, что пустяк - понятие относительное. Нет смысла винить врача. Следует уяснить: мой зуб - моя проблема. А что врач позволил себе поддаться Вашим страхам - это его проблема.

Так выглядит один из черных сценариев. В Вашей власти сделать его белым.

Итак, Вы стали убеждать себя в том, что зуб необходимо удалить. Убеждение чередуется с протестом: *"Я должен, потому что необходимо"*. Чем дольше Вы сами с собой говорите, тем больше успокаиваетесь. Затем как-то само собой произносите: *"Мне это нужно, нужно. Конечно, нужно"*. Хоть в этом и слышны нотки грусти из-за необходимости подчиниться, однако восприятие уже изменилось. Вы достигли стадии любопытного сопоставления понятий "должен" и "нужно". С удивлением и со смехом Вы говорите себе: *"Представь себе! Я нуждаюсь в удалении зуба. Смешно"*. В какой-то миг Вам хочется втянуть голову в плечи и исподтишка поглядеть по сторонам - не видел ли кто, однако чувство облегчения сняло и это напряжение. Далее звучит уже более уверенное: *"Мне нужно"*. И через мгновение: *"Мне действительно нужно"*.

Вы отправляетесь в поликлинику, продолжая беседовать с собой. Заходите в кабинет. Врач осматривает Ваши зубы и со знанием дела говорит: *"Нет, этот зуб удалять не будем. Зуб крепкий, будем лечить. Это в Ваших же интересах"*. Вы пытаетесь объяснить, что щека распухла и поди знай, чем это грозит. В прошлый раз вон какая была морока. Врач глядит удивленно и с недоверием переспрашивает: *"Опухла? Не вижу никакой опухоли"*. Зеркало подтверждает слова врача - опухоли нет, прошла за пару часов. Почему? Потому что Вы уже не тот человек, что были раньше, - беспомощный, идущий на поводу у обстоятельств, распираемый печалью.

Вы ощутили возможности свободного выбора и сделали первый шаг на пути их использования. Врач занимается лечением Ваших зубов, а Вы в то же самое время занимаетесь освобождением тех стрессов, которые приходят к Вам в данный момент в голову. Между делом Вы пытаетесь втолковать себе, насколько Вы нуждались в подобном испытании, поскольку иначе Вы никогда бы не научились общаться с собой. Врач поражается тому, что Вам не больно. Вы же не удивлены, ибо знаете почему. Боль - это плененное чувство. Вы же перестали быть стражником чувств.

Выразителями чувств являются эмоции. Если Вы уясняете себе, что Вам требуется данный негативный опыт в качестве урока, который ранее никак не усваивался, и требуется по таким-то причинам, то негативность превращается в позитивность. Всё становится лучше. Вы радуетесь, поскольку всё ведь и **ДОЛЖНО** быть хорошо. Запомните - всякий раз, когда произносится слово "должен", что-то не так. **Не должно быть хорошо, а мы нуждаемся в хорошем.** В истинно хорошем. Различие между этими понятиями становится ясным, лишь когда мы пытаемся их прочувствовать и применить на деле. Иному это удастся за пару минут, иному - за пару часов. Кто не желает научиться этому, тот нуждается в страданиях и еще не скоро выучится.

Поговорим также об общении с хорошим.

Мы считаем, что мы знаем, что есть хорошее, и потому страдаем от

чрезмерного хорошего. Есть много хороших вещей, лучшим из которых считается сон. Однако кто перебарщивает со сном, тот просыпает жизнь впустую. Во сне человек живет для себя. Кто слишком много живет для себя, тот боится *единения с кем бы то ни было*. Излишний сон являет собой бегство испуганного человека от реальности.

Сладкое - это хорошо. Все вкусные блюда хороши, но у каждого человека свое предпочтение. Чревоугодие представляет собой наиболее понятный вид перебарщивания, последствия которого, видимые на глаз, наилучшим образом иллюстрируют философию жизни: **чем лучше, тем хуже**. Скопившаяся злоба вынуждает налегать на еду. Человек ощущает, что ему хочется есть. Непреодолимое желание вызывает вынужденное положение, и человек чувствует, что он должен поест.

Любое желание - это проблема жажды наживы. **Совершенно уравновешенный человек ничего не желает - он испытывает потребность**. Поскольку большинство людей в большей или меньшей степени неуравновешены, то мы умеем лишь желать или не желать. **Кто желает, тот требует. Жажда наживы и сверхтребовательность подобны чашам весов, которые нуждаются в постоянном уравнивании** и в верхнюю, т. е. более легкую, чашу которых что-нибудь докладывается. Вместо того, чтобы убрать *лишнее* с нижней чаши. Поскольку же спешащий человек не знает меры, он непременно бросает на верхнюю чашу больше, чем нужно, и более легкая чаша превращается в более тяжелую. Затем к верхней снова добавляется довесок, и она опускается вниз. Полегчавшую чашу *вновь следует утяжелить, потому что так надо*. Это продолжалось бы до бесконечности, если бы чаши не наполнились. Однако они наполняются, но хочется еще больше. Жажда наживы сама по себе не проходит, ею нужно заниматься.

Если Вы, страдая от избыточного веса, садитесь на диету и говорите себе: "*Надо, потому что необходимо*", то Вы совершаете над собой насилие. Ваше старание не даст желаемого результата. Скорее всего, Вы прибавите в весе либо заболите как-то иначе. Разумнее было бы уяснить для себя, в чем Вы нуждаетесь и в чем не нуждаетесь.

Растолкуйте себе спокойно и не спеша, что:

- сейчас я не нуждаюсь,
- в этом я не нуждаюсь,
- в таком количестве я не нуждаюсь.

И Ваш непомерный аппетит улетучится без следа. Это значит, что Ваше тело готово к выдаче излишков из своих запасов. Всякий раз, когда Вы испытываете раздражение и рука по старой привычке тянется к съестному, спросите себя: "*Нуждаюсь ли я в этом? А может, мне захотелось подпитать свои стрессы?*" Практически сразу Вы почувствуете, что аппетит пропал. Если

поверите собственным ощущениям, то поймете, что подпитать стрессы и тем самым их подавить Вы захотели именно в тот момент, когда они полезли наружу. Вы откладываете кусок в сторону и тем самым даете стрессам возможность идти своим путем, ибо и они тоже нуждаются в свободе.

"Хочу" - это жажда наживы.

"Не хочу" - это протест.

"Нуждаюсь" - это свобода.

"Не нуждаюсь" - также свобода.

Спросите себя: *"Нуждаюсь ли я в мясе? В молоке? В рыбе? В яйцах? В картофеле? В свекле? В моркови? В капусте? В яблоках?"* И так далее. Задайте тот же вопрос относительно заморских фруктов и овощей. Прочувствуйте ответ тела, и Вы откроетесь себе с совершенно иной стороны. Ваш вкус изменится. Например, Вы перестаете есть мясное, и Вас вдруг потянуло на пряную пищу. Это означает, что злоба, которую Вы усиливали в себе мясной пищей и которую вдобавок прикрывали потреблением постного мяса, желает выйти наружу, опираясь на пряности. Не нужно бояться, что теперь Вы сделали примитивным крикуном. Ведь Ваш разум контролирует Вас. Вы сможете с куда меньшими усилиями освободить свою злобу. Выправится общение с людьми, так как теперь Вы в состоянии высказать без злобы то, что раньше держали, стиснув зубы, при себе, но что требовало выхода.

Вас удивительным образом перестает тянуть на нечто "эдакое", особенное, на поиски чего прежде затрачивалось немало времени и сил, однако и самые изысканные яства не доставляли удовлетворения. Теперь же Вы с удовольствием едите самую будничную пищу, из которой тело с оптимальной полнотой усваивает все необходимые Вам витамины, минералы и прочие жизненно важные компоненты. Вся пища идет теперь впрок. У Вас пропадает охота к экзотическим фруктам и возникает тяга к местным плодам.

Ясно, что необходимо постоянно следить за своими мыслями, словами и поступками, если мы намерены себя изменить. *Мы не должны этого делать, это - наша потребность.* Советую Вам начать отслеживать слово "должен". Поначалу будет нелегко, но затем это превратится в веселую забаву, которая не помешает другим делам. Улавливая это слово в чужой речи, Вы поймете, как много люди совершают ошибок. Если Вас это беспокоит, то постарайтесь понять, почему Вы нуждаетесь в этой обеспокоенности. Не понимаете? Если не поймете сразу, то так себе и скажите: *"Сейчас я не понимаю, почему я нуждаюсь в обеспокоенности из-за чужих стрессов. Вероятно, для того, чтобы извлечь урок. Когда-нибудь да непременно пойму"*.

Есть люди, у которых отсутствует аппетит и которые принуждают себя принимать пищу. **Рост страха вплоть до утраты вкуса к жизни вызывает болезненную потерю аппетита.** Если болезненно худой человек перестанет

питаться в принудительном порядке, а спокойно растолкует себе, что он не обязан есть, а нуждается в еде, то у него возникнет аппетит к тем продуктам, в которых он нуждается. Неестественное насильственное питание заменяется естественной потребностью в пище.

Здесь будет уместно повести речь и о жевательной резинке. Ее жуют в школе и в церкви. Разве что не жуют во сне. Когда на прием ко мне приходит жующий резинку пациент, я прошу его прекратить это занятие, ибо **когда у человека работают челюсти, мозги у него не работают**. Жвачка успокаивает нервы тем, кто неудачен в жизни. И злит тех, кто никак не желает дать роздых своим мозгам.

Жевательная резинка рекламируется как средство от кариеса, и это правильно. Но верно и то, что если человек не думает, то он не может враждебно относиться также и к мудрости, не дающей ему того, чего он желает, и у такого человека зубы в порядке. У животных зубы здоровые, потому что они не думают. У примитивных людей зубы здоровые, потому что они желали бы выучиться и поумнеть. Они преклоняются перед людьми образованными. А образованные принуждают своих детей учиться, чем вызывают у них ненависть к учебе и всякого рода умникам, навязывающим свои знания. Больные зубы являются выразителем этой ненависти. Жевательная резинка помогает человеку, переполняемому протестом, оставаться интеллигентным и не срываться на крик, подобно дикарю.

Кто способен убедительно втолковать себе и детям, что человек не должен учиться, не должен умнеть, а что мы все нуждаемся в школьной мудрости, которая позволяет нам идти по жизни более безболезненно и целесообразно, тот не станет тратить деньги на жвачку. Если бы Вы увидели показания аппарата, измеряющего движение биоэнергии человеческого тела, в тот миг, когда человек сует в рот жевательную резинку - а эти показания - бац! - и моментально падают до нуля - то от одного страха у Вас пропала бы на время охота ее жевать. А если запрещать, то охота возрастает.

Так, заменяя вынужденное положение потребностями, можно изменить свое отношение также и к людям, животным, растениям, обстоятельствам и к жизни в целом. Поверьте, это лишь кажется поначалу трудоемкой и отнимающей время работой. На самом деле Вы сэкономите в десять раз время, силы и деньги.

Многие спрашивают: "**Почему мне стало хуже, когда я стал заниматься прощением?**" Или: "*Прежде я был здоров, а начал заниматься прощением и заболел. Почему?*" Потому что Вы сказали себе: "*Я должен простить, иначе что-нибудь да произойдет*". Ваш ум напомнил Вам про обязанность, и прощение легло добавочным грузом на Ваши требовательные плечи. Обязанность крадет Ваше ценное время, которым Вы распорядились бы с гораздо большей пользой.

Человек не должен прощать.

Человек сам нуждается в том, чтобы прощать.

Прежде чем Вы начали заниматься прощением, Ваши стрессы походили на незаметно растущую гору, которая никого не беспокоила своим существованием и ростом. Вы *привыкли*, ибо так и должно быть. Ведь все так живут. А что всякая гора когда-нибудь да превращается в вулкан, в это Вы ни за что не поверили бы, скажи Вам об этом некий умный человек. Вы-то знаете, что для превращения горы в вулкан требуется непомерный срок и что Вас это не касается. *Умный человек без надобности не углубляется в смысл сказанных слов.* А если надобность, она же потребность, не сиюминутная, то она и не замечается. Человек же рассудительный сразу схватывает как сиюминутный смысл сказанного, так и его значение для будущего.

Дай умному рассудительности, т. е. житейской мудрости, и он скажет, что это глупость. Но дай рассудительному мудрости, и он скажет: "Вон какая ценная вещь!" Рассудительный всегда распознает ценность сердцем. Его не надо ни в чем убеждать. Для умного же приходится в отношении всего мастерить деревянную болванку и раскрашивать ее в яркие цвета, поскольку он скептик и сам так делает. Иначе он не доверяет даже своему собственному уму. Но уму и нельзя доверять. Кто доверяет вслепую, тот расшибается лбом о стену глупости, что таит в себе ум.

Кто желает быть очень рассудительным, тот сильно обижается, если в его рассудительность не верят, поскольку он не понимает, что желание быть рассудительным является страхом "я не рассудителен". Кто желает быть рассудительным, тот таковым не является. Кто очень желает, у того сильно недостает рассудительности. По-настоящему рассудительного человека недоверие не обижает. Он и без того чувствует, что ему не доверяют, и без того знает, почему ему не доверяют. Но, несмотря на это, он продолжает молча делать свое дело, не беспокоя других. **Кто обретает рассудительность, тот обретает веру в жизненную истину и ощущает, как в плодородной почве рассудительности прорастают зерна мудрости.** Он сознает, что лишь так мудрость становится незыблемой.

Человек не должен быть хорошим, не должен делать добро, не должен убивать, если хочет убить. Но он в этом нуждается. Очень нуждается. Нуждается для себя и для других. Нет такого человека, чье сердце утверждало бы обратное, но ум подчиняет сердце разуму, и счастье оборачивается несчастьем.

Умный считает себя вправе требовать, чтобы все говорили правду, ибо считает себя честным. Сам же он правды не выносит. Он обучен изъясняться ясным языком и сердится, если кто-то говорит с намеками и экивоками. Он не замечает того, что сам избегает неприятного разговора, поскольку будет ощущать себя плохо, если обидит собеседника. Откуда он знает, что

собеседник может обидеться? Он это чувствует. Однако он знает, что чувства - это как бы ничто. Вот и возникает парадокс - нечто, чего не существует, действует, как затычка, и в некий момент бочку разносит в щепки. *Ум не верит ощущениям* - он требует материального доказательства. *Ум не позволяет почувствовать*, что совершенная истина есть молчание. *Ум не желает знать, что молчание дает возможность ощутить бытие.*

Знание автоматически порождает обязанность.

Чем человек умнее, чем больше он узнает о мире, тем больше навлекает на себя лишений и бед. Умному говорят: *"Ты умный, ты знаешь, ты умеешь, ты должен помочь!"* и он ощущает себя обязанным помогать. Умный человек выжимает из себя последнее, постоянно изобретает новые машины, материалы, подручные средства, системы и т. п., чтобы жизнь сделалась лучше. Однако сверхтребовательный мир, рассчитывающий на чужой труд, не удовлетворен. В момент усталости все тот же ум говорит: *"У тебя нет ни времени, ни сил, ни денег, чтобы осчастливить всех страждущих"*. Страх оказаться виноватым в чужих бедах обязывает человека до такого состояния, что он начинает валиться с ног под бременем чувства долга. Если к человеку вовремя приходит рассудительность и говорит, что у каждого своя жизнь и свои тяготы, которые ему необходимы, то ум говорит: чем меньше знаешь о других, тем тебе легче.

Поэтому каждый, кто испытывает стрессы, ради душевного спокойствия начинает избегать новой информации, новых сведений, что взывают к чувству долга. Он отказывается от радио, телевизора, газет, предпочитая общаться с природой. Сторонится родственников и друзей, которые, как водится, не перестают говорить о своих заботах и о том, как бы кто-нибудь взял да и уладил все. Умный человек чувствует, что речь идет о нем, и становится отшельником, предпочитая общаться с самим собой, однако отказывается называть это страхом. В лучшем случае называет одиночество самозащитой. Любознательность и тяга к знаниям мало-помалу заменяются отстранением, подчеркивающим солидность человека. Но поскольку человек продолжает ценить ум превыше всего, то ему и неведомо, что чувство долга и чувство ответственности - это две стороны одной медали. Отказ от чувства долга оборачивается усилением чувства ответственности.

Каждый старается справиться с грузом обязанностей так, как умеет. Кто взваливает груз на плечи, кто обременяет им сердце, а кто - разум. Кто не освобождается от обязанностей, тот истощается как духовно, так и физически. Тупое равнодушие хоть и может служить хорошим средством самозащиты, однако если посмотреть на ребенка такого человека, ребенка, который не в силах справиться с жизнью, то возникает чувство беспомощности. Закрытое для чувств юное создание, дитя родителей с закрепощенными эмоциями, не в состоянии сформулировать свои потребности, и если за него это делает другой, то лишь спустя три дня до

него "доходит". Рациональное мышление у него, возможно, и быстрое, но интуитивная сторона перекрыта.

Такие люди не могут любить. Они знают, что нормальный человек должен любить, но противоположный пол их не волнует. Путая любовь с сексом, они ищут свое подобие и находят его в человеке одного с ними пола. Всё как будто в порядке, поскольку они считают, что они удовлетворены. Мешает лишь знание, что заниматься сексом следовало бы с противоположным полом. Они не чувствуют, что спасаются бегством от противоположного пола, ибо у них нет сил на новые обязанности. В роли их партнера оказывается тот, кто совершил бегство, выбрав роль противоположного пола. Распределение ролей зависит от того, какими были взаимоотношения между родителями и чью сторону ребенок занимал. Страх может обратить человека в бегство, а может заставить униженно искать защиты.

Решительная и требовательная мать может, например, сделать сына очень покорным и женственным, отвращая его от себя и тем самым от женского пола. Если же умный и замкнутого нрава отец берет сына под свое крыло, то сын может сделаться женской половиной в гомосексуальной половой связи. А если отец враждует с матерью, то сын становится мужской стороной в гомосексуальной половой связи. Роли лесбиянок распределяются по прямо противоположной схеме. У всех этих людей прекрасные знания, также и знание потребности скрывать свою проблему, однако отсутствует ощущение потребности.

Ум дает знание. Из знания вырастает обязанность.

Рассудительность есть прочувствованность. Из прочувствованности вырастает ответственность.

Каждый человек обладает как умом, так и рассудительностью. Проследите за своей речью либо запишите свои мысли на бумаге - там, где встречается слово "должен", в Вас говорит чувство долга, а там, где встречается "нужно", в Вас говорит чувство ответственности. Поскольку Вы - человек со страхами, то и слово "должен" непременно будет преобладать.

Всякий раз, когда Вы произносите "должен", включается разум и начинает рационально, по-умному выправлять некую конкретную ситуацию. А когда Вы говорите "нужно", подключаются чувства и чуть-чуть облегчают бремя обязанностей на сердце. Сердце начинает лучше работать, усиливается кровообращение, а кровь - это любовь, и Вам становится лучше.

Эти слова нельзя просто заменить одно на другое во избежание ошибок. Попробуйте, и Вы увидите, что из этого ничего не получается ни по созвучию, ни по смыслу. Если же изменить образ мыслей, то и слова будут располагаться в новой последовательности. Подобно тому, как направление шагов определяется душой, ею же определяется и порядок слов. Ведь слово -

то же тело, выражающее душу, смысл жизни тела.

Я беседовала на эту тему с одной пациенткой, и та сказала: *"О себе я сейчас и не думаю, но сразу же вспомнила другого человека. Теперь я понимаю, почему у моей коллеги в жизни все спокойно и хорошо. Я никогда не понимала, как можно воспитывать детей без понуканий. Меня и моих сослуживцев иной раз просто коробило от ее извечных "мне нужно" или "моей семье нужно..." Нужно прийти, нужно уйти, нужно принести, нужно отнести, одно сплошное "нужно". А когда мы говорили: "Не хочу", она говорила: "Не нужно". Проблемы-то те же, а слова разные. Ни разу она не сказала "должна", в отличие ото всех. Мы с тревогой размышляли, что за дети вырастут в этой семье, ведь там никакого порядка. Известно же, что без принуждения из ребенка толка не выйдет. А у нее и муж хороший, и дети толковые. Она и не воспитывала их вовсе, а давала возможность расти самим. Мне же остается лишь сокрушаться: "Ну почему я так не сумела?! Тогда и с семьей не было бы проблем, да и сама была бы здорова."*

Прощение из чувства долга подобно тому, как если бы Вы протискивали гору сквозь игольное ушко. Чем быстрее протискиваете, то есть чем выше Ваша сверхтребовательность, тем больше должно вместить в себя игольное ушко. Как же больно должно быть иголке и ее ушку! Так же, как и Вам. Принято считать, что боль - это болезнь. Появление боли у внешне здорового человека шокирует его, отсюда и представление, будто прощение привело к болезни. И он прав. Истина ему не нужна, потому он ее и не ищет.

Человек физически здоров, куда он в состоянии обуздывать

стрессы. А если он больше не в состоянии, то уже и не желает обуздывать и начинает выплескивать стрессы в виде эмоций. Чем выше гора накопившихся стрессов, тем больше лавина, для схода которой достаточно одного маленького камешка, брошенного в огород хозяина. Иначе говоря, *чем выше гора стрессов, тем серьезнее возникает болезнь.* Чем больше и быстрее выводятся наружу стрессы, тем явственнее проявляется болезнь и тем быстрее ее протекание.

Таким образом, незначительные жалобы или незначительные психические нарушения могут таить в себе малую болезнь, как маленькую гору. Однако они могут скрывать и очень серьезную болезнь. Человек, который желает быть сильным, стыдится своих слабостей и обрекает себя на страдания. За значительными жалобами или значительными психическими нарушениями может не быть физической болезни, либо она мала. Душевная мука истеричного человека извергается из кратера вулкана ввысь, словно обжигающая лава, однако от нее не распространяется тепло, ибо отсутствует вера в добро. Душевная мука истеричного человека страшнее любой физической болезни. Подобным же истериком становится и тот, кто страдает от физической беды, если переступает предел выносливости. Это доказывает психосоматическую природу всех болезней, доказывает, что все болезни являются материализацией стрессов.

Если прощение перестает быть желанием разума и становится порывом сердца, то возникает потребность, и гора стрессов потихоньку исчезает, испаряясь в космос. Ей уже не приходится смиряться с тем, что ее прогоняют сквозь строй обязанностей, будто протискивают через игольное ушко, и не приходится больше невольно причинять боль. Не стрессы причиняют человеку боль, а сам человек тем, что держит стрессы в себе. Лук не льет слез, когда его чистят, слезы льет тот, кто лук чистит.

Если человек знает, что он умен благодаря приобретенным знаниям, он относится к своему уму, как к собственности. Корыстолюбивому человеку известно, каким богатством он владеет. С возрастанием ума возрастает и богатство, покуда не наступает предел, и оно гибнет вместе с владельцем.

Ум - это сокровище. Чем больше человек осознает свой ум, тем состоятельнее он может стать. Богатство его и губит, если на выручку не приходит рассудительность. Уходя на тот свет, с собой не берут ни ума, ни богатства. А берут с собой только лишь достоинство - оно же житейская мудрость, или рассудительность.

Ум не есть рассудительность.

А рассудительность есть ум. Ум являет собой крошечную частицу рассудительности.

Человек, превыше всего ставящий ум, может стать очень умным, однако в жизненных кризисах от его ума проку мало. Жизненная истина есть рассудительность, которая может выстоять в любой ситуации да еще вызволить умного глупца из беды.

Рассудительного человека школьная мудрость делает более рассудительным. Умного - более умным.

Сам человек не может ощутить свой ум. Ум можно лишь осознать.

Организуя жизнь с умом, человек помышляет о выгоде и извлекает выгоду - ум и корыстолюбие идут рука об руку. Если ребенку **вдалбливается с помощью однобокой, рациональной мужской логики**, что учиться необходимо, чтобы стать богатым, и что от жизни нужно брать все, что только можно, то ребенок учится и берет, если еще недостаточно настрадался от своих родителей из-за подобного отношения к жизни. Он становится богатым и наслаждается жизнью, однако в какой-то момент душа дает ему знать, что он несчастен. Мужская логика и рациональность достигли той стадии, когда человек уже не знает, что ему желать, чтобы стать

счастливым, - оказавшись в тупике рационализма, человек утрачивает ориентиры.

Ум похвάζεται силой воли, ибо не ведаёт, что **сила воли - это негативность**. Не правда ли, страшно даже подумать, что силу воли необходимо освободить? Как же без нее жить дальше?! Вы с неприязнью относитесь к безвольным, пассивным, бесчувственным, равнодушным и ленивым людям. Вы и не предполагаете, что некогда в прошлом они взрастили свою силу воли до критической черты и сила воли надломилась. "Хочу" заменилось на "не хочу". Началось безучастное прозябание.

Сейчас Вы - хозяин своей силы воли. Она же - Ваш пленник. Ощущаемое Вами усиливающееся напряжение в спине является сигналом о приближении кризиса. Никто не знает, сколь близка невидимая черта страданий. Это можно лишь ощущать. Но если сила воли стала огромной, то она заглушает чувства. Возникает убеждение, что человек может все, что пожелает.

Освобожденная сила воли никуда не исчезает. Поскольку она самодостаточна, то сама осознаёт свое место во Всеединстве. Она может проявляться следом за ощущениями и воздействовать в виде энергии любви самым оптимальным образом. Приступая к освобождению силы воли, Вы очень скоро обнаружите, что из Вашей лексики исчезло "не хочу". В спине появилась легкость, позвоночник обретает гибкость, чувства ярки и безошибочны. Рождается чудо, поскольку сила воли обрела свободу. Желание сменяется потребностью.

Еще встречаются отдельные родители и бабушки, которые учат детей в духе первозданно-женской нерациональности чувствовать природу, животных, облака, сказки и душевную любовь и хранить эти образы в своем сердце с тем, чтобы, оказавшись между жерновами материальной жизни, было откуда черпать душевную силу. Однако умные люди не воспринимают их всерьез. Принудительное обучение музыке - явление, набившее оскомину. Едва ли не каждый ребенок с удовольствием желал бы сам для себя рисовать, петь, танцевать, играть на музыкальном инструменте, так как испытывает в этом потребность. Но если, подметив у ребенка дарование, взрослые с воодушевлением призывают его работать не покладая рук и в итоге стать знаменитостью, то тем самым они вынуждают ребенка стать лучше других, и у него возникает внутреннее сопротивление.

Миру известны вундеркинды, которых родители розгами заставляют с утра до вечера петь, танцевать, заниматься музыкой. У таких детей жизнь коротка. Они бы и сами последовали зову своего сердца и добились бы гораздо большего, если бы их не принуждали. Свободное творчество рождает чудеса.

Кто желает обрести счастье, тому нужно прочувствовать ценность мудрости. Ее невозможно пересчитать на деньги. Это приходит к человеку, когда **корыстное желание жить богато сменяется потребностью жить целесообразно.** Кому придется жить целесообразно, поскольку он беден и не может швырять деньгами, то это не целесообразность, а вынужденное

положение. Бедность - это неумение стать богатым. Кто причину своей бедности видит в богатых, тот никогда богатым не станет.

Богатство исключает целесообразность. И происходит это очень быстро. Стоит лишь бедняку выиграть в лотерею умопомрачительную сумму денег, как он ощущает себя богатым, начинает тратить деньги направо и налево, пока все не спускает. Такой человек не созрел для богатства. Богатый говорит: "*К чему экономить, денег у меня и так предостаточно*". В нынешнем мире деньги делают деньги, и они не кончаются прежде, чем богатый не настрадается с лихвой. Возможно, что страдать придется также и его детям и внукам, покуда все они не усвоят, что такое целесообразность.

Кто ценит целесообразность, тот обретает богатство, которое является истинной ценностью.

Богатство - лишь малая доля ценности.

Богатство видимо, ценность невидима.

Тем самым видимое есть малая доля невидимого.

Спросите себя: "*Что я должен?*" Постарайтесь уяснить, есть ли еще что-либо, что кажется столь отталкивающим, что не позволяет сказать: "*В этом я нуждаюсь*". Необъяснимое "кажется" - это Ваша женская нерациональность, которая не позволяет решительно утверждать невозможность чего-либо. Она рождает сомнение, а сомнение в своей мягкости неспособно перерубить пополам лучик надежды. Мир выдерживает и развивается дальше благодаря подлинной женской нелогичности, нерациональности, поиску компромиссов, иных вариантов, то есть гибкости. Игнорирование либо высмеивание женского мнения, женской рассудительности приводит скептика к тому, что он больно ушибается о собственную угловатость. А женщина, которая становится мужеподобной, угловатой, несет в себе гибель.

Если где-то некая женщина становится угловатой и мужеподобной, то где-то в ином месте некая другая женщина должна стать уравновешивающей ее первозданной женщиной. Чем больше женщин, которые говорят себе, что они должны стать деловыми, тем больше число женщин, которым приходится становиться домашними наседками. Такое положение превращает их в два враждующих лагеря, ибо одни чувствуют свое превосходство над другими, а те - свою неполноценность. Но и те, и другие одинаково сердито думают: "*Почему я должна...?*"

Женщине, выполняющей роль домашней наседки, стать счастливой легче. Если женщина освобождается от мысли, что ей приходится смиряться со своим положением в силу обстоятельств, то у нее пробуждается потребность в

муже, детях, домашнем очаге, и она сможет весьма целесообразно употребить приобретенные знания на благо семьи и при обучении детей. Дел у нее невпроворот, и у нее не возникает ощущения бесполезности полученного образования. Потребность в знаниях дает ей возможность учиться. Такие женщины определяют развитие мира. В их руках будущее. Их мужья не говорят, что жена - дура.

Будущее обитает в сердце женщины и в мозге мужчины. Чувство, что они нуждаются друг в друге, животворно.

Деловые женщины на первый взгляд движут жизнь вперед, на деле же тормозят ее ход, поскольку они обязаны исполнять свою роль, чтобы через самоутверждение ощутить свою независимость. Физической независимостью прикрывается душевная зависимость. Популярному бизнесмену нравятся так называемые современные женщины, и такое предпочтение способствует развитию у женщин мужеподобия. По прошествии лет заблуждение сурово покарает обе стороны. Предощущение грядущей расплаты испытывают все, однако сила денег столь притягательна...

Слово "бизнес" становится все более ругательным, поскольку человек, который отождествляет себя с бизнесом, лишается человечности. Для характеристики иного бизнесмена не находят никакого иного слова, как "делец". Это означает, что человек растворился в бездушном бизнесе, нацеленном на заколачивание денег, и, соответственно, воспринимает других людей лишь как объект бизнеса. Такие люди создают общественное отношение к бизнесу, и это отношение, увы, отрицательное.

Уравновешенные бизнесмены оттесняются ими в тень, поскольку выделяются не доходами, а человеческими качествами. Лишь уравновешенный способен избежать челюстей акул бизнеса. А если разок туда угодит, просчитавшись, то физически не пострадает. Кто бизнеса боится, того акула бизнеса проглатывает, но вскоре выплевывает - пища оказалась непригодной. Побывавший в акульем чреве и признавший себя непригодным для бизнеса получает хороший урок, который пойдет ему на пользу. Но если этот умный человек не желает признавать свою глупость в бизнесе, то он бросается мстить, и его обожаемый бизнес когда-нибудь его погубит. Он не понимал того, что любит не бизнес, а деньги, которые приносит бизнес. Участие в предпринимательстве принято оправдывать тем, что заработанные деньги дают возможность заниматься искусством. К сожалению, человек начинает не с того конца, и потому его творения посредственны. Вместо горячей любви из такого искусства получается лишь тепловатая расчетливость. Такое искусство не пробуждает любви, таким искусством делают бизнес.

Никто не должен любить, однако все нуждаются в любви.

Люди бизнеса, мужчины и женщины, осознают необходимость заботиться о своем теле, ибо от этого тела зависит все. Тело должно быть выносливым, иначе не выдержит. Но жизнь показывает, что, несмотря ни на что, оно-таки не выдерживает и очень быстро изнашивается. **Тот, кто должен любить, у того способность любить пропадает**, независимо от того, что человек считает любовью. Кто любовью считает секс, у того половые органы поражаются настолько, что половая жизнь становится невозможной. Кто проявлением любви считает работу, тот лишается трудоспособности. Кто любовью считает деньги, тот лишается денег.

Чем больше человек принуждает себя, желая доказать всем, в том числе и самому себе, свое превосходство, тем быстрее происходит утрата. А поскольку он материалист, т. е. раб физического тела, то быстрее всего утрачивается способность физической любви. Можно со смелостью утверждать, что среди интеллигентных людей нет ни одного, у кого половые органы были бы совершенно здоровы. Схема такова: воспаление - опухоль - рак. Она же в переосмысленном виде: страх оказаться униженным - печаль из-за невозможности пребывать в своей половой роли - жестокость. Рак подобен ржавчине, что съедает человека, превратившегося в машину. Этот человек пребывает в уверенности, что я тебя хочу и получу то, чего хочу, потому что ты во мне *нуждаешься*. Когда сталкиваются жажда наживы и любовь, физическое тело гибнет, чтобы дух обрел свободу.

А жизнь все ждет, предлагая человеку свою возможность стать нормальным. Всегда возможно - и это доступно каждому - вырваться из губительной карусели без ущерба для работы и жизни. Необходимо лишь изменить свое отношение к себе и своим действиям. Кто любовью считает любовь, тот сохраняет все свои человеческие способности на протяжении всей долгой жизни.

Хорошо, если кто-то этому учит.

Хорошо, если кто-то в этом учении нуждается.

Если Вы пытаетесь уяснить свою потребность, но это никак не удается, то извлеките из себя чувство долга, поставьте перед собой и начните с ним беседовать. Перед Вами длинной вереницей пройдут все те мгновения, когда что-то делалось Вами из чувства долга. Освободите их одно за другим, и совокупное чувство долга уменьшится. Теперь будет легче проявиться насущной потребности, которую Вы прежде не понимали и потому не могли прочувствовать. Прочувствование помогло осознать, осознание помогло прочувствовать. Тем самым Вы совершаете самое благое из всех дел - признаете свою ошибку.

Осознание + прочувствование = признание.

Такова простая арифметика жизни. Арифметические действия являются аналогами житейских действий. Кто выбирает подходящие для себя цифры, тот нормально справляется с жизнью. Кто же для сложения-вычитания житейских истин, чувств начинает использовать калькулятор, тому необходимо капитально что-то менять.

Всякая теория закрепляется на практике. **Особенно быстро учит беда.**

Рассмотрим один практический пример.

У каждого человека порой бывают периоды, сопоставимые с лавиной. Всё стекается в одно время - дела, неприятности, крушения планов, денежные неурядицы, постоянный цейтнот, множество страждущих, ожидающих помощи, и т. д. Хронически не хватает времени. Спокойным оставаться невозможно. В ушах шумит внутренний девятый вал. Вот-вот разразится гроза. Все держатся подальше, чтобы не путаться под ногами, ибо ощущают опасность.

К подобным мини-катастрофам следует относиться как к ценным урокам, чья энергетика аналогична природным катастрофам, которые мы, сами того не подозревая, притягиваем к себе все ближе своей жадной наживы и которые очень многие страны и народы уже на себя навлекли. А некоторые к тому же многократно, поскольку не поняли причины первой беды. Умное человечество отказывается признавать, что все, что с человеком случается, он навлекает на себя сам. Поскольку люди, проживающие в одной жизненной среде, мыслят, за небольшими различиями, принципиально одинаково и потому формируют для себя единый образ врага, то они провоцируют возникновение природной катастрофы, в которой все обрекаются на принципиально одинаковые страдания. Подобные притягивали к себе подобное, покуда общая сумма не притянула подобное в виде бедствия. Различия в мыслях отдельных людей определяют различия и в их страданиях.

Итак, у Вас произошла мини-катастрофа, из которой необходимо выйти без страданий. Это наилучшее время для того, чтобы понять, что я не должен делать того, к чему принуждают, а нуждаюсь в этом. Как только будут возникать гневные вопросы: *"Почему я должен?! Почему именно я, а не другие?! Почему снова я?!"* сразу поправляйте себя: *"Так надо.*

Следовательно, я нуждаюсь в этом испытании. Неважно, что я не совсем понимаю почему, но хорошо, что понимаю, что нуждаюсь в этом. Размышлять долго сейчас некогда, этим я займусь, когда ситуация разрешится. Я знаю, что все эти дела нагромодились на моем пути не случайно. Им известно, почему я в них нуждаюсь, - мне пока неизвестно, но я чувствую, что так надо".

Чем больше Вы успокаиваетесь, тем больше замечаете, что дела выстраиваются по порядку как бы сами собой. Причем выстраиваются самым оптимальным образом. Руки и ноги обретают движения, при которых ничто не валится из рук, ничто не задевается и не раздражает. Телефон звонит в подходящее время, необходимое подручное средство возникает в нужный момент, никакой бессмысленной суеты. Исчезает чувство времени, и все двигается, как на конвейере. Если случается, что требуется делать два дела сразу, появляется кто-то и спрашивает: *"Помощь нужна?"* Вы без стеснения говорите, что нужна, хотя прежде Вы всегда из вежливости отказывались: *"Ну что ты!"* Даже очень рациональный человек, который всегда спрашивает: *"Что я должен делать?"*, теперь с готовностью интересуется: *"Чем я могу помочь?"*

Вы продолжаете заниматься делами и, скорее всего, ощущаете, что делаете это с удовольствием. Ноги не гудят, подошвы ног не горят, руки не болят, голова ясная, даже голод не ощущается, силы не истощаются. Да и с чего бы им истощаться, если всякий раз, когда Вы говорите: "мне надо", в Вас вливается жизненная сила. Когда душа довольна, то тело и подавно.

Кто сумеет помочь себе в большой беде, для того в следующий раз такая же ситуация бедой не покажется. Если люди, попавшие в малую беду, поняли бы, что эта беда им нужна, то последовательное возрастание жизненных тягот не воспринималось бы как беда, а воспринималось бы как нормальное движение от простого к сложному. Отрицание негативности, абсолютизация внешнего материального блага суммируются в лавину. В ком нет зла, тому природа не преподносит сурового урока. А зло возникает тогда, когда плохое прячут за внешне хорошим и изо всех сил стараются доказать, что его нет. Зло также нуждается в освобождении.

Саи Баба учит: *"Счастье обретаешь, когда забываешь, что другие причиняли тебе зло, и забываешь, что сам делал другим добро"*. Столь простую великую истину может изречь человек с чистой душой, которому важно, чтобы его язык был понятен ученикам, ибо наставляет он людей, желающих исправить свое умонастроение и не стыдящихся простоты и искренности.

Человек, именующий себя культурным, желает блистать умом. Он шлифует свой ум, точно бриллиант, придавая ему все большую ценность, однако подлинной ценности этого бриллианта он не сознает. *Сознает тот, кто мыслит сердцем*, ибо так обретается разум.

Беседуя с рациональными, рассудочными людьми, я от всей души стараюсь говорить так, чтобы мои слова через разум достигали сердца, находили там созвучие и вновь возвращались в разум, обретая способность создавать новое качество жизни. Я могу выкладываться по максимуму, а что из моих знаний с Вашего дозволения будет допущено до Вашего сердца через возведенные разумом баррикады - решать Вам.

Кто гордится своими знаниями, тот, вероятнее всего, и не догадывается о потребности прочувствования - в этом случае признание своих ошибок становится невозможным. Так, зло, таящееся за кажущимся добром, вырастает до критических размеров и материализуется в болезнь - его же

продолжают именовать добром, а человека - невинным страдальцем. Согласно укоренившемуся мнению, хороший человек всегда становится жертвой враждебных происков. Хорошие люди не понимают следующего: неважно, кто способствовал болезни, важно, в чем состоит причина болезни.

Причина болезни - плохая мысль - заключена в самом человеке. Она подобна магниту - чем дальше мысль крутится в душе, тем более нагнетается ситуация, когда должен явиться некто и причинить думающему зло. Незримая плохая мысль создает невидимого врага, в отношении которого человек взвешивает: простить или нет? Логический разум зачастую говорит, что этого прощать не следует и даже нельзя, иначе возникнет ощущение безнаказанности и зло лишь возрастет. Так, борец за справедливость на протяжении всей своей жизни носит в душе образ заклятого врага и никак не поймет, отчего сам болеет.

По логике вещей, заболеть должен был заклятый враг, ведь это он причинил зло. Такова научная, она же материалистическая, логика. Невидимость нельзя доказать научным способом, она доказывает себя сама и, как водится, таким образом, что с научной точки зрения можно утверждать: *"Нет, это невозможно"*. Наука пытается восполнить пробелы, ссылаясь на исключения. Потребуется много времени, прежде чем новое научное открытие докажет, что исключение на самом деле являлось закономерностью. Кто поверил своему сердцу, тот поступил правильно, даже если не ведал ни о каких научных открытиях.

Цепляние за свою положительность исключает возможность научиться мыслить сердцем. Это, в свою очередь, исключает видение собственных ошибок и желание признать, что в людях мы видим себя.

В каждом человеке живет потребность прощать, потребность освободиться от плохого. Потребность эта столь же стара, как и человечество. *"Я прощаю тебя за причиненное мне зло"*, - так обычно понимается суть прощения. Подобное прощение облегчает сердце ребенка и примитивного человека, ибо они подсознательно прощают от всего сердца.

Но человечество развивается. Интеллигентный человек говорит: *"Да, я знаю, что должен простить, и я прощаю, но что это дает? Человека все равно не переделаешь"*. Прощением он сделал бы благо себе, но этого он не знает, ибо наукой это не доказано. Стать искренне сердечным и рассудительным ему мешает ум. Ум погубит умного, если тот не осознает, что в понимании жизни он ничем не отличается от пещерного человека.

С повышением уровня развития из-под гнета ума все чаще прорывается подсознание, давая знать хозяину, что законы развития от Бога и их необходимо соблюдать. Ход развития учит искать причину и следствие в самом себе.

Повышение качества жизни диктует необходимость и более совершенного отношения к прощению. Это означает, что нужно не прощать обидчика за то, что он причинил зло, а нужно просить у него прощения за то, что своими плохими мыслями Вы спровоцировали его сделать Вам плохо. Большинство

преступлений рождается именно так. Преступнику нужно простить то, что у него отсутствует самоконтроль, отчего он среагировал на провокацию животными инстинктами. Он мог бы быть умнее и не делать этого. Простите и себя за то, что, в принципе, Вы - такой же, как и он.

Обидчика следует поблагодарить от всей души за то, что он раскрыл Вам глаза и дал возможность приступить к искуплению растущего долга кармы. Без его вмешательства Вы остались бы незрячим. И в завершение нужно попросить прощения у своего самого верного друга, пребывающего в терпеливом ожидании, - тела - за то, что своей глупостью причиняли ему страдания.

В ходе освобождения стрессов Вы мало-помалу начинаете постигать, что есть хорошо и что есть плохо, а по отдельности они не существуют. Начинаете понимать различие между *благим поступком и благодеянием*. Истинное благодеяние забывается быстро. А благо, творимое с тем расчетом, что когда-нибудь, когда я окажусь в беде, мне тоже помогут, запоминается и со временем требует все большей платы за услугу. Беда еще не нагрянула, а хороший человек жалуется, что он всегда всем делал добро, а ему никто добра не делает. Так хороший дающий превращается в плохого мздоимца, постоянно всем напоминающего, что они перед ним в долгу. А еще хуже, если ради своего доброго имени он держит претензии при себе.

Прощение, идущее от сердца, превращает несчастливое прошлое в счастливое будущее.

Об обучении и учебе

Все люди желают быть хорошими и творить добро. Все, что делается, является приобретением житейского опыта, т. е. учебой. Кто считает себя глупым либо верит тем, кто считает его глупым, тот старается проявить себя хорошим в учебе. Кто отучился и считает себя достаточно умным, тот делает доброе дело, обучая других. Родитель учит ребенка, и это естественно. Мы не спрашиваем, есть ли у родителя на это полномочия. Когда мы вверяем обучение ребенка взрослому, мы желаем быть уверенными в том, что у учителя есть соответствующий документ. А когда некий взрослый желает обучать других, то у него должны иметься уже особые документы. **Мы, испуганные люди, верим бумажке, но не верим человеку.** Бумага - это то, за что можно зацепиться, если мы намерены призвать другого к ответу. Вначале обязываем, затем призываем к ответу. Испуганный человек всегда норовит братья не с того конца.

Лучшим учителем для умного является глупый, у которого нет никаких бумаг, удостоверяющих его право на преподавание. Умный, который это сознает, становится рассудительнее, ибо он мог бы добиваться справедливости, однако отыскал жизненную истину и ее распознал. Так что все мы являемся учителями и учениками в большой школе жизни, одну часть которой составляют всевозможные учебные заведения. Становись мы все смелее, у нас отпала бы потребность в подобных учебных заведениях. Замена мрака страха на духовный свет открыла бы нам мудрость Всеединства в той мере, в какой мы способны эту мудрость использовать. К сожалению, наши страхи растут, поэтому учеба нам дается труднее.

Кто старается проявить себя в учебе с хорошей стороны, тот учится для родителей и учителей. Возможно, он так никогда и не догадывается, что явился на свет учиться для себя и удовлетворять собственные потребности. Даже если искренне сожалеет о своей невежественности.

Всякий ребенок, рождающийся на свет, прежде всего является учителем. Он приходит научить неуравновешенных от страхов взрослых тому, как стать уравновешенными.

Родители *умнее* ребенка.

Ребенок *рассудительнее* родителей.

Родители *должны* научить ребенка уму.

Ребенку *нужно* научить родителей рассудительности.

Ребенок учится у родителей.

Родители не учатся у ребенка, *ибо считают рассудительность глупостью*.

Поэтому ребенок сразу же превращается в ученика. Сперва для умных родителей, затем для умных учителей. От учителей ребенка зависит, каким учителем будет когда-нибудь сам ребенок. Это означает, что **качество преподавания важнее содержания самого урока**. Все бывают учениками и становятся учителями. Поэтому важно, чтобы учитель был уравновешенным. **Уравновешенный учитель способен научить учеников уравновешенности.**

Совершенная уравновешенность являет собой идеал. Каждый день своей жизни максимально приближаться к точке равновесия и идти дальше вблизи от нее - вот к чему следовало бы стремиться. Кто старается делать добро в мыслях, словом либо на деле, тот проживает день счастливо и спит спокойно, восстанавливая за ночь физические силы. Мы же, преследуемые страхами, к сожалению, пролетаем мимо точки равновесия и не понимаем, отчего страдаем то от плохого, то от хорошего.

Человечество не умеет в законах природы видеть учителя. Иными словами,

не умеет следовать в направлении, указанном рукой учителя, и опираясь на эту руку. *Зато мы умеем превращать возвышающую помощь в унижительный приказ.* С нашим умом мы научились шарахаться из стороны в сторону, словно в темном лесу, а в учителя себе выбираем столкновение с препятствиями.

Словом, вместо того, чтобы приближать к идеалу с верой, надеждой и любовью, обучение все более лишается равновесия, и его все более заносит то в одну, то в другую крайность. Возникает опасная для человечества ситуация - ученики протестуют против учебы, причем любой учебы.

Обучение достигло кризиса. Помимо всеобщего принуждения, оно еще и оказалось в половой зависимости.

Учителя-мужчины - это отец, дедушка, брат, муж и все мужчины.

Учительница - это мать, бабушка, сестра, жена и все женщины. Женский и мужской стили преподавания различны. Здесь мне хотелось бы подчеркнуть роль школы, ибо школа - это то место, где исправляют ошибки домашнего воспитания, но никак не исправят. Это проблема мирового масштаба.

Учитель-мужчина предоставляет ребенку свободу. Учительница лишает ребенка свободы. Стремление мужчин к свободе как к возможности уцелеть приводит к тому, что мужчины уходят из школы. Не выдерживая пресса феминизации, они освобождают детей от себя и оставляют должность учителя, порабощающего детей. Пока мы сообща не осознаем необходимость изменения качества преподавания, мужчины не будут задерживаться в школе и мальчики будут лишены необходимого учения. Но если учителя, особенно учителя-мужчины, вынуждены в условиях безработицы мириться с работой учителя, то в школе поселяется жестокость. Насилие над собой, диктуемое обстоятельствами, делает человека жестоким.

Женщина боится оказаться плохим учителем. Страх оказаться виноватой рождает сверхтребовательность к себе и к ученикам. Учитель-женщина вызывает к чувству долга, к совести. Она увещевает, нажимает, уговаривает, убеждает, подчеркивает первостепенное значение своего предмета и не понимает, что, перегибая палку, допускает ошибку. Она всех оценивает по себе и не задумывается о том, что бы стало, если бы все люди выучились лишь одному предмету. Такие же перегибы характерны для учителя-мужчины с женской эмоциональностью.

Типичная учительница не дает детям возможности выбора. От сверхтребовательности души детей рвутся на части, и если они не начинали бы протестовать, то оказались бы лишенными того, ради чего явились на свет в нынешней жизни. Чересчур послушный ребенок становится пешкой на шахматной доске жизни. В школе его называют хорошим, а в дальнейшей жизни будут называть плохим, никчемным, пассивным, глупым либо всем, вместе взятым. Покорных рабов, неспособных мыслить самостоятельно, не

любили и во времена рабовладения, а ныне и подавно.

Все современные дети являются рабами в той мере, в какой они позволяют поработать себя из страха перед взрослыми. Затем они становятся взрослыми и, избрав профессию учителя, в свою очередь, взваливают на плечи учеников груз своей сверхтребовательности. Такой учитель *сам ощущает, что только так и надо, и такого же отношения добивается от учеников*. Так **истребляется потребность в учебе, остается осознание, что учиться надо**.

Если Вы желаете возразить мне, будто положение столь скверно только у нас, поскольку советская власть вбила в нас дух повиновения, то Вы ошибаетесь. Истина жизни в том, что чем выше материальное благополучие, тем сильнее душевное рабство. Советская власть была внешне суровой. Плохое, что не скрывает своего плохого, легче поддается разумению и исправлению. Человек, страдающий от навязываемого плохого, принимает меры для улучшения своей жизни и исправляет плохое сообразно своим способностям. Это плохое обогатило его житейской мудростью, раскрыло то хорошее, что таилось в плохом.

Внешняя благость капиталистического общества прищипывает так, что притупляются все чувства, и человек, хоть и по своей воле явившийся выучить урок потруднее, перестает соображать. Его жизненный урок так и останется непройденным, если он ничего не предпримет ради собственного спасения. Таким спасителем оказывается истерия, которая заставляет человека панически метаться. Такого рода больной интеллект по законам, принимаемым большинством, именуется утонченным поведением, поэтому истеричный человек вправе считать себя лучше остальных мужланов. Трагизм его жизни проявляется позже. Я достаточно много занималась иностранцами, чтобы сказать: *"Дорогие эстоноземельцы! Научитесь дорожить своей родиной и согражданами. Научитесь постигать свои потребности, из-за которых местом рождения вы выбрали эту землю и этот народ. Научитесь быть довольными собой, тогда вы будете довольны и своей родиной. Научившись помогать себе, вы поможете и ей"*.

Наша страна не лучше и не хуже других. Она - наш дом. Ребенка, которому дома привили любовь к отчизне и родному языку, уже не приходится учить этому в школе. Но если дома не обучают азам, то школе приходится выступать в роли пожарного. К сожалению, школа все более уподобляется пожарному, который тушит горящие потребности, чтобы самому не получить ожоги от жгучей злобы. Обвинения в адрес учителей вынуждают пожарного идти в огонь. Семьи, в которых во всем винят *только учителей*, а своих ошибок не видят, превращают для ребенка школу в заклятого врага. Исторически укоренившееся *представление, что врага нужно уничтожать, вызывает пожар в школе при посредничестве ребенка*. Нет никого и ничего, кто бы не пострадал от этого пожара прямо или косвенно.

Мать и отец дают начало росту ребенка, который сравним с растением. Учитель является тем солнечным лучом, который освещает мрак, чтобы из скудных корней развился сильный побег. Солнечный луч не принуждает, по

нему выстраивают жизнь. Он не заставляет приурочивать дела на дневное время, но мы приурочиваем, ибо так выгоднее для нас самих.

Если бы матери и учителя-женщины осознавали это и, соответственно, держались бы с чувством собственного достоинства, то *матери* стали бы *прямолинейными, как солнечный луч, учительницами*. А *учительницы* были бы одновременно *нежными матерями, дарящими тепло, подобно солнечному лучу*. Особенно легко стало бы жить детям с наиболее безрадостным детством. То есть детям самих учителей.

К сожалению, большинство женщин-педагогов являются рабами своей профессии. Они не способны выйти из роли учителя и стать просто человеком - настолько в них укоренилось убеждение в том, что они лучше других, умнее, образованнее, ценнее. Желание воспитать своих детей, к которым относятся и ученики, самыми умными на свете, становится все более роковым как для детей, так и учителей. Протест против учителей вызывает протест против учебы.

Сверхтребовательность женщины-педагога вынуждает ее заниматься каждым ребенком индивидуально, а также выстраивать детей по умственным способностям, что вызывает в ученической среде злобное соперничество. Женщина-педагог стремится проникнуть в мысли каждого ребенка, чтобы направить их в верное русло. А верное русло - это, увы, то, как она мыслит сама. Она не замечает, что все больше говорит одно, думает другое, а делает третье - и полагает, что никто этого не замечает. А если кто и видит, то виновным всегда оказывается кто-то третий, хотя бы государство.

Дети помладше позволяют собой помыкать, а те, кто постарше, начинают протестовать, поэтому манипулировать ими труднее. Ребенок, который старается во всем угодить учителю, может так и остаться прямодушным простачком, чьей наивностью злоупотребляют. Такая опасность особенно угрожает ребенку, чьи родители занимают высокое положение в обществе. Страх автоматически порождает у человека зависть к тому, кто лучше него. А зависть - наиболее жестокое оружие.

Сверхтребовательная учительница к концу урока устает, да и дети становятся вялыми. Другому учителю несладко приходится с этим классом на следующем уроке, ибо дети отупелые, несообразительные, равнодушные, апатичные, глупые. Встречаются дети, которые не смиряются с подобным ограничением свободы. Обычно это мальчишки, которые мешают вести урок и озорничают без усталости как в начале, так и в конце урока. Если бы учительница хоть раз за урок рассмеялась шутке озорника, то миссия мальчишки была бы выполнена - он пробудил бы класс к жизни. Тогда обучение не губило бы детей духом крепостничества. К сожалению, таких детей порицают.

Учителя не желают, а затюканные одноклассники не способны видеть того, что из озорников вырастают наиболее предприимчивые люди, ибо они не позволяют истребить свою самобытность. Один незлобивый нарушитель дисциплины превращает жесткий порядок в гибкий порядок, который придает классу живость и свободу. Это сплачивает класс в единый коллектив единомышленников. Дети, свободные душой, плохими не становятся. Но если

они оказываются в плену у жесткого порядка, то становятся.

Чем меньше это осознается учителями, тем сильнее они наказывают нарушителей дисциплины и тем сильнее разрушают классный коллектив. В результате у всех детей крепнет протест против принуждения. Вместо того, чтобы побеседовать с сорванцом по душам, пытаюсь его понять, от неприятного ребенка стараются избавиться. И частенько избавляются, но общая враждебность от этого не уменьшается, поскольку борцов за свободу любят. Особенно любят те, кто сами боятся бороться за свою свободу и изображают из себя хороших детей.

Мне, как, видимо, и Вам, доводилось знать женщин-педагогов, которые отличаются от типичного учителя тем, что они с любовью относятся к задиристым сорванцам и тем самым навлекают на себя недовольство коллег. Таким учителям живется трудно, так как внешне они потворствуют беспорядку. Масло в огонь подливает превратное понимание в среде учеников, и злонамеренные ученики в оправдание своих выходов начинают придираться, мол, почему одному можно, а другому нет. Добродушный весельчак и недоброжелательный насмешник, произнося одни и те же слова, оказывают на слушателей прямо противоположное воздействие. Лишь учитель, обладающий чувством собственного достоинства, понимает различие, и его веское слово становится законом, который уважают как дети, так и взрослые.

Испуганный учитель не владеет этим искусством, хоть и является хорошим специалистом в своей дисциплине. Многие из таких учителей уходят поэтому из школы. Они боятся насилия и своим страхом провоцируют рост насилия по отношению к себе и другим, подобным себе. В интересах общего спокойствия агрессивным ученикам делаются поблажки, однако страх вызывает еще большее насилие.

Возрастание ученического насилия во всем мире указывает на рост злобы, причиной которой является принуждение. Ребенок - это зеркальное отражение семьи, выразитель лицемерия взрослых. Взлет детской агрессивности говорит о том, что пусть лучше ребенок недополучит образования, чем принуждать его к учебе. Хотя впоследствии недоучка и винит в своей глупости родителей, школу либо общество, однако его злоба выражается в простом праве кулака. Своей глупой головой он не способен выдумать месть получше. А если этот же ребенок, загоревшись желанием превзойти других, приобретает техническое образование, то он начинает вынашивать в душе необъяснимое желание мести, и его умный мозг изобретает оружие массового уничтожения. Тогда уже поздно будет размахивать перед ним духовными ценностями.

Ребенок, познающий духовные ценности с первых лет жизни, душою тянется к знаниям. Обретя высшее техническое образование, он также может изобретать сложнейшие машины, однако он не становится разрушителем. Его уравновешенный *дух свободен*. Его *духовность* и *вдохновенность* продвигают жизнь вперед. Но и эти дети растут не в вакууме. За их воспитание несут ответственность - в порядке очередности - прежде всего родители, затем

учителя и далее уже более широкий круг людей, т. е. общество, а не в обратном порядке. Время диктует потребность в высококвалифицированных специалистах в области общения. Увы, подобные специалисты выходят не из стен вузов. Они появляются чаще всего на духовном поприще, где занимаются поисками и обретением себя.

Мы рождаемся, чтобы постичь сущность жизни. Поскольку основная часть информации поступает к нам посредством зрительного восприятия, то необходимо, чтобы учителем был человек, который видит жизнь лучше. Кто же это такой? Мужчина. Именно он обладает совершенным видением и способен видеть значимость вещей. О катастрофическом дефиците учителей мужского пола ведется много разговоров, однако если потребность в них не будет осмыслена, то одни разговоры ничего не изменят. Мужчины вынуждены покидать школу из-за ее феминизации, из-за женского засилья. Большинство учителей составляют женщины, и поэтому в школах царит женское видение мира, которое не годится для воспитания из мальчиков мужчин.

Каков же учитель-мужчина? Возьмем, к примеру, тип учителя, о котором создано больше всего анекдотов. Замухрышка-очкарик, лысый и старый, столь же старый, как и выдавшее виды само здание школы. Но какое значение имеет возраст их обоих?! Важно то, что ни школу без него, ни его без школы представить невозможно. Пережив все времена и не переставая учить детей, он воплощает собой местную историю. Он знает все, о нем же не известно ничего. Его жена - отзывчивый человек с небольшим кругом общения, а его дети незаметно стали взрослыми и, как слышно, выбились где-то в люди.

Сам же он приходит каждый день на каждый урок со сверхточной пунктуальностью, словно в святилище, и заканчивает урок минута в минуту, проявляя тем самым уважение к своим ученикам. У детей нет такого чувства, словно они никчемные, из-за которых учителю приходится тратить свое драгоценное время. Такой учитель смолodu уважительно относится к учебным программам, но всегда привносит что-то свое без ущерба для программ. В самом начале урока он объясняет своим мальчишкам, какая прекрасная возможность получения новых знаний им сейчас откроется. Он тысячи раз произносит одно и то же, но разным детям - поэтому его восторженность всегда различна, хотя никто, кроме него самого, этого не понимает.

Лишь тот, кому приходится выступать перед разными аудиториями, знает, что точного повторения никогда не бывает. Повторяться может лишь принципиально одинаковое. Мальчики воодушевляются, с рвением берутся за дело, и тут старый учитель как бы мимоходом роняет, что ему необходимо на время отлучиться. Он напоминает мальчишкам, чтобы к концу урока задания были выполнены, и исчезает. Мальчишки чувствуют, что приказ - закон, но не принуждение.

Мальчишкам известно, каким сверхважным делом время от времени занимается их учитель, и они заговорщически прыскают в кулак. Они знают,

что за углом находится маленькая уютная забегаловка, откуда мужчины выходят с блеском в глазах. Не иначе как за блеском он туда и отправляется. Никто из них, скорее всего, не понимает, что между делом учитель учил их даже правильному употреблению алкоголя.

Перед концом урока учитель снова на месте, и у всех задачи уже решены. У каждого они решены по-своему, поскольку всем была дана свобода выбора. Один умный мальчик, знающий предмет, решил рациональнее, быстрее всех. Другой пошел более длинным путем, так как в его знаниях были пробелы. Третий изрядно поломал голову, но все же решил и счастлив безмерно. Четвертый списал начало у первого, но дальше тот не позволил, и пришлось выкручиваться самому. Кое-что он все-таки сделал. Пятый и шестой ударились в спор, отстаивая каждый свою правоту, но в конце и они достигли соглашения. Седьмой взял ответ неизвестно откуда, во всяком случае не с помощью рациональных рассуждений, однако и не списывая. Ответ пришел сам. И так далее.

До конца урока осталось еще достаточно времени, чтобы обсудить мировые проблемы. Оказавшись без учителя, эти маленькие мужчины не шумели, как малыши, поскольку удовлетворение собой делало их взрослее и мужественнее по сравнению с их ровесниками. С возвращением учителя они спокойно заняли свои места. Учитель не стал расхваливать первого, а спросил, хватает ли у него интереса к другим предметам. Второму он дал понять, что любые знания когда-нибудь пригождаются. Третьему улыбнулся одобрительно, а к четвертому обратился с поговоркой: *"Как поработаешь, так и полопаешь"*. Пятого и шестого сравнил с черным и белым козликами на мостках, и им оставалось лишь гадать, кто из них черный, а кто белый. Проверяя работу седьмого, он перевел глаза за окно, в задумчивости глядя на облака. Затем обратил взгляд на мальчика и долго, проникновенно смотрел ему в глаза, и они оба ощутили необъяснимое чувство единения. Учитель знал, что этот мальчик взлетит выше всех, чего никому не докажешь. Учитель знал, что все эти мальчишки вырастут отличными мужчинами.

Мальчики, которых учат учителя-мужчины, не пасуют перед жизнью. Даже если учитель суровый либо привередливый. Мужчины лучше понимают друг друга, так как они умеют видеть суть дела. Мальчики не могут понять, почему женщины мыслят нелогично и вынуждают других следовать их глупым желаниям. Они не способны понять жизненные тяготы женщин. По той же причине учителям-мужчинам трудно учить девочек. Женщины - существа непредсказуемые, даже если постичь их природу. Они подобны самой таинственной жизни, что в своем течении движется вперед, не сознавая, что означает "вперед".

Обучение - это передача знаний.

Нет большей ценности, чем добровольно усвоенное знание.

Учеба - это получение знаний.

Получение того, ради чего мы явились на свет.

На современном уровне развития учитель имеет право и обязанность учить, а ученик имеет право и обязанность учиться. По-иному жизнь вперед не движется. В своем неумении мы *должны учиться* с тем, чтобы когда-нибудь позже понять, что *мы в этом нуждаемся*.

Сложность учебного процесса состоит в том, чтобы научиться чувствовать приобретаемые знания.

В противном случае выученное останется безжизненным непригодным знанием. И ценность лишается всякой ценности. Эта проблема сегодня актуальнее, чем когда-либо, ибо мудрость человечества превосходит границы разумного, и это может оказаться роковым для человечества.

Мудрость есть знание, потребность есть прочувствование.

Знание есть правда, потребность есть истина.

Совершенная истина есть Бог.

Вместо заключения

Нет смысла излагать выводы, когда разговор не завершен. Хочу лишь напомнить читателю, что при чтении этой книги следует более, чем в случае предыдущих, обращать внимание на каждое слово. Постарайтесь уяснить для себя смысл слов и предложений, а также заметить, что вчерашнее значение сегодня значительно расширилось. Так Вы сможете заметить развитие своего мира мыслей, увидите превращение поверхностного в глубинное.

В пределах типографских возможностей мною выделялись особенно важные слова, без чего сказанному грозило превращение в набор расхожих фраз, которые и без того надоели. Ведь мы используем их тысячи раз, не углубляясь в смысл сказанного.

Эта книга является третьей ступенькой на восходящей лестнице развития

мира мыслей человека. На эту ступень мы поднялись сейчас вместе. Вы стоите рядом со мной такими, какими являетесь сейчас, и я стою рядом с Вами такая, какая я сейчас. Завтра все мы будем совершеннее.

Один ученый сказал: "В этих книгах нет ничего, чего бы не было в Библии, но в них есть много такого, чего нет в Библии. В них есть поиски врача, желающего помочь больным, поиски, которые открывают новые, современные возможности прощения. Просьба о прощении ведь по сути молитва. Научно направляемая молитва обладает чудодейственной целительной силой. Это может испытать на себе каждый."

Не имеет смысла кого-либо в этом убеждать, ибо неверящих нельзя заставить верить. Для каждого настанет свой срок, когда эти знания ему понадобятся. Непременно понадобятся".

Ваша Лууле Виилма
