
Прощаю себе

Боль в твоём сердце

Лууле Виилма

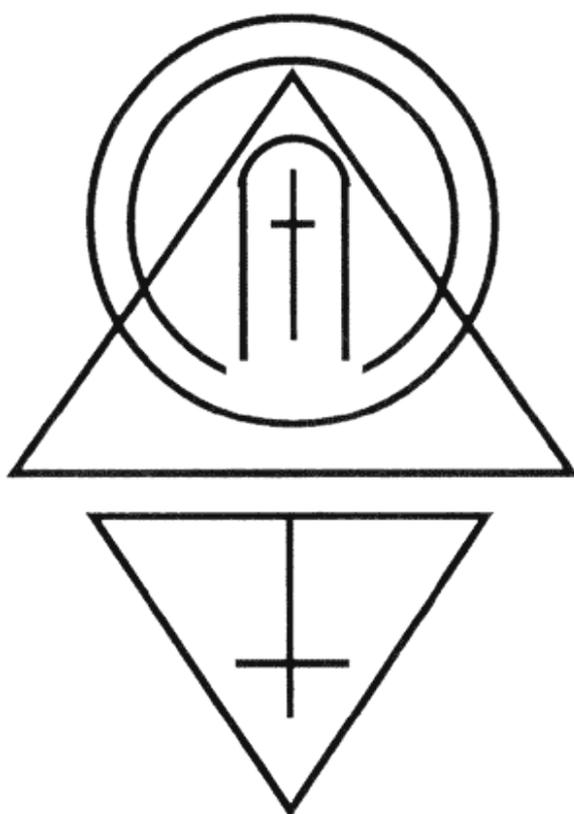
Перевод с эстонского
Ирины Рююдья

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)



Благословение и освящение свободной воли

Счастлива та жизнь,
в которой есть
в меру хорошего,
считающегося не только хорошим,
и в меру плохого,
считающегося не только плохим.

Лишь человеку дарована способность отдавать что-либо другим и принимать то, что дают другие. Чем больше эта способность реализуется только в материальной плоскости, тем сильнее отдающий помышляет лишь о своей корысти, а берущий — о своей. До такого примитивного состояния человека низводят невидимые силы, они же стрессы. Высвобождая стрессы, человек перестает ощущать себя узником и обретает в себе Человека. Постигание самого себя — процесс не только интересный, но и дарующий счастье. Нет более увлекательного занятия, чем познание самого себя. Человек, открывающий в себе все новые пласты, не только приобретает знания, но и начинает использовать их в целях собственного развития. Это ему не надоедает, хоть он и знает, что процесс этот бесконечен. Для него это не насильственное изменение себя, а изменение, благодатное для души. Совершенствующийся человек творит более совершенный мир, который по существу является зеркальным отражением Создателя. Лишь человек, познавший себя, созидает мир, в котором царят гармония и равновесие. Живущие в таком мире люди умеют лечить себя мыслями. Лечение мыслями, или исправление умонастроения, является наивысшим классом способностей человека. Для учебы в этом классе мы уже готовы. Кто в это не верит, тот еще не готов. В подобной школе как учителем, так и учеником является сам человек. Возносится духом тот, кто испытывает потребность познать себя. И чахнет духом тот, кто принуждает себя развивать свою духовность и добросовестно над собой работает. Земное принуждение и принуждение духовное не имеют принципиальных отличий. Когда вы берете в руки книгу о духовном развитии, всегда спрашивайте себя: «Нужно ли это мне?» Прислушайтесь к себе, и если внутренний голос говорит, что нужно, открывайте книгу, но не ранее того.

БОЛЬ В ТВОЕМ СЕРДЦЕ

- # Учебник языка стрессов
- # О предупреждающей медицине
- # Тело — зеркало духовного развития
- # Вера — основа всего
- # Превращение содержания в форму
- # О силе и бессилии
- # Здоровье — это чистота
- # О желании быть кем-то
- # О пленниках и стражниках страха
- # Жизнь и пищеварение
- # Еще раз о пищеварении
- # В заключение



БОЛЬ В ТВОЁМ СЕРДЦЕ

К читателю.

Лучший врач для человека — он сам. Вероятно, Вы уже испытали это на себе. Чтобы лучше помочь пациенту, следует овладеть языком стрессов.

Продолжаю старую тему на основе новых, уточненных деталей. Поскольку первоначальный бум на духовность в Эстонии миновал, я верю, что эту книгу будут читать те, кто начал серьезно заниматься собой. Поэтому я осмеливаюсь более подробно остановиться на собственных заблуждениях, связанных с поисками самой себя. Говорить об этом я намерена честно, без экивоков.

Я убедилась в том, что рассказы о чужих историях, будь то письменные или устные, помогают уловить мысли, ведущие к узнаванию самого себя. Одна мысль рождает другую, та — третью и так далее, пока цепочка не приведет к потайной дверце, скрывающей сущность некоей черты характера. Иной раз приходится возвращаться в предыдущие жизни, а чаще упираться в некий момент жизни нынешней, мимо которого человек столько раз проскакивал, не замечая его. Душа-то, возможно, и трепыхнется в этот миг, однако сила и мощь разума приказывают сосредоточиться на другом. Познавая себя и помогая пациентам встать на путь самопознания, я настолько в себя поверила, что осмеливаюсь писать о проблемах, которые еще недавно причиняли мне сердечную боль.

Нынешняя, четвертая, книга и следующая, пятая, вызрели одновременно и параллельно, ибо поначалу задумывались как одна. Работать над рукописью было интересно, поскольку я углублялась в последствия фактов, представлявшихся мне мелочами, и теперь могу со спокойной совестью повторить жизненную истину: мелочь — дело важное, а важное дело — мелочь. Простое является сложным, сложное — простым. Трудное является легким, легкое — трудным.

Трудно лечить болезнь, духовное содержание которой больной тщательно скрывает даже от самого себя. И уж тем более от меня. Лечение этой же болезни становится легким, когда больной раскрывается, то есть признает свои стрессы. Желание слыть хорошим человеком сродни сказочному **злomu духу**, который превратил человека в вечного стражника сокровищ своей души. Он не подпускает к сокровищам даже самого владельца.

Умереть в нищете, обладая богатством, — такое бывает не только в сказках. Всякая болезнь — то же богатство. Если бы человек знал волшебное слово «прости», то знал бы, кому это слово адресовать, и все потайные двери открылись бы перед ним одна за другой. Тогда никому не пришлось бы блуждать да ковыряться в потемках его души.

Блуждать я давно уже не блуждаю. А ковыряться, вернее, копаться — все еще приходится. Мечтаю о том времени, когда и этого не понадобится, о том времени, когда больной придет мне на помощь, как друг, чтобы отыскать первопричину своей болезни. Но не для того, чтобы истребить болезнь, как врага, а чтобы уяснить ее корни и высвободить их с помощью волшебных слов. Эти корни, или причины, составляют прошлое — как в духовном, так и в физическом смысле.

**Духовное прошлое — это предыдущие жизни самого человека.
Физическое прошлое — это предки и их деяния.**

Заблуждения являют собой обоюдное зеркальное отражение их обоих.

Духовное прошлое отражается в физическом прошлом. Если человеку не приходит в голову начать познавать себя через невидимое, то самопознание через видимое для него куда реальнее. Высвобождение одного высвобождает и другое. Неважно, с какого конца начинать. Ведь все сущее — это лишь энергия. Различие между разными видами энергии заключается попросту в том, что одни виды более густые и потому видимые, другие же более разреженные и потому невидимы.



Если в предыдущей жизни Вы были женщиной, то в жизни нынешней обладаете той, былой женской энергией и притягиваете к себе подобную же женщину. Иначе говоря, Ваша спутница в настоящей жизни воплощает в себе те же женские качества, которые были свойственны Вам в прежней жизни в ипостаси женщины. И, соответственно, Ваш теперешний спутник жизни обладает теми мужскими качествами, которыми обладали Вы в предыдущей жизни, пребывая тогда в ипостаси мужчины.

В КОНЦЕ ПРЕДЫДУЩЕЙ ЖИЗНИ И В НАЧАЛЕ СЛЕДУЮЩЕЙ ЧЕЛОВЕК СОВЕРШЕННО ОДИНАКОВ. ЭНЕРГИЯ ЗАВЕРШЕНИЯ ЕГО ПРЕДЫДУЩЕЙ ЖИЗНИ РАВНОВЕЛИКА СУММЕ ЭНЕРГИЙ ЕГО РОДИТЕЛЕЙ В МОМЕНТ ЗАЧАТИЯ РЕБЕНКА.

ЖИЗНЬ НЕ ЗАПРЕЩАЕТ ЗАБЛУЖДАЮЩЕМУСЯ ЧЕЛОВЕКУ ЖИТЬ ДАЛЬШЕ.

Учебник языка стрессов

Все сущее есть жизнь, независимо от того, ощущаем ли мы это или *пока еще* нет.

Видимый и невидимый мир составляет единое целое, будучи зеркальным отражением друг друга, *неважно, признаем* мы это или нет.

Общение есть сохранение жизни, ибо общение являет собой

безусловную любовь. Одной из составляющих общения является отношение. Признавая лишь мир, видимый глазу, мы отрицаем мир невидимый, а значит *относимся* к нему плохо, даже если по своему разумению относимся к нему превосходно. Телу от подобного отношения быстрый и очевидный вред вроде бы и не был нанесен, однако человеку становится не по себе. Почему? Потому что в результате неверного отношения возник стресс, который не дает человеку покоя.

Поскольку стресса Вы не видите, то с материалистической точки зрения его и нет, но так как Вам плохо, то он все же есть. Чем сильнее Вы его отрицаете, тем хуже Вам становится. И в определенный момент Вас постигает физическая болезнь, которой прежде не было. Никто Вам ничего не подбросил, никто ничего у Вас не отнял, а болезнь тем не менее налицо.

В такой ситуации кое-кто начинает задумываться, отчего он заболел, а это *значит, что человек начинает общаться с болезнью.* Кто к болезни относится плохо, ругает и проклиняет ее, тому делается еще хуже. Кто относится с пониманием, возможно даже считая заболевание спасением в сложившейся сложной ситуации, тот идет на поправку. Правильное отношение будет у того, кто понимает, отчего возникла болезнь и *что болезнь ему дает. Лучше всех воспринимает назначение болезни тот, кто, подобно загнанной лошади, нуждается в передышке и кто перевозносит хворь до небес за предоставленный отдых. Полностью* исцеляется от недуга тот, кто осознает *значение* возникновения болезни.

Принимая все это во внимание, я поняла, что со стрессами необходимо общаться, и, занявшись этим, осознала, что речь идет о самом обычном общении, с коим мы имеем дело повседневно. Я убедилась в том, **что нет никакой разницы, беседуешь ли ты с человеком или беседуешь со стрессами.** Я помогала себе, помогала семье и друзьям, покуда меня не осенило изложить приобретенные знания на бумаге.

Первая книга знакомит читателя со стрессами и их языком, объясняет основные принципы и пытается пробудить интерес к невидимому миру.

Вторая книга анализирует происхождение языка стрессов, то есть их корней. После ее публикации я набила себе первые шишки, благодаря чему поняла, что разговаривать со стрессами и разговаривать с людьми — две большие разницы. *То, что для меня было тождественным, вовсе не было таковым для других.* Со стрессами можно вести откровенную беседу, быть самим собой и высвободить их по мере умения. Стрессы уходят, и ты душой и телом ощущаешь, как становится легче. С людьми же можно разговаривать откровенно, когда *они* готовы к твоей откровенности, иначе твоей душе и телу становится тяжело. К счастью, душа у меня упорная, но это не означает, что она неуязвима. *Потребность отдавать преподала мне урок: нужно ли вообще отдавать и как отдавать* тем, кто привык в первую очередь получать.

В **третьей книге** речь идет о целесообразности высвобождения стрессов и о том, что дает человеку знание языка стрессов. Эту книгу критикуют — дескать, слишком толстая и сложная. Хоть я и учу, как упростить сложное, нынешний человек автоматически протестует как против принудительного, так и против добровольного учения. Многие так дальше и не продвинулись. Они вернулись к своим первоначальным, удобным для себя представлениям. Привычка избавляться от болезни при помощи медицины укоренилась весьма прочно. Ведь недаром кажется, что выздороветь — легче, чем отпустить болезнь на волю.

Четвертая книга, та, которую Вы держите сейчас в руках, адресована *Людям*. Иными словами, тем, кто пытается понять, что для них необходимо, а что нет. Научившись общаться со стрессами, Вы научитесь понимать, что есть Человек. Вы обнаружите, что Человек с большой буквы вовсе не из области бесплодных мечтаний. Это человек, который постоянно, шаг за шагом познает себя все более углубленно.

Пятая книга разъясняет возникновение наиболее трудных для понимания проблем и возникновение соответствующих им наиболее серьезных заболеваний. Она учит предотвращать болезни, которые, возможно, нагрянули бы к Вам непрошенными гостями лет эдак через ...дцать.

Все мы по собственному опыту знаем, что изучение какого-нибудь языка требует немало времени. То же самое относится и к языку стрессов. Усвоение простых слов и выражений, необходимых для решения насущных проблем, происходит быстро, их использование становится столь естественным, и мы перестаем замечать, что разговариваем на чужом языке. Да он и перестает быть чужим, так как все, что усвоено, становится своим, родным. Применение знаний для достижения желаемого результата и есть усвоение знаний, без чего знания утрачивают ценность. Чтобы знания не лежали мертвым грузом, следует предоставить им свободу. В этом заключается волшебная сила, которая превращает богатство в ценность. Неиспользованная мудрость — это богатство, которое обесценивается со временем и которое, хотя и не наращивается, своей тяжестью все больше пригибает человека к земле.

Если Вы осознали и признали наличие у себя основных стрессов, значит, возникла потребность их высвобождения, и Вы не ощутили, что кто-то Вас к этому принуждает. Поэтому все более усложняющиеся знания о стрессах, содержащиеся в последующих моих книгах, воспринимались Вами как нечто совершенно естественное, и Вы стали эти стрессы высвобождать, ибо поняли, насколько тем самым облегчается жизненная ноша. Возможно, Вы и сами пришли к мысли, что у стрессов свой язык. Ведь язык является средством самовыражения, а **выражение** — это вывод вовне, или высвобождение скопившейся энергии.

Разговаривая с другим человеком, я даю ему необходимую информацию о том, что нужно *мне*, и в итоге он дает мне то, что *мне* нужно, будь то материальное либо нематериальное. Осознанно или неосознанно, **я это принимаю**. Разговаривая со стрессом, я даю ему свободу, а он дает свободу мне, то есть то, без чего невозможно обойтись. Теперь я **с благодарностью принимаю то, что мне дают**. Тем временем я отдала уже все и со своей стороны и потому с благодарностью принимаю то, что дают мне. Я доставила радость ему, он осчастливил меня, и у меня не возникает вопроса: «Почему я первой должна начать?» — так как твердо знаю, что **моя жизнь начинается с меня самой, и поэтому естественно, что я сама должна браться за то, что мне предстоит сделать в жизни**.

Знание языка стрессов важнее знания любого иностранного языка, ибо **НА ЯЗЫКЕ СТРЕССОВ С ЧЕЛОВЕКОМ ГОВОРIT ЕГО СОБСТВЕННАЯ ЖИЗНЬ**.

Многие спрашивают: «*Действительно ли такое мышление помогает всем людям?*» — «*Помогает, — отвечаю я, — если они люди. Но если они — хорошие люди, которые желают лишь добра и не отказываются от своего мнения, то не помогает*». Труднее всего для человека — отказаться от устаревших, отживших свой век представлений, однако такой отказ является

О предупреждающей медицине

У каждого своя дорога судьбы. У кого узкая, у кого широкая, у большинства же в самый раз, так, чтобы были видны обе обочины. Как человек по этой дороге шагает, зависит от него самого: быстро или медленно, ровно или криво, размеренно или прыжками, в полный рост или на четвереньках, с достоинством или пресмыкаясь, вольным человеком или узником, оставаясь самим собой или становясь рабом. За многие годы жизни, скорее всего, бывало и так и эдак, поскольку *человеку необходимо познание всех сторон жизни*. Времена бывают разные, однако *всегда есть возможность сделать выбор*. Кто не способен сделать выбор самостоятельно, тот обращает взор к небесам, надеясь получить оттуда спасительный ответ. Так испуганный человек норовит переложить свои дела на Бога.

Нынешнее время заставляет людей обратить взор в себя и увидеть в себе отражение небес с тем, чтобы перестать искать Бога вне себя. Чтобы они поняли, что **повсюду, в том числе и в небесах, люди видят лишь самих себя**. Если жизнь складывается так, что все как будто хорошо, но душа болит, то и самый завзятый материалист будет вынужден признать, что материальное благополучие не является залогом душевного спокойствия. У человека, живущего в эпоху агонии материализма, неизбежно возникает ощущение агонии, и если он считает себя человеком, то начинает думать, пытаться найти решение.

Сейчас времена совсем другие. Но так говорят испокон веков. Все новое кажется нам незнакомым и неизведанным, а на самом деле это не так. Слова всегда старые, но значение у них всегда новое. Причем меняется не само значение, а глубина его содержания.

Житейские истины можно выражать по-разному. В стихах это получается задушевно и возвышенно, я же, как и положено врачу, выражаюсь прозой. Об одной и той же вещи я говорю по-разному — все зависит от того, что *люди недопоняли из моих предыдущих объяснений*. При этом сама я становлюсь умнее. Меня это не раздражает. А если Вас раздражает, то следует насторожиться. Раздражительность говорит о том, что Вы не уловили сути дела. Это протест против обнаружения того, что скрывается в подсознании, он же — *нежелание признаться в своей глупости*.

У жизни две грани — видимая и невидимая. Первичность невидимого мира я осознала и признала *благодаря незнанию*, которое уготовило мне страдания. Неверие, происходящее от образованности, уменьшается по мере того, как я уясняю для себя все новые грани прочувствованного мною незримого мира.

Всякое понимание означает освобождение от некоей проблемы, связанной с жизнью и здоровьем. Это есть правило, которое относится как ко мне, так и к Вам.

Изменение отношения означает изменение самого человека. Поскольку обычно человек, вместо того чтобы изменить свое отношение, принимается обращать зло в добро, то и результат получается противоположным

ожидаемому. Ведь что хорошо для одного, отнюдь не является таковым для другого. Но об этом как-то не принято задумываться. Мы привыкли жить по мудрым указам и запретам, выдуманнным хорошими и умными людьми. Сила инерции привычки столь велика, что нам и в голову не пришло бы подвергать сомнению мудрость этих указов, если наша жизнь, следуя им, складывалась бы счастливо. Человек, мечтающий о хорошем, не верит, что **сперва следует изменить умонастроение, а вслед за этим изменятся образ мыслей и поступки**. Он будет еще много раз больно расшибать лоб о стену, прежде чем усомнится в *истинном* благе своих добрых побуждений.

Я несколько не стесняюсь говорить о том, что постоянно учусь на чужом опыте, а потому много говорю также и о собственном опыте — вдруг кому-нибудь пригодится. Испокон веков люди учатся у тех, кто сумел наладить свою жизнь. Через признание своих моральных ошибок человек мало-помалу возвышается духом — через тернии к звездам. Зарубежные авторы, чья душа ищет правду, не стесняются рассказывать читателям о своих заблуждениях, после того как уясняют для себя извлеченный из ошибки урок.

Эстонец тоже умеет читать и извлекать для себя урок, но стоит кому-то из эстонцев публично признать свои ошибки, как на него обрушиваются соотечественники. Кто усматривает в этом проявление личного превосходства, кто бахвальство, а кто рвет и мечет, так как ему кажется, что его вынуждают жить по этой же мерке. Ведь каждый мыслит в меру своей испорченности. В другом каждый видит себя и, не умея себя исправить, принимается его поносить. Как водится, из благих побуждений.

Нас считают людьми *суровыми, нелюдимыми*, и мы на самом деле такие. Страдаем из-за собственной замкнутости, но меняться не желаем. По существу это значит, что не осмеливаемся. *Для эстонца изменение себя является показателем слабости*, ибо он желает показать, какой он сильный. Мы не умеем быть в меру серьезными — мы смертельно серьезны. Нынче для разрушения этого стереотипа стало модно разглагольствовать с медоточивым пафосом о Боге, полагая себя при этом духовной личностью. Но **воодушевление духовностью есть истребление духовности!** С людьми, восторгающимися духовностью, вообще труднее всего иметь дело.

Все больше растет число тех, кто считает, будто на них снизошел дух, что им явил себя Бог, даровав особую, небывалую духовную способность. Кто берется за перо, кто за кисть, кто начинает писать стихи, кто — музицировать. Хорошо то, что человек искал и наконец обрел ранее молчавший духовный дар, но плохо, если от первых же проб человек впадает в азарт. Считает себя избранным.

Простая логика подсказывает человеку, обнаружившему в себе талант, что, если тебе даровано нечто особенное, значит, ты этого достоин. Это правильно. Но неправильно, если человек считает себя поэтому лучше других. Такое убеждение останавливает развитие и вызывает ожесточение к другим, не впадающим в мгновенный экстаз от его таланта. Совет же быть **скромнее и осмотрительнее** воспринимается как морализаторство и умничанье.

Человек, считающий себя избранником Божьим, начинает цепляться за Бога. Поскольку же Бог берет начало у человека в сердце, то человек заикливается на себе, то есть становится эгоистом. Догматика всегда можно узнать по тому, что он борется с эгоизмом и эгоистами. **Эгоизм — это себялюбие, или спесь.**

Бываете ли Вы порой эгоистом? Я — да. Поскольку я стараюсь не прозевать своего эгоизма, то частенько его высвобождаю. Но во мне таится достаточно страха оказаться эгоистом и собственно эгоизма, чтобы притягивать к себе обвинителей, причем обвинители не желают понять того, что видят во мне в первую очередь себя.

Книжная премудрость имеет то преимущество, что человек, жаждущий знаний, непременно отыщет нужную ему книгу. Будет ли он читать ее с конца или с начала, вдоль или поперек, кусками или урывками, он обязательно отыщет то, что ему требуется. Неусвоенные уроки будут беречь душу до тех пор, пока не отыщется истина. Кто еще достаточно не настрадался, тот ищет истину лишь в материальной плоскости, прибегает к помощи всего того, что именуется хорошим, пока ему не попадет в руки книга или книга книг, в которой он начнет находить себя. Знать — это хорошо. Понимать — еще лучше. Но и этого мало. Постижение — это очень хорошо. Но и это еще не все.

ПОНИМАНИЕ превращает знание в мудрость.

ПОСТИЖЕНИЕ мудрости превращает ее в житейскую мудрость, или рассудительность.

ПРОЧУВСТВОВАННАЯ житейская мудрость превращается в созидательную способность.

РАССУДИТЕЛЬНОСТЬ превращает созидательную способность в СПОСОБНОСТЬ ТВОРИТЬ.

ЛЮБОЕ ТВОРЧЕСТВО ЕСТЬ ПРЕЖДЕ ВСЕГО СОЗИДАНИЕ САМОГО СЕБЯ.

Современной эпохе свойственна абсолютизация знаний. Бурный рост объема информации вызывает все возрастающий страх перед жизнью, ибо далеко не каждый рождается ученым. Кто уже вкусил горьких плодов скрытой стороны знаний, тот отворачивается от односторонней мудрости и принимается искать нечто необъяснимое, чего жаждет душа. Число таких людей, в страхе отшатнувшихся от знаний, растет во всем мире, в результате чего отношение к мудрости становится отрицательным, ибо эти люди не понимают, что *мудрость является движущей силой материального мира*. Так возникает конфликт между мудростью и рассудительностью прежде всего в самом человеке, а затем конфликт с окружающим миром.

Когда в 1991 г. я отказалась от обрыдлой конвейерной системы, будучи не в силах выносить рутинного подхода медицины, лечащей не человека, а болезнь, то обнаружила, что система меня отвергла. Прежде, между зубьями шестерен, мне было плохо, а теперь стало плохо без них. На всех дверях была вывешена адресованная мне табличка *«Вход воспрещен»*. А если я иной раз и осмеливалась переступить через порог кабинета, то все недавние друзья и знакомые при виде меня разбегались кто куда. Я не могла понять, с чего это вдруг ко мне стали относиться, как к преступнику.

Сейчас я могу рассказывать об этом уже гораздо спокойнее, так как многое поняла, но в то время едва сдерживала слезы. За семь лет, что я копила в себе невыплаканные слезы, или, иными словами, *прикидывалась храброй и пребывала в оборонительной позиции*, я набрала 35 кг в весе. Мне было невдомек, что вся эта энергия не что иное, как стресс, и что его необходимо высвободить.

Душевные тяготы превратились в физические, поскольку я хотела быть хорошей и делать добро, стараясь понять людей, которые записали меня в разряд своих врагов. Я пыталась понять, почему медицина и церковь, с которыми я нахожусь в одной упряжке, видят во мне врага. Научилась смотреть на себя их глазами и стала их понимать. Отгородилась от всех, чтобы не тревожить хороших людей. То был мой страх, от которого разом не избавиться.

И было лишь одно место, где в меня верили, где меня ждали и где во мне нуждались — мой дом. Семья сплотилась вокруг меня, оказывая огромную поддержку, но я ощущала, что долго мне так не продержаться. Я не знала, что делать. У каждого человека бывают трудные минуты, когда он нуждается в поддержке других, но жить лишь за счет опоры означает разрушать опору. Семья для меня является ценностью, которой нельзя злоупотреблять в угоду себе, и я не могла допустить ее разрушения, как бы я себя ни жалела. Я сказала себе: *«Ты всегда помогала другим, а теперь помоги себе. Ты изыскивала способы, чтобы по возможности не причинять пациенту боли. Прекрати же истязать себя!»* Я убеждала себя и спорила, ссорилась и мирилась (сама с собой) — так у меня повелось подсознательно еще с детства. Беда научила меня помогать людям словом. Теми же словами я принялась на сей раз помогать себе. Стало легче.

Человек может помочь другому облегчить груз телесный. Вера помогает снять груз с сердца.

Когда на сердце легко, то никакой груз не бывает слишком тяжелым. Вера в то, что душа сделает верный выбор, является истинной верой, которая помогает и дарует успокоение. Я еще не знала, какой путь выберу, но, размышляя об этом, я обрела душевный покой. Кому мне было верить, если не собственной душе? Иной раз я понимала, что *поверила своему стрессу*, поскольку, будучи уверенной в собственной правоте, я *не ощущала в сердце покоя*. Я принималась высвобождать свои ошибки, и порой меня охватывало отчаяние от того, что работа эта нескончаемая. Многие люди не могут выйти из этого состояния отчаяния. Я вышла, потому что осознала и приняла истину: ***мышление существует, куда существует жизнь вообще.*** А значит, бесконечно.

Мое сознательное развитие началось тогда, когда я получила некоторые зачатки знаний о парапсихологии. Я старалась поверить тому, что эти знания пришли не случайно. Пройденный курс развеял мои опасения, что у меня не все в порядке с разумом. Но почему у преподавателя ко мне столь противоречивое отношение, — этого я в ту пору не понимала. Одно из заданий состояло в описании видений, возникающих в процессе медитации. Как и положено прилежной ученице, я подняла руку, счастливая оттого, что что-то увидела. Когда же на меня в третий раз прикрикнули: *«Отправляйся назад, туда, где ты получила свои знания, и возвращайся очищенной»*, — я сделала вывод, что преподаватель меня не приемлет и нет смысла его раздражать. Свои видения я оставила при себе.

Теперь я знаю, что, как правило, академические знания не позволят интуиции развиваться естественно, и преподаватель решил, что со мной дело обстоит так же. И лишь в последний день занятий, когда один из слушателей попросил преподавателя прокомментировать мое видение, о котором я рассказала другим в обеденный перерыв, преподаватель на ходу процедил сквозь зубы: *«Это значит, что она далеко пойдет»*. Тогда это мне ни о чем не

сказало.

Тем не менее я принялась *уяснять* для себя особенности своего видения мира. Сменился круг моих друзей и знакомых. Они тоже искали себя. Многие из них основательно проштудировали соответствующую литературу, имели обширные познания либо большой опыт в духовной сфере, которым охотно делились. Но я чувствовала, что все это не то. Я чувствовала, что иная популярная теория либо техническое новшество вызывают во мне буквально ощущение опасности, а *следовательно, предназначались не для меня*. Меня спасло то, что я не стала хвататься, подобно утопающему, за каждую соломинку. Во мне стала крепнуть вера в себя, и этому же я учу всех своих пациентов.

Человек остается человеком, чем бы он ни занимался. У тех, кто устремляется к духовному, стрессы посложнее, чем у тех, кто погряз в житейском, и их желание быть лучше всех может превратить тебя в жалкую букашку. Кто боится подобного унижения, тот будет унижен. Что касается меня, то я боялась, сама того не ведая. Один человек, *желающий быть лучше других*, как-то раз бросил мне в лицо обвинение, будто я являюсь реинкарнацией Иуды. Нечто подобное я предчувствовала, ибо моя потребность оставаться самой собою отказывалась исполнять любую волю этого авторитетного специалиста. Странно, но во мне не возникло желания протестовать против такого обвинения.

Я притянула к себе проблему, которой предстояло заняться, и чем больше проходит времени, тем больше я благодарна человеку, выдвинувшему против меня столь суровое обвинение. Не будь его, я, возможно, никогда не стала бы размышлять о подобных проблемах межчеловеческих отношений. Весь последующий год я посвятила общению с Христом и Иудой. Я обратилась к прошлому, проверила состоятельность расхожих представлений о жизни обоих и поняла, что в Библии все это освещено не полно. Опосредовавшие Библию люди не были беспристрастны, а читатели Библии в большинстве своем слепы, так как они зациклены на *словах* Библии.

Я согласна с мнением одного ученого, посвятившего изучению Библии не один десяток лет, который сказал, что чем больше человек изучает Библию, тем больше он отдаляется от религии. Путешествуя по свету, я убедилась в том, что в каждой стране есть хотя бы одна группа людей, утверждающая свое превосходство над другими, в которой представлены Иисус и его апостолы, но нет Иуды. Когда же то тут, то там я тихо роняла, что я — Иуда, на меня глазели с удивлением. Ведь нормальный человек добровольно не признает себя плохим.

Теперь я знаю, что с каждым возрождением человек совершенствуется. Это значит, что в каждую новую жизнь он приходит все более совершенным. Если кто-то прослышит про то, что некогда в прошлом он был, к примеру, королем, и потому в нынешней жизни считает себя выше всех, то в лучшем случае ему выпадут страдания физические, а в худшем — помутнение рассудка. Так проявляется *желание всегда и во всем быть лучше других*. Если кто прознает про то, что в предыдущей жизни он был преступником, и потому *считает себя хуже других* в нынешней, тот истребляет себя либо духовно, либо физически. Непонимание предыдущих жизней может привести к фатализму. Иуда помог мне избежать этой напасти, и Христос его поддержал.

Иуда был столь же сверхсильной личностью, как и Христос. И для того чтобы учение Христа выглядело более выпукло и доходило до людских сердец, был нужен Иуда. Оба явились на свет, чтобы выполнить каждый свою миссию. Одного из них человечество обожествляет, другого презирает, а потому обречено страдать, покуда не исправит свою ошибку. Презрение является недоброжелательной злобой, которая будет вызывать наитягчайшее страдание — раковое заболевание — до тех пор, пока человечество не усвоит сущность плохого. При всяком удобном случае я совершала странствие во времени и повторяла маршрут Иуды, а сама временами думала: и все-таки это не может быть правдой. Однако душа была удовлетворена сделанным. Когда весной 1998 г. я приземлилась в Израиле во время египетской песчаной бури, то от удивления у меня едва не отвалилась челюсть. Меня встретил точно такой же Израиль, каким я видела его во время своих странствий в прошлом. Казалось невероятным, что и небо, и земля, и строения имеют одинаковый бледно-желтый цвет. Но именно такими они предстали передо мной. Песчаная буря окрасила все в один цвет. Ни одно из мест, связанных с Христом, не поразило меня в большей степени.

Интерес к прошлому начал ослабевать, когда я поняла, что в каждом человеке заложена энергия Иуды, и если я когда и была Иудой, то в этом нет ничего плохого, ибо это уравнивается скрытой энергией Христа. Однако я чувствовала, что его сверхмощной истинной благодати во мне нет, а значит, нет и Иуды. Несмотря на это я безмерно благодарна за урок. Теперь я знаю, что настоящим Иудой я все же не была, однако желания прыгать от радости по этому поводу я не испытываю.

Закономерен вопрос: если я обладаю способностью видеть предыдущие жизни, то почему я не знаю, кем была в прошлом? Мое внутреннее чувство опасности не позволяло мне оценивать предыдущие жизни с абсолютной достоверностью, потому что это означало бы зациклиться на них. Неважно, кем был человек в прежней жизни, — важно, что он в ней усвоил, а что осталось неувоенным, из-за чего он и является в эту жизнь, является доучиваться. Из каждого урока человек извлекает то, что он способен воспринять, но этой способности мешает *гордыня*. Поэтому-то я не испытываю ни малейшего любопытства относительно вещей, из-за которых люди задирают нос. Если предыдущая жизнь даст о себе знать, то, значит, я созрела для ее понимания. Я все больше и больше старалась избегать с пациентами разговоров об их прежних жизнях.

Кто сам не умеет, тот ищет помощи. Однажды я обнаружила, что у меня появился духовный наставник, которого я вижу и чувствую и который не осуждает моих воззрений. Я была счастлива, что духовный мир принял меня в свои ряды. Я не боялась того, что это может обернуться злом, *ведь сама я зла не делала*. Поскольку я не была уверена, в полной ли мере добро и зло духовного мира совпадают с добром и злом мира материального, то на всякий случай не решалась заговорить со своим Учителем. Я пыталась угадать его отношение ко мне.

Не раз и не два я ловила себя на ощущении, что он не одобряет моих поступков. Но больше всего меня удивляло то, что любую негативность, как мне казалось, он оставлял без внимания, тогда как при малейшем проявлении *самопожертвования* взгляд его делался столь суровым, что нельзя было понять его отношения. И когда я наконец окончательно поняла, что мое благое самопожертвование — вещь хуже некуда, то обнаружила, что Учитель исчез.

Меня охватил страх. Прошли сутки, в течение которых я занималась самобичеванием, прежде чем осмелилась предстать пред ликом Духовности. Передо мной возник новый учитель. Вскоре его сменил третий, затем четвертый и т. д. Я спрашивала у других устремленных к духовности, было ли с ними нечто похожее, но у них все складывалось иначе. У них был один учитель, который пришел и остался, словно преданный домовой, на которого всегда можно положиться. Частая же смена учителей показалась мне странной, пока я наконец не сообразила, что *учителя сменяются в зависимости от успеваемости ученика.*

Каждому ученику достаются именно такие учителя, которые ему необходимы. Восприимчивый ученик быстро впитывает все знания учителя. Духовные учителя осознают свой уровень развития и охотно уступают место другому, более высокого уровня, если ученик готов к этому. Даже если ученик всем доволен и не помышляет о лучшем. Спокойная и благодарная восприимчивость являются необходимым условием развития. Это не означает, что человек, имеющий только одного учителя, топчется на месте. Это означает, что каждый человек развивается по-своему. Кто карабкается вверх шаг за шагом, а кто оказывается на облаке единым махом. Важно, чтобы мы были довольны своим развитием. Если человеку что-то дается, а он, вместо того чтобы уяснить смысл приобретения, желает все больше и больше, то он может лишиться всего.

Я пишу эти строки потому, что многие вставшие на путь духовных поисков люди имеют духовных наставников, которых они ощущают, слышат или видят и которые передают своим ученикам необходимые знания. Ученик же от большого страха лишается рассудка. Люди, у которых страхи поменьше, цепляются за учителя, боясь его лишиться. Они считают его самым умным, а в качестве аргумента выдвигают знания, полученные от учителя. Обладая новейшей, по их мнению, информацией, они причисляют себя к числу очень умных — если не самых умных — и не замечают, что развитие прекращается. Отсюда мораль: *пусть учитель будет опорой, но шагать нужно самому.*

Был у меня учитель по имени Герое. До него я не догадывалась поинтересоваться у учителей их именами. Глядела я, глядела, как рыжеволосый Герое, большой и сильный, поднимается в гору по крутой лестнице, в то время как я карабкалась вверх по отвесной скале, стремясь не отстать от него, и однажды спросила с укором: *«Ты идешь по лестнице. С какой стати я должна выкладываться?»* Он любезно посторонился, и я забралась на лестницу. Но уже через три ступеньки с удивлением обнаружила, что лезу назад на свою жуткую скалу. Герое заметил: *«Ну, что я говорил?»* Я поняла, что он знает меня лучше, чем я сама. До меня дошло, что у меня свой путь и что чужая проторенная дорога не для меня. И хотя я не понимала, что это значит, я почувствовала, что необходимо верить в себя.

Во мне окрепла вера в себя, и результаты моей работы улучшились. Словно в награду за достигнутое, меня как целителя премировали все более серьезными и сложными случаями заболеваний. Я искала решения и находила их. Когда больные поправлялись, я двигалась вперед в своем развитии. Когда не поправлялись, я все равно продолжала развиваться, поскольку старалась понять, почему они не выздоравливают. И сейчас я развиваюсь так же.

В конце 1992 г. явился мне странный учитель. Его медленная походка, увесистый посох и неподвижный взгляд внушали почтение. Перед ним всегда

была тень, а за спиной — свет. Пронзающий тень взгляд повелевал без слов, магическим образом нейтрализуя всякое сопротивление, и вместе с тем во взгляде отсутствовало принуждение. Он пробыл со мной совсем недолго. Не успела я к нему привыкнуть, как он засобирился в путь. На прощание он вручил мне перо, вручил как нечто само собой разумеющееся — такова была его манера вообще. Я безропотно приняла перо, как и подобает послушной ученице, и лишь потом поняла, что собственно мне дали.

Я запаниковала. Первое, что пришло на ум, — вернуть перо обратно. Принялась с жаром объяснять, сколько конспектов и истории болезней мне пришлось исписать за свою жизнь. Приводила доводы и аргументы, почему из меня никогда не получится автор чего бы то ни было. Как будто он ничего из этого не знал. Но у меня не было времени думать о таких вещах, мне нужно было избавиться себя от свалившейся на меня обязанности.

Он же, как всегда, держался невозмутимо. Мои слова отскакивали от него, как от стенки горох. Перо красноречиво маячило передо мной, а учитель исчез вдали. Со мной остался свет, сиявший у него за спиной. Охватившее меня ошеломляющее предчувствие, которому я не могла поверить, заставило что-то предпринять. Ведь не может быть, чтобы из меня получился писатель! Я же не умею! Вдруг я сообразила окликнуть его: «*Послушай, я даже имени твоего не знаю*» Медленно обернувшись, он ответил: «*Гомер*» — и исчез.

Я страшно испугалась. Что мне, горемыке, было делать в такой ситуации? Вся моя строптивость моментально улетучилась. От всего сердца я стала просить прощения за то, что мое нежелание могло быть воспринято как сомнение в его компетентности. Я же не знала, кто он такой. Хотя могла бы это почувствовать и довериться своему чувству. Я бросилась к энциклопедии, так как со школы мало что помнила о Гомере. Оказалось, что он был слепой. Это все расставило по своим местам. Не оставалось сомнения в том, что это действительно был Гомер, легендарный греческий поэт. У меня же на голове волосы встали дыбом, когда я осознала, чем это все для меня чревато. Как Вы, возможно догадываетесь, я отнюдь не была счастлива.

В течение трех дней я приходила в себя, собираясь с духом. Размышляла и взвешивала, взвешивала и размышляла, пока наконец не пришла к выводу, что Бог мудрее, чем я. Если надо, значит, надо. А когда именно, жизнь покажет. Через месяц по просьбе друзей я написала тонкую брошюру «*Прощение, любовь, здоровье*». Имелась и мотивировка: поменьше говорить самой. Письменным трудом брошюру и назвать-то нельзя было. Больные прочитывали ее накануне приема, а собственно время приема уходило на то, чтобы разобраться в проблемах больного. Мне стало легче, а пациентам — яснее. Когда же брошюра быстро распространилась по Эстонии, — с нее снимали копии — я поняла, насколько она нужна. Положительные отзывы убедили меня в том, что я на верном пути. Работа ладилась, больные шли на поправку, и у меня не было причин жаловаться. Но я и предположить *не могла*, что ожидает меня впереди. Поэтому лишь теперь, в начале своей четвертой книги, я могу об этом говорить.

Если бы я не верила в себя, то не поверила бы в незримое. А значит, не поверила бы в Гомера — посланника Бога. Если бы я не верила в себя, то не смогла бы противостоять давлению со стороны всех тех, кто прямо или косвенно старался сделать из меня *вновь нормального человека*. Ум считает себя вправе истребить все то, что недоступно его разумению. Своим молчанием Гомер продемонстрировал, что **когда вещает ум,**

рассудительность безмолвствует. Я взяла с него пример и поняла, что **когда вещает рассудительность, ум старается ее перекричать.** И мне стало легче переносить удары ума и не обижаться. Я научилась понимать скрытую сторону ума, не отождествляя ум с умным, а глупость с глупым.

Миновал почти год. Мое твердое, идущее изнутри убеждение в том, что человеку можно помочь, не причиняя ему боли, принесло мне новые испытания и новых духовных учителей. Являлись они то поодиночке, то по несколько сразу, а то целой командой. Мне было хорошо в их обществе, покуда не настал день, когда я увидела, что к нашей компании приближается некто незнакомый. А когда я разглядела в его руках целую охапку письменных принадлежностей, мне захотелось превратиться в мышонка и пуститься наутек. Чтобы совсем не пасть духом, я сказала себе: *«Ведь я не обязана ему верить»*. А он все приближался, и тогда я, чтобы не выдать страха, спросила: *«Как тебя зовут?»* Он назвался. Оказалось, апостол Павел. Спустя полгода я как умела, хорошо ли, плохо ли, написала свою первую книгу. Как видите, продолжаю писать и поныне. Ищу и нахожу причины болезней. Разъясняю их больному и учу его помогать себе. Исцеление больного является проверкой знаний. Могу подтвердить, что все изложенное в книгах прошло проверку и может быть использовано каждым человеком для лечения его болезней. Кто верит и начинает работать над собой, тот исцеляется. Кто не верит, тот, естественно, помогать себе не станет и не поправится. Может статься, рассердится на данную теорию либо на автора этих строк, и ему станет еще хуже. Прежде мне хотелось всех вылечить, но теперь я знаю, что исцеление зависит от самого человека. Желание доказывать, что лечение мыслями может помочь любому страждущему, постепенно идет на убыль, как и моя собственная хроническая болезнь. Я знаю: **житейскую истину не надо доказывать — она сама себя докажет.**

Моя *уверенность* в том, что помочь можно всем людям, причинила мне немало боли, покуда не сменилась *верой* в то, что помочь можно только тем, *кто в этой помощи нуждается*, ибо они готовы эту помощь принять. Всякое знание, принимаемое человеком, автоматически влечет за собой соответствующую жизнедеятельность. А знание, принимаемое добровольно и соответствующее личным потребностям, влечет за собой *уравновешенную* жизнедеятельность.

Мои слова звучат фантастикой для тех, кто не умеет видеть невидимое и потому не верит. Но знайте, вера в себя определяет жизнь человека, ибо Бог начинается с самого человека. Фантастикой принято называть вещи нереальные, вымышленные. Задумайтесь над словом «вымышленный». Как будто изнутри, из невидимых тайников, наружу извлекается мышление. Как можно извлечь наружу то, чего внутри нет? Таким образом, **фантастика — это извлеченное наружу подсознание, которое люди не смеют признать достоверным.** Кто верит в себя, тот дает простор своей фантазии, и в результате может получиться великолепная вещь. Кто же боится мнения других, тот доказывает наличие у него фантазии на материальном уровне, а если позволяет возраст, то впрягает ее и в творчество. Если верящий в себя человек доказывает фантазию творчеством, то не верящий в себя может так и не дойти до творчества — вся его жизненная сила иссякнет, пока он будет биться и доказывать. А к какой категории относитесь Вы?

Обрести себя лучше всего помогает страдание.

Когда я в возрасте 33-х лет в шестой раз покинула сей бранный мир и наблюдала за тем, как меня пытаются оживить, то поняла, что медицинская

наука, на изучение которой ушла большая часть моей жизни, является малюсенькой и отнюдь не самой важной частью помощи, в которой нуждается больной.

Этот случай возродил в моей памяти другие, произошедшие со мной в раннем детстве. Свои «уходы» я не хочу называть смертью, потому что о смерти всегда говорят как о вещи очень страшной. Для меня это были особенные мгновения, когда из памяти стирались физические страдания и наступало невыразимое состояние покоя и защищенности. И тем не менее всякий раз, когда я была готова там остаться, у меня возникало ощущение, что нужно вернуться и доделать что-то очень важное. Я знала, в чем дело. Это было главной проблемой для моей детской души. Я не могла уйти, не исправив плохого.

Иной раз случалось, что я покидала этот мир из желания мести. И в то же время мне нисколько не хотелось мстить. Во мне боролись «хочу» и «не хочу». Я чувствовала, что если уйду, то это будет мстью, а поскольку я этого боялась, то возвращалась. В душе росло чувство вины перед родителями, которым я причиняла горе. Свое отсутствие я не называла смертью, но знала, что это смерть. А так как мне было известно, что мама панически боится смерти, то об увиденном я никогда никому не рассказывала. Разговорами я навредила бы как себе, так и другим. Моя тайна служила мне своего рода сокровищем и убежищем. Там я находила пристанище, когда мне было плохо, и там я могла быть *наедине с собой и сама собой*. Уход в духовный мир перестал восприниматься мной как смерть. Время от времени я раздваивалась и позволяла телу делать то, что требует мир взрослых, не испытывая при этом душевных страданий от вынужденной ситуации. Я знала, что я — ребенок, но также ощущала себя взрослой, гораздо старше, чем, например, моя мать. Меня считали серьезным, скромным, умным ребенком и вместе с тем терпеливым страдальцем, которого можно использовать в своих целях. И когда это случалось, я не понимала, как они не понимают, что я это понимаю. Над всеми этими проблемами я ломала голову всю свою жизнь, а потом до меня дошло, что умом это невозможно понять. Понимание, рождается не в голове, а в сердце.

Помню, что, когда меня обследовали или лечили врачи, я уже понимала, что девять из десяти мучительных процедур были ненужными. Я недоумевала, почему умные врачи не понимают этого. Если бы нашелся один врач, который посмотрел бы мне прямо в глаза и спросил: *«Девочка, скажи мне, почему ты такая больная!»* — то я бы ему ответила. Ведь я знала причину. Она известна каждому ребенку, но рассказать можно только тому, кому доверяешь всем сердцем. Врачи, как правило, к их числу не относятся. Мои страдания приглушались, когда я говорила себе: *«Когда я стану врачом, то никому никогда не причиню понапрасну боли»*.

Я уже тогда знала, что у врачей благородные цели, поэтому с детства терпеливо сносила всякого рода атаки со стороны медицины, хотя должна сказать, что они весьма болезненные, а иной раз непереносимые. Причем я не имею права заявить ни одному материалисту, что он заблуждается. Более того, не имею права ответить ему в его же духе, унижить его, обозвать слепым. Мой священный долг — прощать и любить его. Даже если разум требует: *«Отомсти! Ведь тебе это сделали осознанно и обдуманно»*, — то чувство говорит, что это — страх. Страх, который перерос сейчас в злобу и громогласно взывает к восстановлению справедливости: *«Ты сама навлекла на себя это плохое, потому что боишься его»*.

С годами я научилась прислушиваться к голосу сердца и могу совершенно спокойно спросить себя: *«Чему эта ситуация меня учит? Что она означает?»* И когда я всем сердцем стараюсь понять, то вскоре рассудительность по-дружески шлепает меня по лбу и говорит: *«Надо же быть такой глупой! Могла бы исправить эту ошибку и раньше, будь ты более благоразумной. А поскольку не сумела, была вынуждена страдать. Но я тебя люблю и потому прощаю за ошибку. Прости, и ты другим».*

За время работы гинекологом, с 1974 года, мне приходилось причинять боль пациенткам, страдать вместе с ними, мучаясь от чувства вины, а также часто вспоминать собственную клятву. В результате я сама тяжело заболела. Помогли ли мне сколько-нибудь лекарства, я сказать не могу, но осложнений вызвали уйму. Осознание того, что причина болезней заключается в беспокойной, сопряженной со стрессами жизни, вызывало у меня желание бежать от них куда глаза глядят. Но я понимала, что *от стрессов не убежишь*. К счастью, я вовремя оценила великую ценность семьи и свою роль в ней. Полученное образование заставляло превыше всего ценить ум и труд, однако жизнь все расставляет по своим местам, безжалостно и разумно. То же произошло и со мной.

Отчетливо помню свой шестой уход из жизни. Я знаю, если бы я сама того не хотела, то даже самые распрекрасные врачи с их самыми распрекрасными лекарствами не смогли бы вернуть меня с того света. Как медик и как эзотерик я нахожу вполне обоснованное объяснение подобной ситуации. Теперь-то я знаю, что смерть не может принять в свое лоно беглеца, если у того осталось недоделанным нечто такое, что по смыслу шире, чем личная материальная жизнь. Но тогда я этого не знала. Когда в 1991 году у меня обнаружили тяжелое сердечное заболевание, я отчетливо ощутила, что если и теперь ничего не изменю в своей жизни, наступит седьмая смерть, и она будет последней. В ту пору про реинкарнацию я ничего не знала.

Жизнь дает человеку то, в чем он нуждается, — уметь бы только это принять. Я сумела, ибо *лучше всех учит смерть*. С 1992 года я все более углубленно занимаюсь изучением мира мыслей человека и испытываю все большее удовлетворение собой. Ведь теперь я в состоянии помочь людям излечиваться без боли от все более и более тяжелых болезней. Вера в себя позволяет принять данное от Бога, делать выводы и выстраивать логические системы избавления от недугов. **Вера в себя не возникает сама по себе.** Для этого надо прислушиваться к своим чувствам, извлекать уроки из ошибок и признавать свои заблуждения. Ошибок бывает много, и они бывают разными.

К ошибкам относится хотя бы то, что я знала, что нужно вести записи своей врачебной практики, но не хотела в это верить. Мне становилось смешно при мысли, что я стану писателем. Кичась своим умом, я не сразу поняла, что как мое ясновидение, которое с каждым днем становилось все прозорливее, так и символические образы, которые требовали истолкования, — все это *даровано мне свыше*. Моя же личная роль заключалась только в том, чтобы мне хватило смелости посвятить себя писательскому труду.

Настал день, когда я была вынуждена признать, что никак не успеваю рассказать всем больным все то, что необходимо. И тогда я взялась за перо. Излагая на бумаге суть моего лечения, я, помимо прочего, надеялась тем самым обуздать возрастающую агрессивность медицины. Вынуждена признать, что это не удалось. В 1998 году мне было отказано в продлении лицензии на работу в качестве гинеколога, а Эстонское общество гинекологов

даже официально пригрозило лишить меня звания врача.

Я оказалась на распутье, где предстояло сделать выбор — остаться врачом либо самой собой.

Я учу прощать, а не носить в себе злобу.

Если с такими взглядами негоже быть врачом, то человеком быть гоже.

В человеке заложена *потребность помогать*. Страх превращает потребность в желание. *Желание помогать* приводит человека на поприще медицины. Когда потребность быть человеком встречается с желанием быть врачом, то на первых порах верх одерживает врач. Потребность быть человеком руководит его деяниями. Ум врача говорит: я вылечил этого больного, но чувство говорит: это на сей раз, что будет дальше, неизвестно. И пациент вскоре снова заболевает.

Чем самозабвеннее врач лечит больных, тем быстрее осознает, что лечение, то есть ликвидация последствий, не имеет смысла, и он начинает искать смысл жизни в ином. Подготовка к специальности врача не сравнится ни с какой другой специальностью по затрате труда, времени и средств. Потому-то врачи цепляются за престижность своей профессии, принуждая тело работать в качестве врача, душой же отстраняясь от роли помощника. ***Страх быть самим собой вынуждает человека быть чужим даже для самого себя.***

Кто ощущает, что он попал в тупик, тот вынужден действовать. Врач, который надеется найти выход из материальности, может даже заняться бизнесом. Если в его душе живет потребность помочь другим, то он не найдет душевного покоя, даже когда поделит свой бизнес между страждущими. Душа всегда ищет истинное решение. Любой врач приходит к пониманию того, что истинная помощь заключается в предупреждении болезней.

Профилактическая, или предупреждающая, медицина, тем не менее представляется большинству врачей делом зряшным, выматывающим душу — не рубить же сук, на котором сидишь.

Для кого всего важнее истина, тот приходит к философии — науке о наиболее общих законах природы, общества и мышления. Большое число философов, благодаря которым человечество шагнуло вперед в своем развитии, имели медицинское образование. Остальные принадлежат к тем, кто ощущал потребность помочь страждущему человечеству. ***Философия и есть подлинная предупреждающая медицина.***

Время мечтать о предупреждающей медицине миновало. Человечество слишком больно, чтобы предаваться одним лишь мечтам.

Тело — зеркало духовного развития

Природу человеческого здоровья можно толковать по-разному. Существует масса учений и учителей, и их число все растет. Речь идет не о школьных учителях, которые учат нас очень многому, ибо считают, что дети глупы. Речь идет о духовных учениях и наставниках. Один учит: думай правильно и будешь здоров. Другой учит: дыши правильно и будешь здоров. Третий учит: питайся правильно и будешь здоров. Четвертый: двигайся правильно и

будешь здоров. Кто прав?

Каждый из них мертвой хваткой держится за свою правду, а его последователи делятся на две категории. Одни выздоравливают, другие нет. Первые говорят, что теория верна, другие, что неверна. Проходит время, и половина из выздоровевших заболевает вновь. Из заболевших половина выздоравливает, ибо они нашли помощь на стороне. Но если они заикливаются на помощи, полученной на стороне, считая ее единственно верной, то заболевают снова и уже более серьезно. Причина в том, что время имеет свойство разрушать догмы. Как первые, так и вторые разочаровываются в своем божестве.

Человек, который **верит** в то, что **все сущее имеет свое предназначение**, начинает размышлять, *почему* это так. К нему приходит понимание, что одному нужно одно, другому другое, а *ему самому* нечто *третье*. Это означает, что человек развивается духовно. Кто развивается духовно, тот развивается и физически, а вместе взятое это и есть подлинное развитие. Человек, который совещается сам с собой, не впадает в крайности. Это значит, на его долю не выпадают большие страдания. Такой человек предчувствует все заранее и **доверяет своим чувствам**. Его прозорливость становится более совершенной благодаря выводам, которые он делает на основе опыта.

Прозорливость и последующее осмысление являются той почвой, на которой произрастает рассудительность. Рассудительный человек достигает многого малыми средствами, использует маленькие возможности для получения больших результатов. Умная наука, возможно, не признает такой способ действий, однако все великие открытия начинались с малых дел. О таких делах эстонцы говорят, что они делаются «на коленях». Почему работа, сделанная «на коленях», приобрела символическое значение? Потому что **колени выражают продвижение в жизни**. То, как Вы описываете или характеризуете свои колени, в равной степени относится и к Вашему продвижению. Если Вы движетесь напористо, то Вы боретесь с препятствиями. Всякий раз, когда Вы злитесь на то, что не получили желаемого, состояние Ваших **коленей** ухудшается. Продвижение бывает духовное, душевное и физическое, но до тех пор, пока мы извлекаем уроки лишь из физических страданий, все будет отражаться на физическом состоянии коленей.

Покуда человек жив, он движется и чего-то достигает. Если он этим доволен, то колени у него здоровые. Стоит же возникнуть недовольству (т. е. отрицательному отношению к своему продвижению в жизни), как в коленях появляется недуг.

Заболеванию предшествуют предупредительные сигналы. Ими являются:

- **хруст в коленях**
- **слабость в коленях**
- **болезненно-щемящее ощущение в коленях**
- **«щелканье» в коленях.**

Говоря о коленях, нельзя не остановиться на понятии сердечности. Вы наверняка считаете сердечность исключительно положительным качеством и ни секунды в этом не сомневаетесь. **Сердечность — это чрезмерность, спровоцированная чувством вины.** Это есть *желание доказать*, что у меня

внутри есть сердце, словно кто-то сомневается в его наличии. Обратной стороной сердечности является **бессердечность**. Вероятно, нет смысла подчеркивать тот факт, что и у бессердечных имеется сердце. Кто избавляется как от сердечности, так и бессердечности, тот становится человеком, знающим дело.

Знающий дело человек чувствует и знает, как делать дела и не впадает в крайности, которые мешают продвижению в жизни. Колени у него здоровые. Знающий дело человек умеет сочувствовать, и колени у него не подгибаются от слабости, потому что он не испытывает ни к кому и ни к чему жалости.

Знание дела и деловитость не одно и то же. Можно быть деловитым и в то же время действовать машинально. **Деловитость и машинальность** — это разные уровни одной и той же энергии.

Если человек **желает** одновременно быть сердечным и преуспеть в жизни, то он либо бывает сердечным и не продвигается вперед, либо же становится бессердечным тираном. Почему? Потому что корни дерева, прочно сидящие в почве, не поспевают за ростом кроны. Иными словами, каждый развивается в своем темпе. Кто желает быть сердечным по отношению к притормозившим в развитии родителям, родственникам, людям вообще, тот стыдится выказывать свое продвижение перед другими, чтобы это не сочли бахвальством.

Желание быть для всех хорошим подобно клею, который склеивает прошлое и будущее и который отзывается **хрустом и скрипом в коленях** всякий раз, когда идущий удлиняет шаг в направлении будущего. Подобные ощущения заставляют укорачивать шаг, словно говоря: ты отрываешься от остальных. Прежде чем идти дальше, высвободи свои стрессы, тогда сможешь уйти далеко вперед, не испытывая душевных терзаний, и отставшие станут относиться к тебе с уважением. Теперь понимаете, как хорошо, когда колени больные? Они учат высвобождать прошлое, настоящее и будущее — те же стрессы.

Слабость в коленях выражает безысходность, возникшую по поводу продвижения в жизни. Она возникает, когда человека охватывает страх и он начинает сомневаться в успешности будущего. **Ощущение слабости в коленях** свидетельствует о том, что наступил момент слабости, когда человек теряет на мгновение веру в себя и тем самым в свое продвижение. У кого подгибаются колени, тот не может повернуть назад. Слабость в коленях вынуждает человека задержаться на месте, поразмыслить над своими деяниями и решить, что нужно и что не нужно, чтобы не бежать понапрасну.

Если человек постоянно гонит себя вперед, не позволяя расслабиться, то в минуту передышки он может испытать слабость в коленях от одной мысли, что время тратится впустую, а дело стоит. А это само по себе является самобичеванием, смешанным с жалостью к самому себе. **Поэтому недуги коленей всегда связаны с сердцем.** Первые признаки слабости в коленях всегда бывают при спуске с лестницы или с некоей высоты.

Это говорит о том, что данный человек стремится всегда идти в гору, и если в какой-то миг этого не происходит, то это равнозначно падению с горы, то есть унижению. А унижения он боится до такой степени, что колени подгибаются.

Безнадежность вызывает ослабление. Безнадежность по поводу своего продвижения в жизни приводит к ослаблению коленных связок, из-за чего возможно смещение костей и хрящей, образующих коленный сустав.

Происходит **растяжение, вывих, смещение или перелом**, и продвижение в жизни надолго приостанавливается. *Состояние связок* коленного сустава отражает *продвижение в жизни при помощи связей*. **Любовные связи** придают продвижению в жизни оптимальный характер. То же относится к **дружеским связям**. Если Вы ощущаете себя в напряжении и в состоянии зависимости от **деловых связей**, то в таком же состоянии напряжения находятся Ваши коленные связки, при этом наблюдается некоторая избыточность соединительной ткани. Рассмотрим конкретные случаи:

1. *Честные и откровенные деловые связи* обеспечивают здоровое состояние гибкательных и разгибательных связок.
2. *Честные деловые связи, учитывающие интересы всех сторон*, обеспечивают здоровое состояние боковых и поперечных связок.
3. *Скрытые, неформальные деловые связи, основанные, тем не менее, на уважении к партнеру*, гарантируют здоровье коленных внутрисуставных связок.
4. Если Вы *используете свои связи, чтобы кого-то надуть* и преуспеть самому, то происходит разрыв связок, и Вы выбываете из строя. *Чем беспощаднее цель, которую Вы преследовали, тем кровавее* работа хирургов, сшивающих Вам связки. Крайне сложные повреждения коленных суставов, выпадающие на долю спортивных звезд, говорят о том, сколь изощренно они продают свое тело. Они считают себя преуспевшими в жизни, однако состояние их коленей свидетельствует об обратном.

Болезненно-щмящее ощущение в коленях свидетельствует о страхе, который человек испытывает из-за того, что жизнь застопорилась. О судорожном страхе из-за того, что случится, если все так пойдет и дальше. Это ощущение не остается незамеченным. Человек чувствует, словно что-то нехорошее прошибло все тело. Боль в колене сильно пугает — ведь человек может упасть. Но при этом такое же **щмящее чувство в сердце** не замечается, и нехорошее ощущение связывается с коленом. Когда же сердце щемит без болезненных ощущений в колене, у человека возникает смертельный страх, поскольку нарушение сердечной деятельности вызывает предощущение смерти. Теперь понятно, почему люди впадают в панику всего лишь от неприятного ощущения в коленях?

«Щелканье в коленях равнозначно ударам кнута, которым погоняют упершуюся деревянную лошадь. Дерево — это энергия, питающая желание быть хорошим человеком. Если лошадь уперлась и не может идти дальше, но идти должна, ее начинают хлестать кнутом. Так и человек, упершийся в преграду. Чем громче удар, тем крепче кнут. Щелчки в колене происходят оттого, что коленный сустав обезвоживается. Иначе говоря, человек во имя сохранения репутации изо всех сил подавляет в себе печаль и злобу, вызванные застоєм в движении, тем самым как бы выжимая из живых тканей все жизненные соки.

Приступ злости на застой в жизни приводит к разрыву сухожилия.

Приступ злости на того, кто выбил у тебя почву из-под ног, не сдержал обещания, не выполнил уговора, из-за чего тебе пришлось немало побегать, чтобы задуманное не сорвалось, **вызывает повреждение мениска** коленного сустава. Мениск — это как бы буфер при продвижении в жизни. Кто взваливает на себя непомерную ношу, стремясь выслужить любовь либо

добиться почета и славы, тот словно превращается в перегруженный буфер, который спокойно переносит ровное движение, но не выносит резких толчков.

Буфер также принимает на себя удары, наносимые людским коварством и предательством. Если *кто-то отошел в сторону* и ты остался один, то мениск у тебя смещается относительно центральной оси, чтобы принять удар на себя. Если *кто-то рванулся вперед*, задвигая тебя в тень, то мениск смещается вперед. Если *кто-то отошел в тень*, выдвигая тебя вперед в качестве мишени и козла отпущения, то мениск смещается назад. Мениск может смещаться, когда коленный сустав слишком ослаблен. При удалении мениска колено на первых порах может казаться здоровым, но если подобные стрессы продолжаются, в будущем придется заменить весь коленный сустав на искусственный.

Для кого продвижение в жизни важнее самой жизни, у того стрессы, оставшиеся в теле от удаленного мениска, переносятся в сердце, *если человек начинает себя обвинять и жалеть*. Удаление любого органа или ткани является ничем иным, как удалением участка, перегруженного стрессами и пришедшего в негодность. Находившаяся там энергия рассредоточивается по всему телу либо переходит целиком в одно конкретное место.

Спереди коленный сустав покрывает или защищает коленная чашечка — пателла. Чем сильнее желание заручиться чьей-либо защитой при продвижении вперед, тем большей опасности подвергается коленная чашечка. Если Вы сильно злитесь на то, что Ваше продвижение не нашло одобрения, поддержки, духовной или физической защиты, то пателла может повредиться.

В коленном суставе может скопиться **вода или кровь**. Вода говорит о том, что человек стремится скрыть свою печаль по поводу унижительного отставания в жизни. Кровь является результатом травмы. Желание отомстить тому, кто виновен в жизненных неурядицах, может настолько обозлить человека, что он готов двинуть коленом по чему угодно. Большой травмы и не надо. Чем сильнее человеку хочется наподдать другому, тем тяжелее травму он сам получает.

Если у Вас иной недуг в коленях, о котором не шла речь, то постарайтесь додумать сами. Прислушайтесь к своим мыслям и словам, которыми Вы характеризуете больное место, и высвободите энергию услышанного, тогда болезнь начнет потихоньку отступать. Любое даже незначительное сопротивление со стороны хвори означает, что такое же сопротивление имеет место в Ваших мыслях, оно же — нежелание менять свои воззрения. **Малая помеха превращается в большого врага, если мы относимся к ней, как к врагу**. В то же время большая преграда перестает быть врагом, если мы уясняем для себя ее смысл.

От веры в свое успешное продвижение в жизни зависит как духовное, так и физическое продвижение.

Вера — основа всего

Есть люди, которые всю свою жизнь прибегают к одному и тому же средству

для облегчения своих бед. Все эти хитрости и приемы передаются из уст в уста, а порой попадают и в книги. Они то предавались забвению, то вновь извлекались на свет, обряжались в новую, современную одежду и вновь пускались в ход. В медицине их частенько называют дурацкими и вредными чудачествами, поскольку умная наука не в состоянии объяснить природу этих колдовских штучек. Почему? Потому что *медицинскими лабораторными анализами энергию нельзя обнаружить и доказать.*

Вспомните, есть ли среди Ваших родных или знакомых человек, который при первых симптомах простуды принимается тут же пить горячий чай и назавтра хвори как не бывало? В другой же раз он говорит, что, кроме чая, надо бы сделать горячую ванну для ног. При первой же возможности опускает ноги до середины голени чуть ли не в кипяток, прихлебывая при этом *горячий чай с медом*, пока его лоб не покрывается каплями пота. Затем натягивает *на распаренные до красноты ноги шерстяные носки, забирается под одеяло, чтобы пропотеть.* И он опять здоров. Проникшая в организм простуда была выведена вовне, и человек не заболел.

Может, Вы знаете более эффективное средство для борьбы с простудой? Не знаете? И не узнаете, ибо лучшего средства нет на свете. А теперь сравните этого человека и себя. Возможно, вы друзья, а это значит, что вы с ним похожи. Однако между вами есть одно отличие, которое определяет жизнь и здоровье каждого из вас. **Он верит в природное начало, Вы — нет.** Он верит, что в природе есть лекарство от любой болезни, и для него это действительно так. Свою потенциальную болезнь он вымывает из тела еще на *нематериальном уровне, на уровне чувств.* Вы же ждете, пока болезнь материализуется, чтобы затем бороться с ней с помощью лекарств. Поскольку болезнь является активной энергией, то приходится глотать много вредной химии, прежде чем болезнь будет убита и похоронена в Вашем теле.

Вера в Создателя есть вера в его творение, в том числе и в природу.

Природа с ее растительным и животным миром является частью созданного мира. Вне созданного нет ничего. Умный человек радуется новым открытиям и достижениям науки, ибо надеется, что жизнь от этого станет лучше. Умному невдомек, что **невозможно открыть то, чего нет.** Поэтому умный в своем развитии вынужден страдать так же, как и глупый, покуда не перестанет ставить ум выше рассудительности.

Жизнь — это движение разных видов энергии. Выражаясь более современным языком — это движение информации. Чем лучше, то есть свободнее движется информация, тем обширнее знания. Информация, которая движется в горизонтальной плоскости и которая отражает жите-бытие материального мира, развивает наш кругозор. Развитие это поверхностное, не дающее душевного покоя, покуда человек не уяснит смысла этого развития, покуда не уяснит жизненной истины. Потребность открыть передвижение энергий между видимым и невидимым привела к рождению информатики. Хочу надеяться, что в скором времени она придет к осознанию необходимости научить людей высвобождать разные виды энергии. И детям, и взрослым следовало бы уметь высвобождать свои страхи, ибо страх является причиной нашей духовной слепоты. Из-за этого мы тратим впустую время, силы и деньги, а затем сокрушаемся, что их у нас нет.

Знания, возведенные в абсолют, иначе говоря, науки, подобны детям, которые приникают к черному занавесу и через щелочки украдкой глядят, что происходит по ту сторону, не смея раздвинуть занавес. Если же кто-то

осмеливается самовольно расширить щелку и, просунув в нее голову, заявить, что теперь он видит гораздо лучше, то остальные первым делом набрасываются на него с кулаками и лишь потом проявляют интерес к тому, что находится за занавесом. За это на них обрушивается кара от очередных неверящих, то есть догматиков. Из-за подобного «греха» многие лишались жизни.

Методы инквизиции внушают нам ужас, поскольку телесная смерть воспринимается нами величайшим страданием. На деле же получается, что современный уровень знаний, опирающийся на прогресс в науке и дальнейшее развитие широко распространенных представлений, считает телесное наказание явно недостаточным. Стало модным истязать духовно тех, кто идет впереди. Такая высшая мера человеческого наказания необходима для того, чтобы зрячие освободились от своего «эго», объединили свои знания и умения и вызволили из темноты незрячих, не обзывая их при этом незрячими.

Рассудительность правит всем. Ум реализует это на материальном уровне.

Рассудительность творит духовный мир, подобный безграничному небу, крохотной частичкой которого является мир физический. В отличие от нее ум творит физический мир. Каждый из нас созидает для себя свой собственный мир так, как ему потребно. Каким мы его создали, так в нем и живем.

Мы не можем ничего доказать науке, поскольку медицина отвергает паранауки. К тому же у тех, кто занимается паранаукой, «эго» еще слишком велико. Настолько велико, что возомнило себя вправе высмеивать науку, не понимая того, что **высмеивание есть месть**. Ни та ни другая сторона не осознает того, что желание доказать свою правоту неизменно приводит к борьбе, которая длится до тех пор, пока проигравший не будет наказан. В проигравших же всегда оказываются обе стороны.

Я обращаюсь к тем, кто готов меня выслушать: *«Дорогие люди! Ищите истину в себе, однако не заикливайтесь на этом, иначе истина остановится в своем развитии и перестанет быть истиной. Истина — это не вещь, которую Вы приобретаете. Истина — это совершенство момента, которое в следующий миг становится еще более совершенным. **НИКОГДА НИЧЕГО НЕ ОТРИЦАЙТЕ.** Ибо движение энергий превращает незримое в зримое и зримое в незримое, но именно тогда, когда это нужно. Ум и рассудительность — это две грани единого целого. Вместе взятые, они есть жизнь. Кому известна и понятна истина, тому не может причинить боли человек, заблудившийся в чаще истин. Ибо тот, кто понимает себя, понимает и другого».*

Свои знания ученые сосредотачивают в отрасли науки. Отрасли науки неизбежно начинают признавать друг друга, ибо нуждаются друг в друге. Совместными усилиями они открывают и разрабатывают все более сложные структуры, необходимые для созидания материального мира. Можно понять восхищение ученых, когда их знания реализуются в нечто зримое и осязаемое. Именно этим материальный мир манит и искушает каждого человека.

Ум создает закрытую систему, подобную лабиринту. Кружащий по нему человек поначалу думает, что лабиринт идеален. Но чем сложнее он становится, тем более *паническим* делается желание выбраться оттуда. Кто выбирается, тот понимает, что означала эта несвобода. Попадая из лабиринта

попроще в лабиринт посложнее, любой блуждающий в конце концов оказывается на свободе, где чувствует, что не нуждается более в уроках замкнутой системы. Таков путь от материальной жизни и страданий к духовности. Этот путь нельзя порицать.

Человек считает логику и рациональность ума неоспоримо идеальными, покуда хоть на долю секунды не вкусит благословенного ощущения подлинной свободы. Ощущение это дарует рассудительность, когда человек начинает доискиваться до смысла своей деятельности. Логика и рациональность рассудительности не отличаются от логики и рациональности ума, различие заключается лишь в результате.

Ум — источник радости. Рассудительность — источник счастья.

Радость не есть счастье, но счастье есть радость.

Радость — это позитивная эмоция, перебарщивание с которой выявляет ее обратную сторону — печаль.

В каждом человеке есть рассудительность и ум. **Рассудительность представляет собой совокупность необходимых знаний, приобретенных за предыдущие жизни. Ум является суммой знаний, приобретенных в жизни нынешней.**

Рассудительность через подсознание управляет человеком даже тогда, когда он ничего не знает о своих прежних жизнях и не желает знать. Если человек знает, но не признает этого, то им руководит ум. Ребенок, которому с пеленок внушали, что ум — это абсолют, может стать ученым, чье подсознание будет прорываться в сознание через лабиринт ума. Это необходимо ему самому.

Если Вы нашли для себя более простой путь развития, то идите своим путем и не высмеивайте того, кто выбрал дорогу потруднее. Даже в том случае, если он в своей гордыне считает себя выше Вас и высокомерно ставит Вас на место.

Ум — это знание сущего. Рассудительность — это ощущение сущего.

Человек видит в другом только себя. Если Вам ненавистна наука либо ненавистны те, кто считает себя лучше других и мешает Вам делать то, что Вы хотите, то Вы ненавидите свой ум и истребляете его. **Ум — это необходимое богатство и превращение его в рассудительность зависит от самого человека.** Вы можете именовать себя духовным человеком и доказывать никчемность науки. Можете владеть всевозможными духовными методиками и знаниями, однако исподволь будет накапливаться и глупость, которая однажды Вами овладеет. *Хуже всего то, что Вы сами этого не поймете.* Но другие заметят и поймут. Так ли уж важно знать, нагромождение каких именно мертвых знаний привело к шизофрении? Будет ли польза, если мы докажем, что шизофрения — это болезнь человека, обогнавшего свое время, болезнь чрезмерного ума, при которой как больной, так и окружающие его люди зависят от его болезни, подобно пленникам?

Шизофренический склад мышления характеризует желание, чтобы все было только хорошо.

В этой книге речь пойдет о многих благих желаниях, из-за которых человек заболевает. Моя цель — научить освобождаться от всяких желаний. Научить превращать желание в потребность. Потребность исключает спешку во имя достижения цели, потребность исключает также заикленность на цели,

именуемую нынче навязчивой идеей либо догмой. Наиболее известной догмой является религия и ее оборотная сторона — атеизм. Оба возводят себя в абсолют и отрицают другое.

Потребность верить во что-то **и есть вера**, которая вкупе с горячим чаем избавляет страждущего от хвори. Подсознательную веру легко разрушить. Например, Вы испытываете огромное *желание* поверить в то, что помогло Вашему другу. Вам, неверящему, это средство не приносит мгновенного облегчения, и поэтому Вы не верите. Желание верить, ибо было желание выздороветь, причем как можно скорее, истребило веру. Не помогут ни заверения друга, ни его личный пример, ибо пока что Вы учитесь посредством страданий, вопреки собственному желанию.

Природа не торопится обгонять время. Человек, который верит в природу, не торопится обгонять время. У него достаточно времени, чтобы прочувствовать себя, прочувствовать природу в себе и себя в природе. Такой человек при малейшем недомогании *чувствует*, какое растение притягивает его к себе, и верит в эту тягу. Каждый вид энергии имеет соответствие в окружающей нас природе. Не надо искать дальше, чем видит собственный глаз. Не важно — лето на дворе или зима. Не важно, что именно вывело Вас из равновесия. Страхи приводят к перебарщиванию как с хорошим, так и с плохим. Оба вида перебарщивания следует уравновесить. Лучше всех это умеет делать природа. *Главное — не опоздать к ней обратиться.*

Поскольку цивилизованный человек все убыстряет свой бег, то в нем накапливаются те энергии, мимо которых он проносился, не останавливаясь, так как не догадывался, что это были учителя. Он сам выбрал этот путь и этих учителей, потому что в них нуждался. Скопившаяся энергия, подобно неусвоенному уроку, превращается в болезнь и укладывает человека в постель, чтобы он смог посоветоваться с самим собой.

В прошлом люди лечились исключительно природными средствами. Болезнь изгоняли из тела настоями трав той же концентрации, что и концентрация энергии данной болезни. При слишком высокой концентрации энергии болезни следовало бы *удлинять* курс лечения, проявляя терпеливость, а *не увеличивать дозы*. Чересчур высокая концентрация энергии растений — это яд. Нетерпеливый больной умирает.

По мере возрастания страхов люди стали спешить все больше и больше. Для борьбы с недугами были изобретены медикаменты и было доказано их преимущество над травами. А так как целью являлось истребление болезни как врага, то никого не интересовало, куда она девается и что будет потом. Лекарственные препараты как будто и не являлись концентрированным природным продуктом. Нынче природа решила дать отпор проистекающей от ума глупости и вернуть человека в свое лоно, ибо ум пытается уже силой доказать, что сам не является частью природы. Каждому человеку рано или поздно предстоит понять это. Кто уясняет смысл того, что хочет поведать ему жизнь, и начинает разгребать навороченные им самим груды мусора, у того жизнь делает поворот на 180°, и он убеждается в том, что быстрее всего достигаешь цели, когда идешь медленно. А кто этого не понимает, тот отправляется к праотцам. Жизнь не склонна проявлять жалость.

Сострадание со стороны жизни выражается в смерти.

Поначалу я учила: ***высвободите плохое, тогда оно станет хорошим.***

Теперь же учу: ***высвободите хорошее, тогда оно не станет плохим.***

Поскольку глубинное содержание простого на первый взгляд учения, как

правило, не воспринимается, мне приходится подолгу все разъяснять. Но и это не всегда помогает. Например, сколько ни разъясняй, человек, полагающий главным своим достоинством силу воли, благодаря которой он добился всего, о чем мечтал, не сможет понять смысла моих слов.

О плохом жалеть не принято. **Высвобождение плохого понимается как избавление от плохого.** Вот хорошо-то, что плохого уже нет! Всем известно, что о плохом нельзя жалеть. Приевшаяся до оскомины истина, гласящая, что прощение есть высвобождение плохого, обращение его в любовь, отскакивает от хороших людей как от стенки горох. Для большинства безразлично, что происходит с плохим потом, — главное, чтобы от него избавиться. Я все больше убеждаюсь в том, что **люди, желающие делать хорошее, сами не знают, чего они хотят.**

Человек, который оценивает себя исходя из расхожих представлений и который приходит к выводу, что *природой ему не даровано ничего, чем бы он смог выделиться среди других, принимается развивать силу воли*, чтобы с ее помощью чего-то достичь. Чтобы кем-то стать. Чем большего он достигает благодаря усилиям воли, тем выше ее ценит и тем сильнее напрягается, ибо желания возрастают. Я почти уверена в том, что ни одному умному человеку не приходило в голову расценивать возникшую у него болезнь как следствие чрезмерной силы воли. Наоборот — излечение от тяжелой болезни всегда объясняется наличием мужской силы воли.

Сила воли прославляется в мировой истории, искусстве и литературе. Борьба с трудностями и победа над ними служат убедительным доказательством позитивности силы воли. Ну а в том, что борец заболевает — либо физически, либо духовно — никто не усматривает того, что сила воли оказалась сломленной. И вместе с тем у каждого человека однажды наступает предел, когда безмерное желание становится безмерным нежеланием.

Превращение содержания в форму

Понятия хорошего и плохого относительны. В зависимости от того, с кем или с чем сравнивать, одна и та же вещь может быть хорошей либо плохой, большой или маленькой, красивой или уродливой, дорогой или дешевой, разумной или неразумной. Оценивать можно бесконечно. **Оценивают материальный уровень, духовный же уровень не оценивают никогда.**

Критерии оценки, то есть духовное мерило, достаются человеку от родителей. Если он сирота, то от окружения, в котором он воспитывался, что в конечном счете ничего не меняет, поскольку мир отражает человеку его собственную *сущность*. Ту сущность, которая сформировалась в нем за предыдущие жизни и которую он явился развивать в жизни нынешней.

Зеркало отражает внешний вид, форму, материальный уровень.

Жизнь отражает сущность, содержание, духовный уровень. Оценивая человека по его внешнему виду, мы уничтожаем его сущность. В нашем детстве это делали родители, а во взрослом возрасте каждый делает это уже сам. Родители делают это избирательно, а сам человек — постоянно и без разбора. Так содержание все больше сводится к форме. Потребности

становятся желаниями, а счастье — несчастьем.

Сущность определяет судьбу. Судьба — та же дорога, которая есть, но пройти по ней — задача нынешней жизни. Подобно тому, как любая возникающая на пути видимая либо невидимая преграда может изменить направление движения идущего, так и ход жизни ребенка зависит от воспитателей. Чем младше ребенок, тем меньше он боится неведомого. И тем в большей степени принимает за чистую монету все, что ему внушается.

Если человек движется медленно, мало что может заставить его изменить направление — чувство опасности велит ему остановиться и поразмыслить.

По мере возрастания скорости (она же страх перед жизнью) все меньше остается времени прислушаться к своим чувствам и тем больше возникает столкновений. Во избежание их идущий автоматически отскакивает в сторону. При известной скорости это приводит к тому, что человек сваливается в канаву. Отсюда вывод: судьба у нас хоть и одна, но нельзя недооценивать значения побочных воздействий. Это следовало бы знать всем родителям и воспитателям, ибо в детском возрасте формируется отношение к жизни.

Взгляды формируются под грузом стрессов. Косные взгляды, в свою очередь, усиливают груз стрессов. Непоколебимая *самоуверенность*, являющаяся ничем иным, как страхом, бахвалится своими правильными принципами. Она приводит их в пример слабым и облекает в форму, имеющую силу закона, становясь в определенных пределах властью. В результате возникает замкнутый круг, то есть застой, который рано или поздно губит человека. Потому-то высвобождение стрессов происходит тем труднее, чем человек старше.

Одна из проблем заключается в том, что человек, цепляющийся за свои убеждения, не понимает, что ему нужно переделать себя. Вторая проблема состоит в огромном количестве скопившихся стрессов. Третья — в том, что с годами у человека иссякают силы. Изюба в день мне приходится иметь дело с людьми, которые желают вырваться из лап смерти бегством в духовность, но не понимают, что это значит. Указывать на них пальцем, как на глупцов, означает указывать пальцем на себя.

**Каждому из нас было бы полезно время от времени спрашивать себя:
«Как бы я поступил, если бы вдруг оказалось, что я стою перед
выбором: жизнь или смерть?»**

Такие вопросы обычно не задаются, и потому Вы не представляете, в какой степени страхом парализуется как разум, так и способность соображать. Парализованный страхом человек перестает что-либо чувствовать и не способен правильно оценивать свои эмоции как выражение чувств. Он путает причину со следствием. Потому и необходимо задаться этим вопросом, прежде чем грянет гром. **Большие ошибки необходимо исправлять, пока они еще маленькие.**

Во время приема мне приходится видеть родителей, всем своим существом, мимикой и жестами подгоняющих своего ребенка: *«Давай же, делай! Почему ты не делаешь, ведь тебя же учат!»* Ребенок не понимает, почему он обязан слушаться меня или родителей, особенно мать. Ребенок слушает и размышляет. *На это требуется время.* Он не привык иметь дело с человеком, который перечисляет его плохие черты, но не считает его плохим. Ему известно, что люди бывают хорошими из вежливости, и потому он в

некотором замешательстве. И лишь доверившись своему чувству, он сможет настроиться на одну волну со мной.

Чтобы сверхзаботливые родители не оборвали нитей с душой ребенка, мне приходится призывать добропорядочных родителей к порядку. Это не нравится ни мне, ни им, ни самому ребенку, но поскольку мне приходится выбирать из двух зол, то я выбираю меньшее. Большинство родителей осознают, что они не давали ребенку жить и потому он болен. Бывают и такие, кто, хоть убей, не признает своей сверхтребовательной порядочности, которая убивает, они не привыкли, чтобы кто-то интересовался их мнением в детстве. Теперь же они не спрашивают его у других. Даже если этот другой — их собственный больной ребенок. Мне говорят в оправдание: *«Со мной поступали так же!»* Такой родитель не понимает, что он мстит своему ребенку за то, как обращались в детстве с ним самим. *Представление, что если я настрадался, то и ты теперь должен страдать, является величайшим эгоизмом, то есть высокомерием.*

Разъясняя болезнь ребенка, я естественным образом добираюсь до родительских ошибок, и хотя родители ознакомились с моими книгами, они занимают круговую оборону, словно их схватили за грудки и прижали к стене. *«При чем тут я?»* — кричит все их существо, хотя сами они не произносят ни слова. Ведь они пришли не ради собственного здоровья, а ради здоровья ребенка. В их глазах я — деспот, который заставляет их заглянуть в созданный ими самими ад, признать свои ошибки и исправить содеянное. Кто заглядывает в первый раз, тот с ходу протестует: *«Этого я не делал!»* Ведь он желал хорошего. И он прав. Он действительно желал хорошего, вот только **не сумел различить подлинное хорошее и хорошее кажущееся.**

Когда такая реакция происходит у незнакомого человека, впервые переступившего порог моего кабинета, я его понимаю. Хоть я и вбираю в себя его протест, но пропускаю через себя, как через сито. Информация о не усвоенном мною уроке, которой я притянула к себе этого пациента, осталась в моем духовном теле, подобно выученному уроку. Если я *должна* снова и снова пропускать через себя аналогичную обиду со стороны знакомых, родственников либо пришедших не в первый раз родителей, то возникает вопрос: *«Нужно ли мне играть роль сливной трубы? Может, было бы разумнее дать им барахтаться в их собственной зловонной жиже, пока они с первого же раза не ухватятся за брошенный мною спасательный круг?»*

Растет число таких людей, у которых чувство собственного превосходства уже не помещается внутри. **Чувство собственного превосходства**, оно же гордыня, а еще точнее, высший пик гордыни — эгоизм, заставляет кичиться по любому поводу, высмеивать чужие знания и чужой опыт. Пусть даже самому от этого становится хуже. Гордыня не думает о последствиях. Честно говоря, я боюсь людей, не способных думать, и работаю над собой, стараясь избавиться от этого страха. Его во мне остается еще много, а за последние годы прибавилось, потому что я не умела его в себе распознать.

Сложившиеся взгляды и убеждения подобны твердой скале, которую никто не может сдвинуть с места. Не может и не смеет, так как скала обрушится на голову. Поэтому и я тоже, точно кошка, вертящаяся вокруг горячей каши, пытаюсь втолковать скале, что ей нужно самой начать сдвигаться с места. Ей нужно оторвать взгляд от земли, от материальности и увидеть, что жизнь изменяется во времени и пространстве и что ей самой нужно идти в ногу со

временем. **Не должно, но нужно.** Нужно ради самой себя. В противном случае жизнь сотворит с нашими взглядами и убеждениями то же, что делают со скалой земные силы, вырвавшись из плена на волю.

Ребенок является суммарным выражением отца и матери, признаем мы это или нет. **Мысль матери определяет мир ребенка**, иными словами, формирует отношение к жизни в целом. **Мысль отца созидает материальный мир ребенка**, откуда ребенок не в состоянии созидать свой мир сам. С отношением, сформированным матерью, ребенок может прожить до конца своих дней, если только жизненные перипетии не заставят его изменить свои взгляды. Говоря проще, **как женщина хочет, так мужчина и делает.**

Если желание женщины становится желанием мужчины, то дело плохо. Возможно, Вы хотите доказать мне обратное, так как, когда Вы были ребенком, у Ваших родителей все было по-другому, да и в собственной семье тоже. Советую никогда не спешить вступать в спор, если требуется что-то доказать, ибо спор — это поединок мнений. **Мнения бывают у человека до тех пор, пока он не понял сути дела.** Споры подобны такой игре в волейбол, когда на площадке столько же мячей, сколько игроков. А каждый мяч суть глупость. Если

Вы высвободите свое желание, то перестанете быть самоуверенным, а станете верящим в себя. Противная сторона почувствует это, и вы оба поймете суть дела.

РАССУДИТЕЛЬНОСТЬ ИЩЕТ ИСТИНУ. УМ ИЩЕТ ПРАВДУ.

Человек умный и интеллигентный уходит от неприглядного спора, говоря примерно следующее: *«Простите, но мне кажется, что Вы не правы»*. В этом «мне кажется» — вся загвоздка. «Кажется» относится к области чувств. Органы чувств, с помощью которых мы воспринимаем материальный мир, передают нам именно тот материальный опыт, который запечатлелся в памяти еще с прежних времен. Но это неверно. Верно то, что **жизнь состоит из духовной и физической стороны, причем дух направляет, душа определяет, а физическое тело на этой основе созидает физический мир.**

ДВИЖЕНИЕ ТРЕБУЕТ РАССУДИТЕЛЬНОСТИ. ДЕЛО ТРЕБУЕТ УМА.

Если нет движения, нет и дела.

Дух являет собой уравновешенность.

Душа являет собой неуравновешенность. От приведения ее в равновесие зависит качество жизни.

Идея обрести уравновешенность **приводит душу в восхищение**, тогда как **реализация** этой идеи **подвергает ее испытанию**. Внешняя мишура материальной жизни представляет собой чертовски трудное испытание для любой человеческой души. И оно усугубляется по мере повышения уровня материального благосостояния, если духовный уровень при этом остается прежним. *Стоит только душе попасться на крючок материального благополучия, как начинается ее смертельная агония.* Душа подобна рыбе, попавшейся на наживку. Даже если ее кто и вызволит, без увечья не обойтись. Особенно же повреждается горло, то есть общение.

Энергия рыбы — это потребность самолично наладить свою жизнь. Рыбе потребно жить в рыбьем обличье. Если человек испытывает **потребность** самолично наладить свою жизнь, то он живет, как рыба в воде. Но если человек *желает* жить, как рыба в воде, то он превращается в жертву, позволяющую другим проделывать над собой все, что угодно, и испытывать при этом счастье. В символическом плане он уподобляется рыбе, которая добровольно сама себя вылавливает, очищает от внутренностей, вырезает куски филе, варит, запекает, коптит и маринует, и ощущает себя на седьмом небе от счастья, когда другие нахваливают: *«Ох и хороша же ты.»*

Другие принимают то, что им предлагают, употребляют, и вот уже рыбы не стало. Ее никто не видит — ведь ее нет. Кто в такой ситуации догадывается, что сам совершил ошибку, принимая радость за счастье, выслуживая любовь, и что последствия ошибки и не могли быть иными, тот усваивает житейский урок. Он не обличает других в неблагодарности или еще в чем похлеще. Не раскисает от жалости к себе, не вынашивает планы мести, не культивирует в себе злобу.

В моем кабинете перебивало много хороших людей. Своими речами они преследуют одну цель — убедить собеседника в том, что перед ним хороший человек. Большинство слушающих соглашались с говорящим, поскольку тот не обращается к ним за помощью. Он просто хочет выговориться. Иной раз я спрашиваю: *«Откуда Вы знаете, что Вы такой хороший?»* — и по изумленному выражению лица вижу, насколько наивно его понимание жизни. Он смотрит на все глазами других, оценивает все меркой других. Борется с плохим на манер других и в зависимости от того, насколько сумеет угодить кругу своих знакомых, считается хорошим человеком. Но вот настает день, когда рядом с ним не оказывается ни души. Иные находятся далеко и не могут его навестить или как-то иначе выразить свою благодарность. Остальные, неблагодарные, забыли хорошего человека.

Рыбы есть разные. Чем сильнее желание быть хорошим, тем больше человек симпатизирует большому упитанному киту с улыбчивой мордой. Костистый ерш рядом с ним — пустое место. Человек-«кит» всегда жертвует собой, чем и пользуются другие. Им и в голову не приходит, что можно иначе. Например, такая мать или такой отец воспитывает ребенка иждивенцем, а когда с родителей уже нечего взять, он идет и отбирает у другого. Отбирает, если надо, силой, так как привык брать от жизни все, что можно. Причина влечет за собой следствие.

Пробьет час, когда ему придется принять то, что дает жизнь, — наказание. Ведь то, что дает жизнь, не принять нельзя. Так же и с родителями — нельзя не принять то, что они дают. Не станешь же их обижать. И ребенок, который желает быть хорошим для родителей, считающих самопожертвование благом, принимает предлагаемое и приучается истреблять родителей, ибо они этого желают. Ведь человек со страхами желает того, чего на самом деле не желает. В итоге ни одна из сторон не испытывает благодарности к другой. Возникает обоюдная злоба: родители ненавидят ребенка с преступными наклонностями, а ребенок — родителей, сделавших его несчастным.

Иной путь ищет тот, кто осознает, что, угождая другим, жизни не наладишь. Наладить ее можно, к примеру, хорошей работой. Человек, который так мыслит, любит есть рыбу. Для работы требуются инструменты. Кто любит сам заботиться об инструментах, тот любит и удить рыбу. Чем больше человек делает все своими руками, тем вероятнее, что из рыболова получится рыбак.

Кто любит море и на него надеется, тот и сыт, и одет, и знает точно, что благодаря рыбе он здоров. Ему и невдомек, что здоровьем он обязан чувству благодарной любви к рыбе.

Кто не желает жертвовать ради других своими знаниями, умениями, временем или семьей, пусть даже его считают плохим, у того возникает аллергия к рыбным продуктам. Если оба родителя жертвуют собой во благо общества, а тем самым и своей семьей, то ребенок с самого рождения может протестовать против всего, что каким-либо образом связано с рыбой: игрушки в виде рыбки, ванны как среды обитания рыб, плавающих в ванне игрушек, аквариума, даров моря, рыбных продуктов.

Ребенок является духовным учителем для родителей и взрослых, взрослые являются для ребенка земными учителями.

Я люблю камни и приношу их домой с суши и с моря, из природной среды и из магазина — крупные и мелкие, красивые и просто симпатичные. От своего годовалого внука мне пришлось спрятать все камни, подобранные с земли, поскольку у него обнаружилась особая к ним тяга. К красивым на вид ракушкам и кораллам его не тянуло. Тем самым он как бы просил меня: *«Бабушка, высвободи свою жертвенность. Ею ты причиняешь вред себе, моим родителям, мне и многим другим».*

Бабушке пришлось признать, что хоть и приятно жить, когда нравишься окружающим, но при такой жизни будущее более чем неприятно. Ребенок дал понять, что боится жертвенности, но если я не извлеку из этого урока, он; будет вынужден протестовать. Пусть ему пришлось бы страдать от аллергического заболевания, но бабушка зато перестала бы заниматься мировыми проблемами и обратила бы на внука внимание — уж на это у бабушки моего внука рассудительности хватает — и жизнь вновь потекла бы по верному руслу. Жизнь человека устроена так, что она должна начинаться с самого человека, затем распространяться на семью и лишь затем на общество и в самом конце на человечество. Обратный порядок не приносит счастья никому.

В каждом человеке есть энергии всех видов животных. Это означает, что в каждом человеке сидит животное, но человек не должен превращаться в животное. Например, в рыбу. Для рыбы вода — это свобода. **Страх превращает потребность в желание и воду — в печаль.** Рыбе привольно живется в море, но человеку в море печали живется плохо. Особенно если он желает быть золотой рыбкой для страждущих, мечтающих о счастье. *Во время нереста* многие рыбы устремляются вверх по реке. Для жертвенного человека жизнь становится пустой, если он не может *постоянно* идти против течения. Изнуряя себя, он стремится доказать всем свою готовность к самопожертвованию. Это есть желание доказать другим состоятельность своих жизненных принципов ради их собственного благополучия. Однако он не задумывается о том, нуждаются ли в его хорошем другие.

Аллергия на рыбные продукты выражает протест против самопожертвования. А если человеку рыба *просто не нравится*, то и жертвенность ему *просто не нравится*.

Тело является выражением жизни души на физическом уровне. Если мы не можем постичь смысла истинной жизни как-то иначе, то к поиску смысла жизни нас подталкивают зрение, осязание, обоняние, выслушивание мнения других, собственные заблуждения и причиняемая ими боль. Обжегшись на

одной крайности, неуравновешенный человек бросается в другую, и так продолжается, покуда у него не иссякнут силы и он не поймет, что пора начать думать наперед. Если он думает, но затем все равно срывается на бег, то он будет бежать, пока страдание не приведет его к пониманию того, что думать тоже можно по-разному. Так, человечеству исстари известна истина, что материальные вещи не приносят счастья. Истина известна, но не ее смысл. **Желание приобретать вещи, мысли о приобретении вещей, действия во имя приобретения вещей превращают человека в вещь. Жизнь в качестве вещи — это смерть при жизни.**

Жизненные трудности **вливают** на взгляды и убеждения человека. И если ему жизнь мила, его взгляды и убеждения **меняются**. Это значит, что жизнь сгибает человека, покуда он не становится податливым, либо же, если он не меняется, ломает его. Кого ломало не в одной жизни, а в нескольких, тому однажды надоедают страдания, и он задумывается над тем, как изменить свою жизнь. С этого момента **насильственное изменение становится добровольным. Внешнее изменение становится изменением сути. Изменение формы становится изменением содержания. Животное развитие становится человеческим.**

Это значит, что органы чувств человека — оценщики физического мира — уже не ломают его более. Опираясь в своем развитии на ощущения, идущие *изнутри*, человек учится постигать смысл информации, поступающей *извне*. Поиск смысла во всем исключает поиск чего-то лучшего, приводит к осознанию, что нет ни лучшего, ни худшего, а все просто есть.

Кто в поисках лучшего цепляется разумом за поступающие извне знания либо теории, к тому навязчивые идеи присасываются, словно **пиявки**, и человек вынужден страдать, покуда не отдерет от себя пиявок, имя которым корыстолюбие. Множество людей уверено в правоте своих убеждений. В старину для лечения их болезней применялись пиявки, отсасывающие черную кровь. Это говорит не о невежестве наших предков, а об их рассудительности. Ведь как-то нужно извлечь дурное из человека, который живет, гребя все под себя и копя в себе все плохое, — иначе он попросту умрет.

Нынче пиявок не ставят, и дурную кровь пускают лишь в исключительных случаях. Сегодня все болезни подавляются лекарствами, подавляются внешние признаки болезни. **Медицина — это наука, которая выражает уровень развития человечества на данный момент, то есть способы, какими люди умеют себя лечить в данный момент.** Умный человек помогает себе своим умом, и было бы неправильно оценивать это только отрицательно. Жизнь развивается в сторону рассудительности.

Ум вмещает в себе мало рассудительности, но рассудительность вмещает в себе и суммарный опыт всех предыдущих жизней, и знания, приобретенные в нынешней. Так что если кто-то вычитает из моих строк, будто знания, в том числе медицина, не нужны, то он сильно ошибется. Я пытаюсь лишь толковать, что на одном медицинском лечении мы далеко не уедем. Нельзя сделать здоровым кого бы то ни было, то есть здоровье нельзя приобрести, но стать здоровым может каждый. **Обретение здоровья есть не обретение, а достижение — восхождение на новую ступень развития.**

«Излечение» методами медицины отражает стяжательскую сущность современного человека: *«Никто не имеет права совать нос в мои личные дела, отнимать у меня мое богатство, называть злом мои благие дела и*

мешать мне делать то, что я хочу». Лекарства как раз ничего и не отнимают. И человек получает желаемое — еще большую хворь за фасадом кажущегося здоровья. Продолжая чтение, Вы поймете, что всем ним нужно запастись уймой пиявок, потому что мы не желаем ни от чего отказываться. Пьющая кровь пиявка выделяет через слюнные железы белковое вещество **гирудин**, препятствующее сгущению крови.

Присосавшаяся к телу пиявка учит человека: *«Погляди на меня. Я отсасываю плохую кровь и питаюсь ею. Твое стяжательство похоже на меня. Если я выпью слишком много, то лопну. Так и ты. В старину это было видно воочию — кто брал мало, тот не обретал счастья, а кто грабил всю, тот погибал. Развитый человек умеет обманывать, то есть скрывать. Он берет скрытно, обманывая тем самым себя и других. Все считают себя хорошими и, тем не менее, лопаются в мучениях. Стяжательство — та же пиявка: отбирает у другого и заявляет, что делает ему доброе дело. Когда его кровь сгущается настолько, что теряет текучесть, стяжательство бьет в набат, возвещая о своей скорой кончине. Оно превращается в неприкрытую алчность».*

Сказанное не означает, что автор отрицает медицину. Я врач и знаю ценность медицины. Сотрудничество с ней — предел моих мечтаний. Как было бы замечательно работать с ней в тандеме, доверяя и помогая друг другу имеющимися средствами. Допустим, я прошу подтвердить мое видение медицинскими исследованиями, а медицина просит меня перевести результаты ее собственных изысканий на язык стрессов. В итоге выиграли бы все: пациент, медицина и я. Поверьте, такое возможно, и если Вас не злит то, что сейчас это еще невозможно, то для Вас это будет возможно в скором будущем, ибо число врачей, с уважением относящихся к альтернативным методам лечения, растет с каждым днем. Именно к такому врачу Вы и попадете.

Мы — люди, и наше счастье создается взаимодействием духа, души и тела, Одной из составных частей является здоровье. Если Вы сейчас вернетесь к началу настоящей главы и замените слово «дух» на слово «отец», а слово «душа» на слово «мать», то все, о чем я говорила, высветится чуть в ином ракурсе. Вы поймете, сколь деликатно следует раскрывать перед умным человеком мир рассудительности, чтобы он понял, что доказывать-то ничего и не надо. Невидимая сторона жизни доказывает себя сама.

Мысль есть Бог. Мысль есть жизнь. Мысль есть дух.

Мысль творит почву и семя, из которого прорастает росток жизни. Почва определяет рост семени. Из скудного семени может вырасти сильное растение, если семя попадает в добрую почву и получает хороший уход. Возможно, оно и не обладает превосходными сортовыми качествами, зато оно выносливое и послужит наилучшей основой для выведения последующих поколений. Если же почва скудна и для ее улучшения ничего не предпринимается, семя утрачивает свои сортовые качества и быстро дичает. Тут уж ему не поможешь искусственными удобрениями.

Кто возделывает землю, неся в душе высокое небо, тот по-житейски мудр, и его нива плодоносит. А кто пренебрегает знаками неба, у того урожай скудный либо вообще погибает. Растение — это дух. **Гибнущая растительность означает истребление духовности, т. е. жизнь с эмоциями.** Человек может при этом разглагольствовать о духовности сколь угодно, навешивать на что угодно ярлык духовности или, в современном толковании, естественности, — все это бесполезно.

Небо есть дух, духовность. Земля есть душа, одушевленность.

Отец — это небо. Мать — земля. Между ними ребенок — растущее растение. Если бы небо творило землю и земля творила бы небо, то растение было бы мощным и стрелой устремлялось бы в небо. **Творчество рождается в сердце, оно есть потребность.** Кто желает самолично сотворить для себя небо, землю или улаждающее душу растение, тот набрасывается на цель, словно животное, кряхтит-пыхтит, но все равно не получает того, чего хотел. Глядит на свое творение с тяжелым сердцем и недоумевает, отчего на сердце тяжесть. Сердце родителей отягощено чувством вины, вины за то, что растение растет кривым, даже если родители не видят и не признают собственных ошибок.

Чем растение искривленнее, тем труднее его бывает выпрямить впоследствии, а зачастую и невозможно. Его гнет к земле и искривляет тяжелое, низкое небо, которое прячет свое солнце за тучами и лишает все живое на земле его лучей. Если земля щедра и если она способна уравновесить хранящееся в ней тепло с холодом неба, то дерево вырастает кряжистым, ветвистым, радуя глаз своей силой и красотой. Оно не из тех деревьев, что идут на древесину. Гигант-исполин простоит века, излучая особенную жизненную силу. Это дерево учит, что совсем не все равно, в лоно какой женщины роняет свое семя мужчина.

Мужчина может быть подобен солнцу, которое никогда не показывается из-за туч, но оно есть. Если он следует потребности своего сердца, то сердце приводит его к женщине, способной разглядеть за тучами солнце и терпеливо ждать, когда рассеются тучи страха. Любящая женщина умеет превратить хмурое с детства небо мужчины в ясное и солнечное, хотя бы для своей семьи, и делает это п-о-т-и-х-о-н-ь-к-у. Если мужчина в погоне за любовью перебегает от одной женщины к другой, то наплоди он хоть целый лес неказистых деревьев, счастья он не обретет. Если мужчина нисколько себя не уважает, после него остается топкое болото с чахлыми деревьями.

Женщина творит для себя небо, это значит — женщина определяет жизнь семьи. Мужчина не может заронить свое семя, если почва не манит и не зовет его к себе. Потребность женщины любить мужчину привлекает к ней того, в ком есть потребность любить именно эту женщину. Даже если оба совершенно невежественны, мало-помалу они усваивают истинное искусство любви. Усваивают по велению сердца и обучают друг друга, ибо они обладают терпением.

Любовь есть терпение, а не страдание. Какими бы эти двое ни были несчастными и презираемыми, уродливыми и покореженными прошлым, кривыми и косыми, бедными и глупыми — определяющим становятся их чувства и потребность отдавать. Из их единения вырастает совершенный, жизнестойкий ребенок, который не стыдится своих убогих родителей, так как убогость их внешняя.

Потребность любить означает отдавать любовь. Желание любить означает получать любовь.

Люблю — значит, отдаю любовь. Кто любит, тот счастлив и тогда, когда на его любовь не отвечают взаимностью.

Если родителей не ослепляет внешнее совершенство ребенка, если их не оглушают хвалебные песни окружающих, если они не превращают ребенка в

средство реализации собственных несбывшихся планов, если они не используют ребенка в качестве реванша против недоброжелателей либо в качестве компенсации за утрату собственной личности, то из ребенка вырастает личность без какого-либо на то принуждения со стороны.

Быть — это еще не значит быть личностью. Быть личностью — значит быть самим собой.

Потребность быть личностью заложена в каждом человеке. Если Вы сами не сумели быть личностью, дайте эту возможность своему ребенку. Это значит — не желайте, чтобы он стал похожим на некоего знакомого Вам человека, кого Вы считаете положительным. Пусть ребенок будет таким, какой он есть. Ведь он не хуже того, кто блещет своей красотой, умом, известностью, богатством. У каждого своя дорога. Вам же не ведомо, какой достойной и возвышенной дорогой ему предстоит пройти, для чего он и явился на свет. Если Вы навязываете ему свои желания, то может статься, вместо шествования по горным вершинам он свалится в пропасть. Или хуже того — начнет ползать в грязи.

Страх превращает потребность в желание.

Страх лишает способности мыслить.

Страх не дает разобраться в чувствах и уяснить смысл эмоций.

Человек, который **хочет** любить, не думает о последствиях. Его действия продиктованы утилитарным расчетом, ибо таким способом он надеется обрести счастье. Поначалу обретенная радость действительно воспринимается как счастье. Но затем выясняется, что все это было обманом зрения. И человека охватывает печаль. В такую минуту очень трудно бывает понять, почему хорошее обратилось в плохое. А еще труднее — это усвоить.

Счастье оборачивается несчастьем потому, что человек желает стать счастливым. Желает того, в чем на самом деле нуждается.

Потребность есть святыня. **Потребность вырастает в благословение.**

Благословение есть посвященность.

Желание есть вульгарность. Желание вырастает в непристойность. Непристойность — это уничтожение.

Прислушайтесь к своей душе и начните повторять про себя: *«Мне нужно, мне нужно, мне нужно, мне нужно...»* Чем больше повторяете, тем привольнее и легче становится на душе, пока не вздохнете облегченно. А теперь прислушайтесь вновь и повторяйте: *«Хочу, хочу, хочу, хочу, хочу... Хочу, хочу, хочу! Черт побери, я хочу, разве не понятно, что у меня могут быть собственные желания!»*

Вот и возникла непристойность. **Желания порождают непристойность.**

Каким бы ни был человек умным и уважаемым, стоит ему попасть под власть стяжательства и алчности, как сразу начинают сыпаться непристойности. Особенно же грязные непристойности можно услышать от творческих личностей, когда они не получают желаемого. Почему? Потому что творчество идет от сердца, и если любовь запрягается перед телегой желаний, то на сердце не может не накопиться груз навоза.

Теперь перейдем к чуть более конкретному упражнению. Вам предстоит прочувствовать различие следующих понятий. Скажите себе, следя за своими

чувствами: *«Мне нужна любовь»*. Прочувствуйте и запомните это ощущение. А теперь скажите: *«Я хочу любви»*. Было различие? Вы заметили, что при слове «хочу» мысль невольно перескочила на секс?

Далее произнесите про себя: *«Мне нужно счастье»*. Чувствуете, как слова вдруг исчезают? Остается некое необъяснимо хорошее и светлое чувство. А теперь скажите: *«Я хочу счастья»*. Что при этом произошло? Родилась мысль, как этого счастья достичь? Или повлажнили глаза? А может, из груди вырвался тяжелый вздох? Мы шлем поздравительные открытки со словами «желаю счастья», не понимая того, что счастье либо есть, либо его нет. Если мы желаем чего-то в большом количестве, то речь может идти только о радости. С этими же словами мы вручаем подарок имениннику и получаем удовольствие от его радости. Если же он действительно счастлив, мы испытываем разочарование: *«Он даже не обрадовался»*.

Скажите про себя: *«Мне нужен секс»*. Возникло ли святое чувство? Нет? Почему нет? Ведь секс необходим. Необходим настолько, что без него остановилось бы развитие человечества. Ваша реакция основана на религиозной догме, просуществовавшей не одно тысячелетие, согласно которой плотская любовь — это грех. Догма укореняется в нас своей скрытой энергией настолько, что человек может провозгласить себя вольнодумцем, не сознавая того, что его так называемая свобода — лишь протест против собственной догмы. Секс для него лишен святости, так как человек не осознает, что Бог дал человеку тело для того, чтобы с помощью этого тела человек сумел возвыситься над животным.

Бог есть дух. Человек — сын Божий, он же творение духа, и его тело также является частичкой Бога, но только в материализованном обличье. Любящий человек нуждается в сексе и занимается сексом с любовью. А теперь произнесите: *«Я хочу секса»*. Достигла ли Ваша мысль половых органов? Наверняка достигла. Человек, который утверждает, будто он любит кого-то и его любовь столь велика, что он может заниматься сексом сколько угодно и с кем угодно и что это не может замарать его любви, несет несусветный бред. Ему неизвестно, что любовь либо есть, либо ее нет. Кто говорит о большой или маленькой любви, тот говорит лишь об обладании.

Произнесите про себя: *«Мне нужны деньги»*. Ну как, возникло священное чувство? Или мой вопрос сбил Вас с толку? О деньгах говорить не принято, а то еще сглазишь. Деньги как зримая форма выражения человеческих бед является запретной темой. Так что, Вам действительно деньги не нужны? Ведь нужны же! Без денег не проживешь. Потребность — это то, без чего не прожить. Следовательно, деньги составляют потребность физического уровня. Если Вы живете по потребностям, то деньги не перерастут для Вас в проблему, и Вы не причините из-за них зла ни себе, ни другим. А теперь скажите: *«Я хочу денег»*. Какое возникло чувство — словно Вы готовы ограбить банк? Или хотя бы урвать где-то некую сумму? Теперь Вам нужно подавить в себе это чувство, иначе Вас станут называть плохим человеком. Ведь тот, кто заглядывает в чужие кошельки, человек, как известно, плохой.

Можете продолжать в том же духе, и с каждым разом Вы будете все глубже постигать принципиальное различие между потребностью и желанием. Только не вздумайте жалеть себя из-за того, что красивые мечты по Вашей же глупости остались лишь мечтами. Самое время начать высвободить желания. Ощущаете ли Вы потребность высвободить свои желания, либо же Вы вынуждены делать это, поскольку иначе никак нельзя? Видите, вопрос можно

сформулировать и таким образом.

Потребность возвышает и выводит на простор.

Желание принижает и ограничивает. От спазма страха человек сосредоточивает все свои помыслы на чем-то одном, уподобляясь идущему ко дну камню. Большие желания вынуждают его с каждым разом прилагать все больше усилий, то есть ограничивать себя. Душа и тело становятся все тяжелее, но это воспринимается нами как нечто само собой разумеющееся. Иначе мы не умеем. И даже не догадываемся, что возможно иначе. А трудности имеют свойство давить на нас сверху.

Простые житейские истины воспринимаются умным человеком как нечто совершенно естественное, но что они означают, об этом не имеет смысла с ним дискутировать. Простые вещи его не интересуют, и говорить о них — попусту переводить время. Мне довелось встречаться с очень многими умными людьми как в этом, так и в другом полушарии, и я могу утверждать, что **умный человек знает все, но не понимает ничего**. Он искренне считает, что если знает он, то должны знать и другие. А потому даже собственному ребенку он не объясняет простых вещей. Если ребенку вдруг позарез нужны эти знания, то выясняется, что родитель хоть и владеет ими, но не умеет воспользоваться. Как бы он смог научить им ребенка?

Ребенок, которого не учат родители, получает от жизни болезненные уроки. Видя страдания своего ребенка, можете сказать: его научил я. На деле-то Вы лишь приказывали и запрещали, заставляли зазубривать то, чему вдумчиво учат хорошие учителя. Это было действительно хорошо, но совсем не то, в чем Ваш ребенок нуждался в первую очередь и больше всего.

Пример из жизни

Приходит на прием мамаша и говорит: *«Знаете, что сказала мне моя пятилетняя дочь? Она сказала: «Мама, у меня от твоей злости начинает болеть животик!» От испуга я лишилась дара речи. Боже правый, дочка говорит точь- в- точь, что и Вы. Я слушала Ваши выступления по радио и телевизору, даже книги покупала, но прочитать не довелось. Мне казалось, что я все это знаю, а потому я хороший человек. Мой ребенок показал мне, что, может, я и знаю все, но ничего не понимаю и потому не умею правильно жить. Теперь я хочу научиться».* — *«Вы и вправду хотите? Может, Вам нужно учиться?»* — уточнила я. *«Да-да, конечно, — согласилась она, — я же насквозь пропитана желаниями. Ноя поняла, что мне нужно очиститься от очень многого».* Так оно и было, да и сейчас, пожалуй, не помешало бы.

Эта мать была готова признать свои ошибки. Жизнь ребенку дается матерью, и мать также формирует его отношение к жизни. Чем младше ребенок, тем однозначнее он отражает мысли, волю и дела своей матери. Ко мне обратилась одна мать: *«Почему мой малыш не дает мне спать по ночам? Днем он спокойный, а ночью цепляется за меня, точно детеныш обезьяны?»* Я ответила: *«Вы боитесь, что с ребенком может что-то случиться именно в тот момент, когда Вы чем-то отвлечены. Ночью Вы спите, а значит, отвлечены, и ребенок подает Вам знак, что с ним все в порядке. А то, что это Вам мешает спать, в этом Ваша ошибка».* Когда все разложено по полочкам, этот случай кажется простым, но сколько же он потребовал нервного напряжения!

Чем больше мать старается быть хорошей, тем больше это происходит за счет

отца, и дети начинают считать отца плохим. **Чем материальнее отношение к жизни у матери, тем большим изгоем становится отец.** Если любовь матери к ребенку становится все более собственнической, отец оттесняется в сторону. Поначалу он сам держится подальше от жены, поскольку ребенку нужна мать, а затем держится подальше от ребенка, поскольку жене нужен ребенок. В итоге мужчина вынужден держаться подальше от семьи, так как семье он не нужен. На непосвященный взгляд, виноват мужчина, ушедший из семьи. На самом деле они оба совершили ошибку, исправить которую не сумели вначале и уже не захотели исправить потом. Отношение к семейной жизни у обоих отравлено горечью. Тем самым семейная жизнь ребенка истребляется в зародыше.

Есть семьи, где та же участь постигает мать, которую выживает отец и которую дети буквально ненавидят. Кстати, злоба детей к изгоняемому из семьи отцу всегда меньше, чем к изгоняемой матери. В роли отца, настраивающего детей против матери, выступает женоподобный мужчина, который настрадался от своей слишком суровой матери. Поскольку его старание понравиться матери не принесло плодов, *он мстит всему женскому полу, причиняя боль жене.* Детских же страданий такой отец не замечает и, что еще хуже, замечать не желает.

В подобной ситуации закулисным кукловодом является обычно свекровь, которая своими *благими* желаниями взрастила своего сына женоподобным. Она не усматривает в этом плохого и не видит, что невестке приходится выполнять роль мужчины. Кто считает кого-то хорошим, тот должен одновременно кого-то другого считать плохим, ибо оценка всегда предполагает противопоставление, сравнение, измерение, взвешивание.

Если в мужской роли выступает женщина, то не имеет значения, сама ли она взяла на себя эту роль либо была вынуждена это сделать в силу обстоятельств. В обоих случаях в семье все поставлено с ног на голову, и менее всего довольным оказывается тот, кто совершил наибольшую ошибку. Если женщина вытесняет мужчину из его роли и тот восстанавливает статус-кво, пусть даже с применением силы, то беда небольшая. Большая же беда случается, когда женоподобный мужчина уваливает от своей роли и женщине не остается ничего иного, как стать мужчиной. Поэтому женщины, желающие оставаться женщинами, боятся женоподобных мужчин и с большей охотой готовы сносить агрессивность мужественных мужчин.

Потребность ребенка наладить свою жизнь означает, что ребенку нужно исправить черты характера, доставшиеся от родителей. Страх же превращает эту потребность в желание быть лучше своих родителей. Так родительское зримое плохое запрятывается подальше, но не высвобождается. Ребенок становится прямой противоположностью своих родителей. Чем нервнее мать, тем сильнее у ребенка желание быть прямо противоположным ей, и он становится похожим на отца.

Сходство это внешнее. Подавление материнской негативности вызывает болезни, прямо противоположные материнским недугам. Например, мать больна физически, а ребенок — психически, либо же мать больна психически, тогда как ребенок — физически. Во взрослом возрасте все опять меняется местами, и ребенку достаются в принципе те же болезни, что у матери и у отца, только посерьезнее.

Ребенок старается походить на мать в тех ее качествах, которые внешне воспринимаются как хорошие. Чем мать лучше, по сравнению с отцом, тем

больше стремление ребенка полностью ей уподобиться. В итоге ребенок зарабатывает те же болезни, что и у матери, но в гораздо более серьезной форме. Например, у матери в некоем органе наблюдается воспаление, а у ребенка в том же органе образуется опухоль. Либо же мать невротик (болезнь души), а ребенок шизофреник (болезнь духа).

Есть дети, которых воспитывает в одиночку отец. Мать либо бросила семью, либо деградировала и не в состоянии воспитывать ребенка, либо безнадежно больна, либо же умерла. Отец, который сообщает ребенку правду о случившемся, воспитывает достойного ребенка, у кого душа, может, и хрупка, но разум всегда будет служить опорой для сердца. Однако если отец принимается искать виновных в сложившейся ситуации, желая утвердить свое мужское достоинство, то ребенок распознает фальшь и начинает отдаляться от отца. Чем больше отец костерит жену или женщин в целом, тем сильнее ребенок тянется к женщинам, покуда не заикливается на них. Заикливание на чем-то или ком-то означает превращение этого в свою собственность, в результате чего страдают обе стороны. Тем самым ребенок страдает от женщин, и отец с полным основанием может сказать, что был прав — что женщины причиняют одни лишь страдания.

Бывают и прямо противоположные отцы, которые пытаются заменить ребенку мать, но это невозможно. В результате мы имеем дело с по-женски мягким, добрым и любящим отцом, который перестает быть мужчиной. Чем взрослее становится ребенок, тем сильнее хочет увидеть настоящего отца — мужчину, который остается мужчиной в любой ситуации. Мужчину, отринувшего мужскую роль, труднее переносить, чем женщину, отказавшуюся от женской роли. Половая принадлежность — явление материальное, и она оценивается органами чувств, хотим мы этого или не хотим.

Если дети не обучены простым, будничным житейским истинам, то они принимаются осуждать своих родителей. Ведь это проще простого. Куда труднее бывает понять. Большинство и не пытается понять. И лишь в глубокой старости человек испытывает сожаление, что так толком и не узнал своих родителей. Мы часто задаем вопрос о ком-то третьем: *«Ты с ним знаком?»* — явно желая узнать о нем еще больше. В ответ слышим: *«Знаком, но ничего о нем не знаю»*. Задумывались ли Вы над тем, что означает этот ответ? Как жаль, если то же самое нам приходится отвечать на вопрос о наших собственных родителях.

Можно вообще не знать своих родителей, но чувствовать их если не разумом, то уж сердцем непременно. Доверьтесь своим чувствам. Прочувствуйте их помногу раз. Прочувствуйте в связи с тем или иным. Беседуйте в мыслях со своими родителями. Тогда мало-помалу образ утраченного родителя будет обретать все более достоверные и законченные очертания. Причем его душа чувствует, что Вы общаетесь с ним, даже если его уже нет на этом свете. Какой бы горькой ни оказалась правда на первый взгляд, но, посоветовавшись с собой, Вы обнаружите, что эмоции проясняются и что Вы начинаете понимать своих родителей. Вы поймете, почему они вели себя подобным образом в той или иной ситуации, и ощутите, что они не желали плохого. Просто так все сложилось, поскольку *иначе они не умели*. Будучи людьми испуганными, они не понимали, что такое хорошо и что такое плохо. Если Вы упорствуете в своем отрицательном отношении к родителям, то Вы желаете быть лучше, чем они. Но поскольку Вам удастся лишь стать прямой их противоположностью, то Ваши дети, в свою очередь, станут прямой Вашей противоположностью, а значит, станут копией Ваших родителей на более

высоком уровне развития. Вот Вы и получили то, чего в действительности не желали.

Подведем итоги.

Все, что с Вами было и что еще будет, — это Вам нужно. Иными словами, все хорошее и плохое, чего Вы желали либо не желали, но что с Вами было и будет, — все это Вам нужно. В том числе и плохое. Если Вы жили бы сообразно потребностям, то все просто было бы. Поскольку же Вы жили по желаниям, то Вы имеете как хорошее, так и плохое. Своим *желанием получать хорошее* Вы взрастили на своем пути преграды, преодолевая которые Вы заполучили плохое, уравнивающее это хорошее. *Если Вы живы*, то хорошего в Вас чуть больше 50% и плохого чуть меньше 50%.

Если Вы этого не признаете и продолжаете желать хорошего, то тем самым увеличиваете хорошее и уравнивающее его плохое. Ваше хорошее достигнет критической отметки быстрее, чем плохое, и следствием явится сумасшествие. Если же Вы продолжаете истреблять плохое, то плохое будет расти, ибо Вы параллельно истребляете и хорошее, которое считаете плохим. В результате усугубляются физические страдания в виде жизненных событий и болезней.

О силе и бессилии

Человек является рабом привычек, но не осознает этого. Ему и в голову не приходит усомниться в своих убеждениях, покуда не случается нечто катастрофическое. Люди бывают настолько косными, что готовы умереть, но не признаются в устарелости своих воззрений. Они считают, что правда на их стороне. Их нисколько не интересует то, что жизнь шагнула вперед, а вместе с ней *расширился и смысл их собственных убеждений*. Поэтому душе такого человека не остается ничего иного, как подчиниться разуму и удалиться с тем, чтобы ознакомиться с *новым* уровнем *тех же самых* воззрений, но только в следующей жизни.

Будучи материалистами, мы привыкли оценивать достигнутое в соответствии с затраченными усилиями, временем либо деньгами. Деньги и время измеряются цифрами, а сила — нет. Поэтому нам и в голову не приходит, что ***все, что делается нами с силой, делается насильно***. Вы можете возразить, тот, кто действует согласно потребности, тоже применяет силу. Да, но это — ***сила свободной воли***, она же ***жизненная сила***, она же ***любовь***. Различие между ними заключается в ощущении и последствии. Когда что-то делается по собственной воле, на душе легко, и эта легкость ощущается сразу, а удовлетворительный результат будет виден позже. А человек, собирающий в кулак всю свою силу воли, движется подобно бульдозеру, и результаты его работы выглядят, как и положено месту, по которому прошелся бульдозер.

Сила воли и чувство долга сопутствуют друг другу, ибо оба они порождены страхом. ***Сила воли обязывает, а чувство долга желает*** подчиняться закону, порядку, власти либо отдающему приказ. Сейчас мы вершим суд над военными преступниками. Извлекаем на свет божий заштатнейших пешек и не устаем хвалить себя за справедливость. Признать, что это месть, мы вовсе не намерены. Сегодня мы считаем это правосудием.

Пройдет несколько десятилетий, и то же повторится с нынешними рьяными обвинителями. История, как известно, повторяется: те, кто сидит на скамье подсудимых сегодня, были самыми справедливыми вчера, нынче же справедливее всех их обвинители. Так будет, пока мы не поймем, что человек, способный творить истинное хорошее для себя, творит его и для других, и другие не станут делать ему плохо. Если кто-то из вас вычитал из этих строк, будто я защищаю военных преступников, он вычитал то, что хотел вычитать.

Когда я говорю о том, что чувство долга является негативной энергией, то, оправившись от первого испуга, люди соглашаются со мной, поскольку они устали жить по приказам и запретам. Люди стали осознавать, насколько тяжело пребывать в принудительном положении — в этом смысле ума нашим людям хватает. Когда же я мимоходом замечаю, что и **сила воли является негативной энергией**, это производит эффект разорвавшейся бомбы. Человек на миг теряет способность мыслить, после чего раздается решительное: «Нет! Это невозможно!» Сообразно с уровнем интеллигентности реакция бывает либо бурной, либо скрытной. К чему скрывать, уважение ко мне у части моих пациентов пропадает напрочь.

Умный всегда принимает решение тем быстрее, чем меньше понимает суть дела. Если до принятия решения не было времени на обдумывание, то после его принятия нет смысла думать — лучше отправиться на поиск новых эмоций. Умному невдомек, что его решение — это протест против нового и непонятного, в чем он ничего не смыслит. Но умный вовсе не намерен признаваться в этом, ведь для него важно, чтобы никто не подверг сомнению его умственные способности. Он предпочитает страдать.

Независимо от того, признаем ли мы истину или нет, она существует. Дорога к истине у каждого разная. Чем больше человек полагается на ум, тем эта дорога искривленнее, ухабистее и опасней. Что это значит?

Чтобы понять это, представьте себе, что у Вас в руке находится некий предмет, который может сломаться или исчезнуть. То же самое может произойти с силой воли. «Хочу» превращается в «не хочу», это значит, что сила воли сломлена, иссякла, и вот уже ее не стало. Такое происходит с силой воли любого человека, если ее добросовестно культивировать для достижения своих целей. Добросовестность оборачивается недобросовестностью, а сила воли — безволием.

Вообразите, что Вы идете по улице и встречаете некоего безвольного человека, которого называете бродягой, нищим, асоциалом, шлюхой либо просто позорным пятном общества. Какое у Вас чувство к нему? Постарайтесь понять это чувство. Если Вы говорите, что ничего не чувствуете, то это тоже характеризует отношение. Если Вы не хотите его замечать и пробегаете мимо, это тоже выражает отношение. Так что Вы ощущаете — испуг, стыд, презрение, жалость, сочувствие, злорадство, желание дать ему денег, обругать, прекратить это безобразие? Ясно одно — радости Вы не испытываете. Ваши чувства важны, но еще важнее понять, что этот безвольный человек не случайно оказался на Вашем пути. **ГДЕ БЫ И КАКОЙ БЫ ДОРОГОЙ НИ ШЕЛ ЧЕЛОВЕК, ЭТА ДОРОГА ВСЕГДА ЯВЛЯЕТСЯ ДОРОГОЙ ЕГО СУДЬБЫ.** Все, что ему на этой дороге встречается, служит для него жизненным уроком. Если к уроку относятся негативно, то его назидания не доходят до адресата, и ему приходится учить человека без слов, на отрицательном примере. Если Вы умели бы слушать сердцем, то

услышали бы, как жизнь говорит: *«Милый человек! В другом ты видишь лишь самого себя, кем бы тот ни был — человеком, животным, растением, предметом, ситуацией либо плевком на тротуаре. Каково твое отношение к другому, таково и твое отношение к той же энергии в самом себе.*

Так не бывает, чтобы в тебе не было чего-то такого, что есть в мире.

Разве только это нечто запрятано в тебе настолько глубоко, что ты и не подозреваешь о его наличии. Если ты его не отрицаешь, то отыщешь в себе. Если ты сейчас признаешь эту житейскую истину, то сможешь это из себя высвободить, и оно уже никогда не причинит тебе боли. Но если ты считаешь себя лучше другого, то с тобой произойдет то же, что и с ним».

Когда-то я тоже обладала сильной волей, как и ты сейчас. Я походила на большое, сильное, красивое дерево — любо-дорого поглядеть. Было чем погордиться. А чтобы казаться еще красивей, я стала возвращать в себе чувство долга, которое тяжким грузом ложилось мне на сердце, на мозг и на загорбок. Настал день, когда напряжение сделалось непереносимым. Я не знала, что напряжение — это страх, ведь себя я считала чересчур смелой. Не знала я и того, что чувство долга не что иное, как желание нравиться и выслушивать любовь. Ведь к работающим относятся с уважением.

И вот из моих уст впервые вырвалось: «Не хочу!» В тот же миг послышался хруст — треснула одна из моих веточек, пребывавшая в состоянии натянутой струны. Но никто не придавал этому значения. Все ведь говорят порой: «Не хочу!» Разве нужно говорить «хочу», если не хочется? Так обычно рассуждает умник, и против этой логики не попрешь. А до смысла никому не было дела. Как же его в таком случае уяснить? Ум не обращает внимания на мелочи и не видит далеко вперед, поэтому эти «не хочу» и треск стали повторяться, пока не сломалась первая ветка. Так пришла первая болезнь.

Тут вновь подал голос ум: «Все болеют время от времени, что тут особенного! Человек простужается либо получает травму. И ничего, поправляется». У разума логика несокрушимая. Рядом с ним рассудительность не имеет права голоса, поэтому истинная причина болезни так и не выявляется. Так одна за другой стали ломаться ветки. Сначала ветки поменьше, затем побольше и так до самых больших, пока однажды не сломался ствол. Для всех это явилось неожиданностью. Теперь я дерево со сломанным стволом. Я твой учитель — учитель, подающий отрицательный пример. Иначе я не умею. Поскольку мои слова до тебя не доходят, я учу тебя самым фактом своего существования. Если ты пока не слишком задираешь нос, то поймешь, что я хочу сказать, и используешь эти сведения себе на благо.

Дерево — то же растение. Растение являет собой уравновешенность, то есть дух. Оно олицетворяет уравновешенность на своем уровне. Ты — человек, являющийся на свет, чтобы развивать свой дух, а значит — чтобы возвыситься. Становясь растением, человек принижает себя. **Растением становится тот, кто ищет счастья на материальном уровне.** Растение превращается в почву. Посмотри на меня: я — растение, которое живет, пока дозволяется, и умирает, когда больше не дозволяется. Постарайся же стать человеком, который возвышается над растением в себе, тогда ты будешь становиться все более достойным человеком, который не зависит ни от кого и ни от чего, кроме себя. Тогда ты сам станешь дающим.

Я живу **милостью и жалостью**, ибо не ведаю, что обе они суть негативность. Я не сумела высвободить жалость к себе и поэтому притягиваю

подобных себе, именующих себя жалельщиками. Хотя они и помогают мне не испустить дух, я не могу быть им благодарна.

Разум велит сказать «спасибо», ибо так меня учили. Но зубы стискиваются, и слова не выходят.

Меня называют неблагодарной, так как жалельщики ждут похвалы и общественного внимания. Таким способом они выслуживают любовь, не осознавая того, что их благодеяние кажущееся. Каждый человек, даже самый жалкий, нуждается в возвышении, а не в принижении. Жалостливый жалельщик отдает то, в чем сам перестает нуждаться. Раз уж он отдает ружлядь, то ему нечего рассчитывать на уважение и нечего напоминать себе и другим о своем благодеянии. Так честнее.

Человек нуждается в сочувствии.

Сочувствие означает, что человек чувствует то, что чувствует другой, и учится на примере другого не совершать той же ошибки. *«Человек, движимый сочувствием, делится со страждущим тем, чем располагает — много это или мало. Он отдает даже то, в чем нуждается сам. Отдает, поскольку чувствует, что ближний нуждается в этом больше, чем он сам, отдает с легким сердцем и не ждет награды даже в виде слов благодарности. Говорят, что Бог воздаст за благодеяние. Это верно. Когда человек дает от сердца, то счастливы оба — как дающий, так и принимающий. Окоченевший от холода или ослабевший от голода до конца дней своих воздает благодарность спасшему ему жизнь. Такая благодарность сама находит дорогу к сердцу истинного благодетеля и не предназначена для аплодисментов публики и отражения в средствах массовой информации. Истинное благодеяние идет от сердца».*

Так говорит жизнь, посылая нам навстречу человека со сломленной силой воли. Она говорит: высвободи свою силу воли, тогда она станет свободным волеизъявлением, которое несокрушимо при всей его гибкости.

Сочувствие принято связывать с чем-то плохим. Это ошибочно. Научитесь сочувствовать хорошему, тогда поймете, кто и почему заблуждается в данный Момент. Научитесь сочувствовать всякому одушевленному и неодушевленному предмету, оказывающемуся на Вашем пути, то есть научитесь их чувствовать — и Вы уясните его сущность.

Болезнь начинается с конкретного стресса, но никогда не состоит

только из стресса. Если человек признал бы свои стрессы, то быстро излечился бы. К сожалению, у большинства больных одновременно наблюдается два взаимоисключающих стресса. Например, желание выздороветь и нежелание признать свои ошибки, что иной раз приводит к желанию установить первопричину недомогания. Чем болезнь сложнее, тем глубже ее корни.

Людам в целом нравится, когда на свет дня извлекаются проблемы, уходящие корнями в далекое прошлое, потому что ошибки прежних жизней можно свободно отрицать, а заблуждения родителей можно вменить им в вину. Да и от грехов юности можно отмахнуться со словами: кто старое помянет, тому! глаз вон. Многие буквально стервенеют от злости: почему я должен расплачиваться за грехи прежних жизней или за грехи родителей? По их мнению, жизнь несправедлива. От одного лишь слова «грех» многие впадают в ярость. Почему? Потому что **религиозное понимание греха есть**

осмеяние творения Господнего, то есть осмеяние законов природы, а воздержание от того, что именуется грехом, привело бы человечество к вымиранию. Ярость — это беспомощная злоба против неразрешимой ситуации.

Живя одним умом, мы все не способны понять, что предыдущая жизнь — это как бы вчерашний день, в которой мы совершили ошибку и не исправили ее. Именно эти родители, а не какие-то иные, выбраны нами добровольно, и злиться на них — значит злиться на себя. *Желание казаться хорошим*, он же *страх оказаться виноватым*, заставляет отрицать свои ошибки — не важно перед врачом ли, экстрасенсом, следователем или прокурором. Человек подсознательно стремится обелить себя с внешней стороны, не сознавая того, что нутро-то остается запачканным.

Если и удастся это скрыть от чужих глаз, то от сердец не скроешь. От собственного суда никому не спастись.

За стремление во что бы то ни стало скрыть свои мысли, не терпящие дневного света, человек может поплатиться жизнью. Ко мне на прием не раз приходили раковые больные в сопровождении супругов либо детей, а также родители, приводившие заболевшего раком ребенка, приходили с надеждой, что я излечу их болезнь. Из моих книг им известно, что рак происходит от недоброжелательной злобы. Но что это означает, как и отчего возникла недоброжелательность — об этом не думают и не хотят думать.

Обращаться за помощью вынуждает **желание выжить**, а **желание сохранить репутацию хорошего человека** вынуждает гордо вскидывать голову и покидать кабинет с оскорбленным видом, как только я начинаю разъяснять причины болезни. Большинство людей продолжают считать, что болезни вызываются негативными внешними факторами.

Страх услышать из моих уст про недоброжелательные мысли в отношении своих близких парализует человека духовно и физически, и он теряет способность соображать.

Когда я честно говорю правду, меня считают плохой. Когда я говорю более общо и призываю в общем улавливать частное и высвободить его, считается, что я трачу чужое время и деньги. Когда я говорю человеку, что он не готов к нашей встрече, то он непременно истолковывает это по-своему. Например, думает либо говорит, что ему не хотят помочь и злонамеренно посылают в лапы смерти. Иной заявляет, что его еще никто так сильно не оскорблял. Якобы ему было заявлено, что он самый плохой человек на свете, хотя я старалась говорить *не о нем, а о его ошибках*. Читатель может представить, с какой скоростью здоровье такого человека покатится под гору. И, конечно, критиканы решат, что человека вогнал в могилу не кто иной, как автор этих строк. Не пошел бы к ней на прием, наверняка остался бы жив. Особенно абсурдно звучат эти слова из уст онкологов, когда они говорят это самому больному и его родственникам. Ведь им должно быть известно, что такое запущенная стадия рака. Подобные высказывания спровоцированы засевшей во враче *недоброжелательной злобой*.

Человек, который делает плохое по неведению, вынуждает страдать себя и других. *Человек, который делает плохое сознательно, обрекает себя на особенно тяжкие страдания*. А что страдания не снабжены биркой с названием причины — это уже вопрос другой. Чем дольше врач вынашивает эту злобу в себе, тем больше вероятность, что пострадают его дети или внуки, чтобы урок оказался болезненней.

Всем целителям так или иначе довелось испытать на себе недоброжелательность врачей. Запомните — не врачи, а **гордыня** заставляет их стричь всех под одну гребенку. Тогда Вам будет легче прощать их. Может, сами врачи находятся в лучшем положении? Нет. Их точно так же поливают грязью экстрасенсы. Кто страдает больше всего? Пациент. Кто является центральной фигурой, науськивающей врачей на целителей и целителей на врачей? Все тот же пациент. Вернее, его **оскорбленность** из-за того, что ему не дали моментально того, что он хотел. Об оскорбленности говорилось выше.

Итак, **из-за своих желаний человек заболел. Пожелал выздороветь**, но врач не вылечил. Тогда он обратился к целителю за здоровьем. Выплеснул там все свое ожесточение против врачей с целью их унижить и тем самым возвысить целителя, чтобы тот его поскорее вылечил. Целитель попался на удочку, ибо он тоже человек, чей взгляд первым делом подмечает то, что заляпано грязью, и видит, что оно черное. Целитель целеустремленно принялся за работу, побуждаемый **желанием быть лучше врача. Желая понравиться пациенту**, целитель принялся ему потакать. И если целителю удалось потрафить всем желаниям пациента, то, возможно, пациент вскоре и на самом деле выздоровеет. Но только на этот раз и только от этой болезни. Об этом никто не задумывается. Все надеются на чудо.

В следующий раз ситуация может измениться не в пользу больного. В порыве злобы пациент разворачивается и бежит назад к врачам. Костерит своего целителя на радость врачам, злорадно высмеивает мистические, немедицинские выражения экстрасенсов, смысл которых до него так и не дошел. Разносит в пух и прах своего недавнего помощника, и если у врача отсутствует чувство собственного достоинства, то врач становится на сторону рассерженного пациента. Не так уж и трудно убедить пациента в том, что, дескать, мы делаем все возможное, но, к сожалению, вред, нанесенный знахарем, невосполним. Так **желание непременно выйти чистым из чужого болота** может потопить человека в его собственной луже. Вот и получается, что хороший человек, помогающий другим, вынужден больше всех страдать сам.

Суммируя, можно сказать: если человек не умеет жить и попадает в беду, он должен по крайней мере открыть свое сердце помогающему и протянуть ему руку. Помощь следует принять и быть благодарным. Если выясняется, что необходима еще чья-то помощь, то не потому, что помогающий плох, а потому, что беда слишком велика. Виновником же беды является **СЕБЯЛЮБИЕ**, оно же **ЭГОИЗМ**, оно же **ВЫСОКОМЕРИЕ**.

Меня часто спрашивают, почему в Эстонии нельзя пользоваться услугами альтернативной медицины *в открытую*. Люди протестуют: «Почему я должен скрывать и лгать? Почему мне нельзя говорить о том, во что я верю? Как я могу доверять врачу, перед которым нельзя открыть свою душу, иначе он рассердится и не станет меня лечить?» До людей доходит информация, что во всех окружающих нас странах — Финляндии, Швеции, Латвии и России — время ушло настолько вперед, что альтернативная медицина разрешена законом. На вопросы об этом я отвечаю, что в этих странах проявляют большую смелость, поскольку беды побольше. Могу сказать, что так как запретный плод особенно сладок, а сам плод в этих условиях приобретает особенную стойкость, то нам не приходится стыдиться перед нашими соседями за уровень нашей альтернативной медицины. Что же касается раскрытия души, человек сам должен чувствовать и знать, перед кем, где,

когда и как именно открывать свою душу. ***Людьми прямодушным, верящим в хорошее, всегда приходится страдать.*** Вы можете решить, будто я призываю людей лгать. Нет, я учу их уму-разуму. О недоверчивости и ее! оборотной стороне — откровенности — речь шла выше. Мне не нужно, чтобы Вы страдали. И я сама тоже страдать не желаю. Кто видит во мне врага, тот считает, что я сама подтолкнула его к такому выводу. Людям кажется, будто я обладаю некими особыми колдовскими способностями. Они не желают замечать, что человек ищет истину и если ее находит, но не уверен в себе, его направляют к тому, в ком вера сильнее.

Человек, верящий в хорошее, верит только в хорошее. Поскольку внешне хорошее уравнивается внутренне плохим, то человеку, верящему в хорошее, суждено страдать от внутреннего плохого, откуда он не научится его распознавать. Кто распознает, тот принимает это в расчет. Если плохое его больше не затрагивает, то оно перестает быть для него плохим.

Я не строю из себя благодетеля, который избавит Вас от напастей. В каждой моей книге я предупреждаю, что я лишь рассказываю Вам о Ваших собственных ошибках. Ни за чем иным ко мне нет смысла обращаться. Несмотря на это, хороший человек, побывав у меня, спешит пожаловаться всем, кто желает слышать обо мне плохое, будто я ошарашила его так, словно треснула палкой по голове. Его, и без того пострадавшего хорошего человека, обидели.

Люди, которые заявляют: *«Правду, скажите только правду, как бы горька она ни была/»* — вообще не переносят правды, поскольку не знают, что это такое. Стоит произнести одно лишь предложение, близкое к правде, как в их душе вспыхивает злоба. О какой правде может идти речь? Мне приходится делать выбор — либо говорить чистую правду, либо юлить и говорить экивоками. В первом случае человек не станет работать над собой, потому что он не признает наличия у себя стрессов. Во втором же он оказывается неспособным распознать свои стрессы. Результат один — Виилма плохой человек.

Спорить я не спорю. Если моя прямолинейность воспринимается как плохое, то нечего приходить ко мне за этим плохим. Если мое требование ознакомиться с моими книгами воспринимается отрицательно, то не следует их читать. Можно упрекать меня в том, что я чересчур самоуверенна. На самом деле я полагаюсь на свою интуицию. Именно интуиция, то есть вера в себя, подсказывает мне, что нужно делать, что можно делать и чего делать нельзя. В свое время я работала гинекологом, и работала успешно. Свойственное мне спокойствие, умение принимать решения и четкость позволяли действовать решительно в нужный момент, когда речь шла о жизни матери и ребенка и счет велся на минуты и даже на секунды.

Я была хирургом, чья уверенная рука с миллиметровой точностью возвращала пациенту жизнь и здоровье. Я ничего не забыла. Несмотря на это, я была скорее мягкой и податливой, нежели суровой и сверхтребовательной, благодаря чему мои больные быстро выздоравливали. Теперь я работаю в области эзотерики и должна снабдить больного ясной и конкретной схемой лечения при помощи мыслей, схемой, которая призвана помочь неподатливому человеку стать податливым. В противном случае он не излечится. Кто желает понять, тот поймет, что это не достигается изысканными светскими беседами.

К сожалению, немало таких людей, кто, взывая о помощи, хватается за

предлагаемое, но как только беда миновала, сразу все забывает. До следующего раза. Ведь они привыкли, что их не оставят без помощи. Есть люди, которым я помогла вернуть здоровье, затем помогла им заиметь ребенка, затем тому же ребенку помогла восстановить здоровье. Но их дети заболевают снова и снова, поскольку родители, получив желаемое, теряют всяческий интерес к исправлению своего умонастроения. Они желают жить, чтобы *получить* от жизни то, что еще *недополучено*. Я и в самом деле плохой человек, поскольку надавала им слишком много и слишком быстро, чем раззадорила их аппетиты. Но и я тоже учусь.

Всему новому приходится преодолевать сопротивление старого. Если новое чего-то стоит, оно пробьется. По сути оно приобретет закалку. Более простого пути испуганное человечество не смеет себе позволить. Эстонский народ желает продлить свои страдания. Кто вправе это ему запретить?

Как гласит эстонская пословица, нужда загонит быка в колодец. Это не означает, что, выбравшись из колодца, бык станет относиться к колодцу как к своему избавителю. Мне доводилось слушать и читать воспоминания именитых людей, спасшихся из лап смерти. Их благодарность и похвала адресованы медицине и врачам. Это меня радует. Кое-кто из числа именитых, а мне про это известно, остался в живых благодаря экстрасенсу. Я знаю, сколь трудно врачу вернуть больного к жизни, но я также знаю, сколь неимоверно трудно то же самое сделать экстрасенсу. Лично я сняла бы шляпу перед иным экстрасенсом, однако спасенный им от смерти человек отрешивается от него. Понятно, что человек стесняется публично признаться в своем отношении к жизни, хотя это и не чревато потерей должности, как в былые времена. Меня огорчает то, что **человек разрушает себя, желая угодить общественному мнению.**

Великие личности мира физического двигают вперед материальный мир. *Смелое признание из уст одной из этих великих личностей заставило бы обратить внимание других облеченных властью великих людей на существующую проблему.* Сейчас власть может заявлять, что паранауки в Эстонии не существуют, поскольку она их запретила. В советское время тоже запрещалось всякое развитие. Это все равно как если бы некий важный начальник стал укорять пробившуюся сквозь асфальт травинку в том, что ей тоже хочется жить. Если это не помогает, то он обрывает верхушку и, запретив травинке расти впредь, рапортует вышестоящему начальству, что сорняки ликвидированы. Он не желает видеть, что на месте оборванной травинки вырастает сильный, жизнеспособный росток, который взламывает асфальт. Он не ставит перед собой цель уничтожить асфальт, как ошибочно считают. Ему нужно развиваться. **Божий закон развития гласит, что, если старое не желает обновляться, его следует уничтожить, ибо оно утратило свое достоинство.**

Медицина — это старое, альтернативная медицина — новое. Достойный врач признает альтернативу и берет в напарники экстрасенса, чтобы помочь больному. Для такого врача экстрасенс не представляет собой опасности. Образованный же врач, абсолютизирующий науку, видит в экстрасенсе врага, которого следует уничтожить. Слишком часто мне приходится утешать больных, которые желали довериться врачу. Разоткровенничавшись перед врачом, они с ужасом осознавали, что совершили непоправимую ошибку. Вместо старого милого доктора перед ними оказывалась холодная стена. Иная стена еще и лает и норовит укусить. Для больного страшно не то, что ему придется искать нового врача — хороших врачей ведь много. Страшно то, что

поколеблена его вера во врачей. Мне приходится эту веру возрождать, поскольку пациент еще не дорос до того, чтобы обходиться без медицины.

Гордость — это сила. Сломленная гордость — это жалость к себе, а значит, жизненное бессилие. Об этом поговорим позже.

Здоровье — это чистота

Душевная чистота является залогом физической чистоты.

Чем Вы чистите то, что стало грязным? Водой. Или Вам на ум первым делом пришло некое чистящее средство? Ничего удивительного, ибо Перебарщивание с чистотой — дело обычное. Крошку новорожденного и то суют в мыльную пену — лучшую в мире пену, изобретенную специально для Вашей малютки. Такой рекламе доверяют. Ведь все проверено, и получено разрешение Департамента здоровья. А вот *нужно ли это, думать как-то не принято.*

До годовалого возраста ребенку не нужны никакие моющие средства, в том числе мыло, если только он не помогал отцу ремонтировать машину. Излишняя чистота уничтожает бактерии, защищающие кожу, и ребенок покрывается коростой. Так тело выражает протест против навязанного ему противоестественного положения, разлучившего его с друзьями — необходимыми бактериями. И теперь ему самому приходится делать то, что раньше делали предназначенные для этого друзья. У него нет иного средства, чем тканевая жидкость, она же лимфа, которая начинает сочиться из всех пор и в лучшем случае засыхает в виде коросты. Независимо от того, в каком месте образуется короста, она всегда являет собой *энергию заглушаемой или подавляемой жалости. Короста — это высохшая печаль.*

Если Вы недовольны рождением ребенка, значит, Вы не проделали предварительной работы, необходимой для родов, и являетесь человеком неумелым и беспомощным. Если Вы стыдитесь своего неумения и беспомощности, то подавляете их в себе и не просите о помощи. Брошенное свысока: *«А, ничего, как-нибудь справлюсь/»* и есть подавление собственной беспомощности, а там, глядишь, возникает печаль из-за своей нерасторопности. Вскоре доходит и до слез. Это уже жалость к себе, перерастающая в жалость к ребенку. Жалость вызывает упадок жизненных сил, или бессилие.

Микробы считаются чем-то ужасным, и борьба с ними ведется по всему фронту. Уже придуманы бактерицидные моющие средства — мыло и, надо же, даже зубная паста. **Кто боится, тот ненавидит и борется.** Если Вы совершаете подобную ошибку и у Вашего малыша аллергия, то знайте, что для вымывания болезни есть два надежных средства: чистая вода для наружного применения и **козье молоко** для приема внутрь. Чай из трав, которые годятся как для внутреннего, так и наружного применения, здесь мною не рассматриваются.

Коза — это животное, которое потребляет в пищу все растения, растущие в данной местности и составляющие местную растительность. Она не брезгует даже крапивой и репейником. Поэтому молоко у нее полноценное и ближе

всех к материнскому. Козье молоко не нужно кипятить и разбавлять, оно не вызывает аллергию и является лучшим средством от всех болезней. Оно одновременно питает и очищает, поэтому идеально подходит для лечения аллергических заболеваний у детей. Некоторые родители заводят козу для больного ребенка и не жалеют об этом. Козье молоко ставит на ноги и старых, обессиленных людей.

Свойства козьего молока:

- содержание белка в среднем 4,49%, содержание жиров — 4,37%;
- благодаря более тонкой структуре оно усваивается в пять раз лучше, чем коровье молоко;
- содержащиеся в нем жирные кислоты обладают уникальной способностью уменьшать содержание холестерина и регулировать обмен веществ;
- по сравнению с коровьим молоком оно содержит больше железа, меди, магния, марганца, кобальта, цинка, фосфора и биологически активного казеина; витамина А в нем содержится вдвое больше, чем в коровьем молоке, витамина В1. — на 50% больше, витамина В2, — на 80%, а также больше содержится витаминов С и D;
- в отличие от коровьего у него щелочная реакция, благодаря чему козье молоко является эффективным средством при повышенной кислотности;
- козье молоко обладает высоким антибактериальным и антигемолитическим действием (препятствует разрушению эритроцитов в крови);
- для удовлетворения естественной суточной потребности ребенка в белках и жирах козьего молока требуется на 30—40% меньше, чем коровьего.

Лечебный эффект от козьего молока индивидуален, но наступает не раньше, чем через неделю. Если аллергическая сыпь поначалу усиливается, то это является признаком очищения, который говорит о том, что количество молока следует увеличить до 0,5 л в сутки. Отставьте в сторону на первых порах все прочие продукты питания, так как козье молоко дает грудному ребенку все, в чем он нуждается.

Наряду с аллергией козье молоко излечивает малокровие, отсутствие аппетита, повышенную кислотность, язвенную болезнь, бронхиальную астму, туберкулез, дистрофию, рахит и прочие нарушения обмена веществ, а также ухудшение слуха. Аллергия к коровьему молоку бывает двух видов: во-первых, аллергия к белкам — ее козье молоко излечивает, во-вторых, аллергия к сахару — ее козье молоко не излечивает. Исследователи целебных свойств козьего молока, впрочем, отмечают, что оно не является панацеей от всех болезней, и я с этим согласна. А это значит, что **плохую мысль не перешибешь никаким хорошим средством.**

Наши материализовавшиеся плохие мысли следует вымывать из тела водой. Вода очищает тело как снаружи, так и изнутри. О какой воде идет речь? В теле есть два вида жидкости: кровь и лимфа. Какая из них, по-вашему, способна очищать? Если Вы решили, что кровь, то заблуждаетесь. Кровь разносит питательные вещества и является поставщиком уроков. Все материальное, что мы вбираем в тело, доводится кровью до клеток в материальном же виде. Все материальное по сути являет собой материализовавшееся духовное, которое нам теперь требуется усвоить на

материальном уровне. Кровь может нести с собой яд, но если лимфа была бы чистой, как родниковая вода, она вывела бы яд из клетки так быстро, что яд не успел бы нанести вред клетке. *О произошедшем в клетке осталась бы лишь информация, что в конечном счете и было необходимо.*

Чем больше в лимфе шлаков, тем она гуще и тем медленнее ее движение. Она не поспевает к месту назначения в нужное время и настолько засорена, что не очищает. Клеткам наносится урон. Не будь стрессов, в лимфе не оседали бы шлаки. Какой стресс загрязняет лимфу?

Вспомните, что за стресс превращает лимфу носовой полости в слизь.

Обиженность. У человека, который легко обижается, энергия обиды не уместается в носу. Она ищет для себя вместительнее побольше, словно говоря: если ты не можешь жить, не обижаясь, выход искать придется мне. Обиды по одному и тому же поводу копятся в одном месте, обиды по другому поводу — в другом и так далее. Все вместе и есть обиженность. Есть люди, которые внешне обижаются часто, однако обходятся без насморка. А есть такие, которые как будто и не обижаются вовсе, однако заболевают. В обоих случаях в теле накапливается подавляемая обиженность. В какой-то момент лимфа в теле превращается в слизь, и поскольку слизью ничего очистить нельзя, то тело болеет.

Болезнь может поражать один орган — например, нос, глаз, ухо, легкое, почку, сердце или печень. Либо может поражать ткань — например, костную, мышечную, жировую, соединительную или нервную. Либо же часть тела — например, руку, ногу, голову, живот, спину. Либо систему органов — например: нервную, обмена веществ, сердечно-сосудистую, мочеполовую, пищеварительную, кроветворную, лимфатическую. Все зависит от характера нашей обиженности.

От чего возникает обиженность? Оттого что человек не получает желаемого.

На самом деле человек никогда не получает того, чего желает. Ему всегда достается то, в чем он нуждается. Будь у нас больше сообразительности, чтобы по поводу всякого возникающего желания спросить себя: «*Нужно ли мне это?*» — и дождаться идущего изнутри себя ответа, то мы поняли бы, нужно это или не нужно. В том и в другом случае душа спокойна. Не нужно так не нужно — и дело с концом. Если нужно, начинаем целеустремленно и не спеша действовать, не закливаясь на цели.

Нам нужно в десять раз больше, чем мы получаем. Осознание своих потребностей заставляет нас **добиваться реализации этих потребностей.** Поскольку же своими страхами мы превращаем потребности в желания, то на **осуществление желаний** у нас уходит в десять раз больше времени, сил и средств, а в конечном счете всегда получаем в десять раз меньше, чем нужно. И вдобавок обиженность. Если бы мы высвободили свои желания, то действовали бы согласно потребностям и получили все, что нам нужно, безо всякой обиженности. В ней как в учителе нет нужды, если человек мыслит правильно. **Запомните, что желанию неизменно сопутствует обиженность.** Даже в том случае, когда желаете того, в чем нуждаетесь.

Хороший человек желает хорошего, и потому хороший человек сопливит чаще, чем плохой. Возможно, Вы и сами это заметили. Хороший человек обижается до глубины души, если считает себя вправе получить то, чего желал. Плохой же знает, что он плохой и что не имеет права требовать того,

чего хочется. Плохой человек моментально соглашается с тем, что не бывает людей хороших или плохих, что человек просто есть. Однако эту простую истину очень трудно втолковать человеку хорошему, поскольку страх не дает ему добровольно отказаться от ореола хорошего человека.

Если человек желает малого, то получает его, коли в том была потребность. И вдобавок получает обиженность. Если человек желает большого, но не получает, если в том нет потребности, зато обиженность зарабатывает большую. Если же человек желает особенно много, но также его не получает, коли нет потребности, то обиженность зарабатывает особенно великую. Так копится обиженность — копится по каплям от малых желаний, ложками от больших и черпаками от особенно больших. В некий момент чаша переполняется, и человеку отмеривается болезнь в соответствии с объемом чаши.

I. Если человек возжелал земных благ, то его обиженность обращается в болезнь физического тела.

II. Если человек желает душевных ценностей — любви, уважения, почета, внимания, заботы, понимания, ласки и т. п. — обиженность обращается в душевные заболевания: психическую неуравновешенность, неврозы, психозы. Если человек заглушает эти энергии тем, что сдерживает себя, старается вести себя вежливо и интеллигентно, занимается самовнушением либо принимает лекарства, то возникают заболевания органов или тканей в области грудной клетки.

III. Если человек желает духовных ценностей, то за духовность он наверняка считает ум и начинает учиться. Так потребность в духовном росте, то есть потребность **возвыситься**, оборачивается **желанием превзойти кого-то или что-то**, и если это происходит, возникает **желание стать начальником. Не** исключено, что **возвышение превращается в высокомерие.**

Для умного человека общественное положение имеет жизненно важное значение, и падение может закончиться смертельным исходом. Если он всерьез считает себя выше других духовно, то, падая, больно ушибется. Высокое общественное положение — дело выборное, а потому временное и нестабильное. Куда надежнее занимать профессиональную должность, позволяющую быть лучше других при помощи знаний и опыта. Кто ради достижения высокого положения делает вид, что превосходит других в духовном отношении, для того падение служит хорошим уроком. Шлепнувшись оземь, он либо обретает разум, либо лишается последних его крупниц.

Нежелание признать свою глупость вынуждает человека учиться, учиться и еще раз учиться, чтобы доказать, что люди, свалившие его, совершили и продолжают совершать глупость. Его черепная коробка уподобляется мусорному ящику, в котором уже нет места для очередной порции мусора. Так возникают заболевания мозга, самая тяжелая из которых — умопомешательство. Это самое страшное из того, что может случиться с человеком. Какая бы болезнь ни являлась причиной ухода с этого света, речь идет лишь о прекращении урока и начале школьной перемены. Когда же человека покидает дух, человек превращается в животное, что является *единственно возможным движением вспять* на пути развития. Поэтому сумасшествия и боятся превыше всего.

Если Вы сейчас задумаетесь о том, сколько у Вас было и есть всевозможных желаний, то можно понять, сколько в Вас шлаков. А еще нежеланий, которые по сути те же желания. «Желаю хорошего» и «не желаю плохого» по сути одно и то же. *Шлаком становится все, чего человек не измыслил, не изгласил и не изжил.*

Измышление, т. е. исправление умонастроения, развивает дух.

Изглашение облегчает душу, но изглашенное вскоре вновь копится в душе.

Изживание облегчает тело и душу, однако является одним большим самообманом.

Человек отличается от животного тем, что он способен мыслить. Кто утверждает, что животное вообще не мыслит, тот ошибается. **Животное создано для сохранения жизни и ее эволюции, человек — для развития жизни.** Эволюция и развитие — две разные вещи. Первостепенное значение для них имеет способность мыслить сердцем, иными словами, способность распознавать возможность выживания и вести себя соответствующим образом. Животный образ мыслей развивает горизонтальную энергию, т. е. материальный мир, человеческий образ мыслей, напротив, — вертикальную энергию, т. е. духовный мир. Как человек, так и животное являются друг для друга учителями.

Иной раз можно услышать, что-де животное разумнее, чем человек. Нет более нелестной для человека оценки. Это подразумевает, что животное питается, когда проголодается. Человек же из жадности норовит отнять у ближнего последнее, даже если сам сыт. Животное — хранитель, человек — растратчик. Окружающие нас животные учат распознавать в себе животных, с тем чтобы мы отыскивали в себе Человека.

Итак, испуганный человек живет желаниями. Желаний бесконечное множество, и каждое из них привносит в тело малую либо большую обиженность, которая материализуется в известный момент в соответствующую болезнь. Если человек не получает того, чего желает, немедленно, он обижается. Есть обиды, которые мы ощущаем и осознаем, а есть и такие, которые мы и не желаем осознавать, ибо это унижает нас в наших собственных глазах.

Мы проглатываем обиду и делаем вид, что ничего не произошло, а пищеварительному тракту приходится обиду переваривать. Поскольку обиженность не еда, пищеварительный тракт не способен ее переварить. Заболевание пищеварительного тракта свидетельствует о том, что человеку *не удалось сделать то, чего он желал.* Отношение к самим себе определяет отношение к нам других, и потому мы вынуждены глотать обиду по поводу того, что с нами *делают другие.*

Не умея быть самими собой, мы ставим себя в зависимость от других людей. Пытаемся быть хорошими и оправдываем обидное поведение ближнего. Если кто-то укоряет, мол, почему ты позволяешь обращаться с собой подобным образом, мы тут же успокаиваем его, дескать, ладно, ничего страшного. Вон какое у обидчика было трудное детство, да и жизнь не задалась, потому и ведет себя так. Как-нибудь проглочу. И проглатываете.

Порой обиду никак не хочется проглатывать, но Вы должны это делать, потому что от этого зависит очень многое. С выражением деланной радости на лице стискиваете зубы, чтобы не вырвало. Потом ненавидите себя за то,

что лизали другому зад. Пищеварительному тракту делается все хуже. Когда на улице Вы сталкиваетесь с мальчишкой-школьником, который ковыряет пальцем в носу, а соплю отправляет в рот, Вы возмущаетесь, почему ребенок ведет себя так непотребно и почему детей не учат сморкаться. Вы не понимаете, что в данный момент ребенок — Ваш учитель. Он говорит: *«Я съедаю соплю, но и ты тоже. Мои земные соплю переварятся в пищеварительном тракте, а из-за твоих духовных соплей твой пищеварительный тракт заболевает, если ты их не высвободишь»*.

Иногда возникает такое чувство, будто **наплевали в сердце**. Вы почитаете нечто как святыню, живете ради этого, вкладываете в это всю душу и чувствуете, какой болью отзывается в сердце уничижительная оценка ближнего. Вы легкоранимы, потому что желаете, чтобы другой свято чтит то же самое, что и Вы. То есть желаете превратить другого в подобие себя. Вы не понимаете, что зациклились на своей святости и тем самым эту святость разрушаете. Другой поступил так же. Иной раз Вас обижает случайное слово, услышанное на улице либо в совершенно чужой компании, где ничего не знают о Вас и Ваших ценностных ориентациях.

Чем сердечнее Вы желаете быть, тем бессердечнее оскорбления притягиваете к себе, и сердцу становится худо. Другой лишь высказал свое мнение, и ему, естественно, невдомек, что Вы вобрали это в сердце и там оставили. Но даже знай он про это, он не смог бы извлечь из Вас то, что Вы вобрали. Не усвоенный Вами урок никто за Вас выучить не может.

Люди также часто прибегают к такому понятию, как «плюнуть в лицо». Прimitивные люди делают это физически, люди развитые — духовно. Умный человек и тот может выкрикнуть в лицо собеседнику свое мнение, да так, что обдаст его брызгами слюны, но человек, ревностно блюдуший свою интеллигентность, может в гневе так плюнуть собеседнику в лицо, что тот впредь будет сторониться обидчика, словно чумы. Особенно если обиженный чувствует, что поруганию подверглись знания либо умелая работа, тогда как сам обидчик ни умом, ни мастерством не блещет. Это чувство горечи не сходит с лица обиженного до тех пор, пока он не высвободит свою горечь.

В лицо плюют тому, у кого непомерно большие иллюзии. Лицо выражает отношение к иллюзиям. Человек, живущий согласно потребностям, не ждет и не требует от других реализации своих иллюзий. Чем больший восторг Вы испытываете от своих радужных иллюзий, тем хуже способны оценивать возможности их осуществления. Если Вы упорно гоняетесь за желаемым, у ближнего лопаются терпение, и он высказывает Вам прямо в лицо все, что о Вас думает. У Вас такое ощущение, будто Вам плюнули в лицо. Вы обижены до глубины души из-за того, что Вам не дали права голоса. Если бы Вы спросили себя: *«Почему так произошло?»* — то поняли бы, что обидчик обошелся с Вами точно так же, как Вы с ним.

Разница заключается лишь в том, что один подумал, а другой сказал. Известно ли Вам, как поступает беспомощный человек, когда его связывают по рукам и ногам и вдобавок начинают истязать? Он плюет своему мучителю в лицо, а там будь что будет. Если Вам выплевывают в лицо свое мнение, значит, Ваше желание оказалось **безрассудно великим**. Если Вы высвободите желание, то сможете простить обидчику, поскольку осознаете, что сами его спровоцировали.

Каким бы желание ни было, оно все равно является желанием заполучить что-то или кого-то. Иными словами, желание есть **корыстолюбие, жажда**

наживы. Если мы **желаем заполучить вещи**, то это маленькое желание, пусть даже речь идет о миллионе. Если мы **желаем заполучить человека**, то это большое желание, и оно может обойтись не в один миллион. В результате Вы заполучаете его тело. Если Вы **желаете заполучить любовь этого человека**, то расплатись Вы хоть ценой своей жизни, любви Вам не получить.

Любовь не получают, любовь отдают. Не получив желаемого, Вы способны обезуметь. Можете совершать сколь угодно благородные поступки, стремясь доказать, что Вы достойны любви этого человека. Пусть Вы для всего света являетесь кумиром, но покуда Вы не высвободите свое желание, этот человек не даст Вам того, чего Вы желаете. Люди, имеющие деньги, силу и власть, могут лишиться рассудка, но если их корыстолюбие превращается в жадность, их призывает к себе смерть.

Корыстолюбие есть желание приобретать.

Жадность — это желание урвать кусок пожирнее, побольше и как можно быстрее. Эти желания различаются лишь по временному фактору. Если человек спешит, а значит, боится, что не получит желаемого, корыстолюбие превращается в жадность. Когда я стала смотреть эти энергии в людях, они предстали передо мной в виде общеизвестных символов, высвободить которые под силу каждому.

Корыстолюбие подобно черту, сидящему в человеке. С хвостом и с рожками, каким его обычно рисуют.

Жадность — это Смерть, таящаяся в человеке. С косой и в черной накидке. Корыстолюбие превращает жизнь человека в ад, а сам он превращает в ад жизнь других людей. Человек обычно этого не понимает. Если кто-то скажет о Вас, что Вы настоящий черт, то не дожидайтесь, пока это будет сказано Вам в глаза. Высвободите своего черта. Хоть говорящий и увидел в Вас прежде всего себя, но не будь его собственный черт меньше Вашего, он сказал бы Вам это прямо в глаза. Его маленький черт боится Вашего большого черта.

Всякий раз, когда Вы чувствуете, что жизнь сделалась адом, освобождайтесь от своего князя тьмы. В противном случае он — раз! — и оборачивается вдруг старухой с косой в руках. Она машет косой, не зная пощады, как и Ваше корыстолюбие. Одного косит с маху, другого обрабатывает подолгу. **Кто желает состричь материальную выгоду, того коса полоснет в первую очередь по ногам. Кто желает стяжать почет и славу, того полоснет прежде всего по голове, то есть отнимет разум.** Смерть является на помощь человеку тогда, когда видит, что он ничему уже не способен научиться на этом свете.

Желание — понятие очень широкое. Иного человека оскорбляет уже одно то, что его крохотное, по-мышинному пугливое ожидание называют желанием или, хуже того, корыстолюбием. Ведь он ничего не заимел и заиметь не собирается, а его обвинили в корыстолюбии. А в то же время тот, кто во всеуслышание объявляет, мол, да, хочу заиметь, да, я жадный, — тому поют дифирамбы, окружают почетом. **Ожидание, томление, желание, требование — терпеливое либо нетерпеливое, тихое либо громкое, в мыслях либо в делах — по существу является корыстолюбием.**

Корыстолюбие может вызвать маленькую скрытую обиду, которую никто, в

том числе и сам обиженный, не замечает, либо обиду безгранично большую, которую невозможно и не хочется скрывать. Характер обиженности обуславливает характер болезни. Кто не смеет высказывать свои чувства, зарабатывает скрытые болезни. Кто осмеливается выказать свое плохое, зарабатывает болезни, видимые глазу, ибо смелость — это подавленный до неузнаваемости страх, который не может не демонстрировать свое превосходство над теми, кто робеет. **Смелость — это горделивость**, которая не может существовать, не выпячивая себя. Горделивость и обиженность не существуют друг без друга. **Чем больше горделивость, тем больше обиженность, и чем больше человек обижается, тем больше становится горделивость.** Покуда не загремит вниз.

Корыстолюбие и жадность относятся к понятиям материального уровня. Мы сами создаем себе земной ад и затем спасаемся от сотворенного в объятиях смерти, которая в действительности является вечной жизнью. На земле мы тоскуем о рае небесном. Попадая на небеса, мы стремимся вернуться на землю. Оказавшись вновь на земле, мы забываем небесную мудрость и снова идем на поводу у корыстолюбия.

Корыстолюбие делает человека нечистым душой, и его лимфа превращается в нечистоты. Когда загрязненность лимфатической системы достигает критической черты, тело не способно жить дальше.

Жадность делает человека кровожадным душой, и его кровь густеет. Когда кровь сгущается до критической отметки, кровообращение прекращается, и тело умирает. Вот и освободилась душа от неугодной вещи, как того и желал человек при жизни.

Лимфа символически соотносится с мужчиной. Мужчина — это Дух, подобный Небу, который создает Землю — материальность.

Кровь символизирует женщину. Женщина — это Душа, подобная Земле, которая создает Небо — духовность.

Лимфа — это жизненные соки, кровь — сама жизнь.

Подобно тому, как лимфа является частью крови, так и мужчина является собой часть женщины. Кровь наполовину состоит из лимфы. Точно так же женщина наполовину состоит из мужчины. Ваше отношение к матери и женщинам, а также к отцу и мужчинам отражается в состоянии Вашей крови и лимфы.

Кровь состоит из лимфы и форменных элементов. Подобно тому, как Небо окружает Землю, чтобы Земля не погибла, так и кровяная плазма, т. е. лимфа, окружает форменные элементы, чтобы они не погибли. Так сотворен дух, призванный оберегать душу, чтобы тело не погибло. Иными словами, так сотворен мужчина на материальном уровне, призванный оберегать женщину, чтобы сохранить жизнь. **Следуя этим законам созидания в самих себе, мы можем истребить свое ошибочное отношение на едином дыхании.**

Здоровье предполагает сбалансированность мужской и женской энергии в теле. Небольшое отклонение от равновесия приводит к небольшому заболеванию. Большое отклонение — к серьезному заболеванию. Если Вы желаете получить что-то от отца, мужа, сына либо мужского пола, но не получаете, то Вы обижаетесь, и к Вашей лимфе подмешивается капля слизи. Если желаете получить что-то от матери, жены, дочери либо женского пола, но не получаете, капля слизи подмешивается к крови. Это означает, что Ваша кровь уже изначально питает Вас обиженностью. А это означает, что,

обозлившись на мать, Вы непременно злитесь на отца. Одна злоба порождает другую, и в результате возникает болезнь.

Желаний у каждого человека неисчислимо множество, и они все прибывают. *Высвободить их разом нет возможности и нет необходимости.* Конкретное желание само знает, когда подать о себе знак, чтобы Вы его высвободили. Если каждый день уделять хоть чуточку внимания своим мыслям, то Ваши желания не останутся незамеченными. Если же останутся, то они показывают, что с человеком может сделать стресс.

Сейчас я опишу, как выглядит *желание, чтобы меня не принуждали, желание жить вольной жизнью*, оно же **обиженность на принуждение**, — гноящиеся глаза, сальные волосы, обвислое тело, притупившиеся чувства. Усталость от принуждения убивает всякую надежду на то, что глаза увидят что-либо кроме приказов, уши услышат что-либо помимо желаний, нос учует что-либо, в чем нет корысти, язык почувствует что-либо, что лишено вкуса наживы, а руки коснутся чего-либо, к чему моментально не прилепят ценника.

Обида оседает в носу, обиженность — в теле.

Оба стресса могут возникать отдельно и отдельно высвобождаться через свой очаг болезни, а могут и перерастать друг в друга. Проглоченные или принимаемые сердцем обиды вызывают обиженность. Как видите, нос находится в прямой связи с третьей и четвертой чакрами.

Духовное создание обладает **самосознанием**, знанием о собственном я. Сюда относится осознание своего развития, душевного и интеллектуального состояния. Страх превращает самосознание в **самомнение**, в переоценивание значимости собственной персоны. **Самомнение выражается в виде горделивости и высокомерия.** Горделивость обижается, высокомерие выше обиды. Обижаться можно на других и на самого себя. **Умник обижается больше на других. Умный обижается больше на себя.**

Об умничающем человеке обычно говорят: «Он задирает нос». Умничанье норовит обосноваться у человека в носу. Если умничанье встречает отпор, то оно обычно так и остается у человека в носу, поскольку **умник** не видит дальше собственного носа. Он видит, что его обидели. Получив многократно по носу, человек осознает отношение к нему со стороны окружающих и затаивает обиду.

Многострадальный личный опыт порождает и культивирует в человеке *самомнение*, то есть *желание жить собственным умом*. Такая жизнь обрекает человека на мучения и усугубляет чувство обиженности. Человек с высоким самомнением нещадно бьет по носу тех, кого считает глупее себя, сам же получает оплеухи от тех, кто умнее его, ибо его горделивость жаждет утвердить свое превосходство. С этой целью *он проглатывает все, что превосходит его на физическом уровне*, а следовательно, унижает его. А *все, что превосходит его на душевном уровне, он вбирает в сердце*. Более опасна обиженность, которую хранят в сердце, потому что это наносит урон любви.

Самомнение, т. е. проживание собственным умом, является эгоизмом, оно же высокомерие.

Обида превращается в обиженность в глотке, откуда она затем проглатывается или перекачивается в сердце. Каким образом? При помощи самомнения, то есть собственного ума. Если человек вынужден признаться в глупости собственного ума, а попросту говоря — в своей глупости, у него

заболевает глотка. Это означает, что человек обижен. Неясная обида — это подсознательная обида на самого себя. Чем больше обида выражается в неприкрытой злости, тем сильнее боль в глотке. Выражаясь будничным языком, *чем больше человек костерит себя, тем сильнее у него болит горло.*

Осознание собственной глупости унижает чувство гордости и ставит человека в зависимость от его глупости. Унижение приводит к воспалению. Чувство невыносимого унижения вызывает гнойное воспаление в глотке, что часто дает осложнение на сердце, почки или соединительную ткань. Чем сильнее человек злится из-за собственной глупости и ее последствий, тем серьезнее осложнения.

Глотку мы обычно называем горлом. Воспаление нёбных миндалин — ангина — наиболее распространенное заболевание горла. **Миндалины — это уши горла, т. е. уши самомнения,** которые ловят, как локаторы, то, из-за чего можно было бы задрать нос. Рано или поздно человека подводит горделивость, которая не позволяет уму обратиться в рассудительность. Чем человек считал себя умнее, тем сильнее он костерит себя и тем серьезнее у него ангина. У него либо у его ребенка.

Вспомните день, предшествующий ангине, когда Ваш ребенок заболел ею. Несколько дней Вы его нахваливали, и особенно в тот самый день, но вдруг оказалось, что за ним числятся провинности. Ваша обида выплеснулась на ребенка в виде обвинения. Радостное выражение на его мордашке померкло, сменившись отчуждением. Вы не обратили на это внимания, ибо в праведно-ликующем гневе изобличали маленькую ложь, пущенную в ход ребенком из желания казаться лучше и боязни чистосердечного признания. Вы велели ему идти спать, и он пошел. Пошел не прекословя, как обычно. Спустя несколько часов он уже лежал с ангиной, с высокой температурой. Совершенно здоровый ребенок — и вдруг больной!

Вы можете, положив руку на сердце, поклясться, что болезнь возникла ниоткуда, поскольку ребенок накануне не простужался. Причиной болезни Вы продолжаете считать физические факторы. Упиваясь собственной правотой, Вы не заметили, что смиренное послушание ребенка представляло собой процесс замыкания в себе, при котором человек, жалея себя, злится на себя точно так же, как это делает ближний. Чувство беспомощности из-за неспособности помочь своему родителю вызвало обоюдную жалость, посредством которой родительская злость передалась ребенку. За всем этим стоял перепад в Вашем настроении. В течение нескольких дней Вы гордились собой и нахваливали ребенка, поскольку в нем видели себя. Затем настроение упало, и вызванная этим досада выплеснулась на ребенка. Он все принял и заболел.

Порой Вас охватывает такая ярость — неважно из-за кого, — что хватается ртом воздух: Вас *душит* злора. Жизнь кажется Вам несправедливой. Если в этот момент Вам под руку попадает ребенок, Вы принимаетесь кричать на него. Ребенок, который за день совершил некий незначительный проступок, чувствует себя виноватым и вбирает в себя полностью всю Вашу злость. Через несколько часов у него заболевает горло и возникает ощущение *удушья*. К одной из таких болезней относится **дифтерит**. В былые — трудные — времена эпидемии дифтерита вызывали высокую смертность среди детей, тогда как нынче детям делаются прививки против дифтерита. Поскольку мысль посильнее любого земного средства, дети сегодняшнего дня

заболевают уже не дифтеритом, а **спазмом гортани** — ларингоспазмом.

Гортань поражается также при **скарлатине**. Один зарубежный врач рассказывал при мне о ребенке, попавшем к нему со скарлатиной. До этого он переболел скарлатиной целых тринадцать раз. Я стала смотреть причину болезни. Ею оказалась **печальная, безнадежная, упрямая горделивость, которая вынуждает тянуть шею вверх на манер цапли, хотя в глазах стоят слезы**. Эта энергия материализовалась в ребенке в виде скарлатины, а дети являются зеркальным отражением своих родителей. У переболевшего скарлатиной обычно возникает к ней иммунитет, но в данном случае он не возник, потому что вызывающий скарлатину бета-гемолитический стрептококк подавлялся лекарствами сразу же, при первых признаках болезни. А стресс, выказывать который запрещалось и который поэтому оставался неопознанным, всплывает на поверхность снова и снова в виде одной и той же болезни.

ВИРУСЫ:

Rhinovirus — отчаянное метание из-за своих ошибок.

Coronavirus — наводящие ужас мысли по поводу своих ошибок; состояние рыбы, выброшенной на сушу.

Adenovirus — беспорядочная суета, диктуемая стремлением сделать невозможное возможным, т. е. стремлением искупить свои ошибки.

Influenzavirus, или вирус гриппа А и В, — отчаяние из-за невозможности исправить свои ошибки, депрессия, желание не быть.

Paramyxovirus — желание исправить все свои ошибки одним махом, зная, что это невозможно.

Herpes simplex virus, или обычная простуда на губах, — стремление переделать мир, самобичевание из-за окружающего зла, чувство ответственности за его искоренение. Этот стресс может перерасти в идею завоевания мира.

Coxsackievirus A — желание хоть ползком да отдалиться от совершенных ошибок.

Вирус Эпштейна-Барри — игра в великодушие при собственных ограниченных возможностях в надежде, что предлагаемое не будет принято. Одновременно недовольство собой, мол, что это я придуриваюсь, ваньку валяю и т. п.

Cytomegalovirus — осознанная ядовитая злоба на собственную нерасторопность и на врагов, желание стереть всех и вся в порошок. Это реализация ненависти.

Вирус приобретенного иммунодефицита (ВИЧ) — яростное нежелание быть ничтожеством.

ХЛАМИДИИ И МИКОПЛАЗМЫ:

Mycoplasma hominis — непримиримая ненависть к себе за свою трусость, вынуждающую спасаться бегством. Идеализация тех, кто умер с поднятой головой.

Mycoplasma-pneumoniae — горькое осознание своих слишком малых

возможностей, но, несмотря на это, стремление добиться своего.

Chlamydia trachomatis — злоба на то, что из-за беспомощности приходится мириться с насилием.

Chlamydia pneumoniae — желание ублажить насилие взяткой, при этом зная, что насилие взятку примет, но сделает по-своему.

БАКТЕРИИ:

Streptococcus pyogenes — изуверское желание вздернуть кого-нибудь бесправного на суку. Реализация своей невыносимой униженности.

Другие бета-гемолитические стрептококки (S. anginosus) — нарастающий, подобно девятому валу, вызов тем, кто лишает свободы: могу прожить и без свободы, что хотите со мной делайте, буду жить назло вам.

Arcanobacterium haemolyticum — выжидание подходящего момента для совершения мелочного коварства и злонамеренной подлости.

Actinomyces pyogenes — невозмутимое на вид плетение сетей и расстановка капканов, чтобы отомстить.

Corynebacterium diphtheriae — жестокое, бесчувственное желание удавить кого-нибудь в петле.

Bordetella parapertussis — «око за око»: справедливое возмездие тому, кто не поспешил на помощь, когда я в ней нуждался, а теперь нуждается в ней сам.

Bordetella pertussis — отчаянно-бессильная злоба из-за своего поражения, нескончаемая скрытая борьба с несправедливостью.

Neisseria gonorrhoea — горделивость и высокомерие, даже когда сам по уши в грязи, бесконтрольное желание бросить в лицо виновному в создавшемся положении: «*Гляди, что ты натворил!*»

ГРИБКИ:

Candida albicans — вынужденное подчинение и бессильная злоба в безнадежной ситуации, когда ничего нельзя сделать, а сделать все-таки нужно. Попросту говоря, из дерьма требуется сделать конфетку.

Cryptococcus neoformans — сосредоточение сил для того, чтобы назло критиканам добиться цели, поразив при этом мишень в яблочко.

Sporothrix echenckii — осознанное желание выжать из себя последнее либо страдать для того, чтобы что-то доказать себе и другим.

Все грибки указывают на крайнюю степень зашлакованности. Человек, который долго не мылся, говорит: «Пора в баню, а то на спине грибки вырастут». В этих словах содержится глубокий житейский смысл, и из них следует, что грибки вырастают там, где есть чрезмерная загрязненность. Когда человек желает несмотря ни на что доказать, что он способен прожить без свободы, как грибок, способный существовать без солнца и воздуха, его тело поражается грибами. Грибки приходят человеку на помощь, чтобы он не захлебнулся в собственной грязи.

В гортани обнаружено более 200 видов *анаэробных микробов, способных жить в отсутствие атмосферного кислорода*, факультативных анаэробов и

анаэробных микробов, способных жить только в присутствии атмосферного кислорода. В детском возрасте воспаление гортани обычно вызывается вирусами, начиная же со школьного возраста постоянно увеличивается доля бактерий. Это означает, что маленький ребенок признает свою вину, т. е. винит себя, вторя окружающим взрослым.

В школьном возрасте ребенок из чувства самозащиты отрекается от вины либо обвиняет других. Это не означает, что у младенца в возрасте нескольких месяцев не может быть гнойной ангины. *Если ребенок, воспитываемый сверхлюбящей матерью, постоянно борющейся с внешним миром, ощущает вдруг, что ему стало нечем дышать, то он заболевает стрептококковой ангиной.* Стрептококк относится к анаэробным микробам.

Если человек отчаянно борется за то, чтобы, **разрушив темницу, из нее выбраться**, то возникает **анаэробная инфекция**. Кто отчаянно борется за то, чтобы **спастись из темницы, т. е. выбраться на волю**, у того возникает **аэробная инфекция**. Преимущество аэробной инфекции в том, что гной сам устремляется к воздуху, т.е. ищет выход. После того как гной вышел, болезнь идет на убыль. Анаэробная же инфекция не ищет выхода. Она и без кислорода способна разрушить темницу. Чем обширнее очаг заболевания и чем яростней борьба анаэробов, тем реальнее вероятность заражения крови.

Гортань находится в центре четвертой чакры и выражает характерные особенности общения. Гортань поражается, когда человек **желает доказать собственную правоту либо неправоту другого человека**. Чем сильнее желание, тем серьезнее болезнь. Безмерный страх, что я не сумею доказать свою правоту, приводит к спазму гортани. Чем громче и злее человек настаивает на своей правоте, тем злее болезнь. Когда пропадает голос, это значит, что тело не позволяет больше повышать голос.

Оперативное удаление миндалин показывает, сколь оперативно принято решать проблемы в семье. Родительское желание, чтобы ребенок слушался больших и умных взрослых, приводит к тому, что у ребенка удаляют миндалины, ибо в каждом ребенке когда-нибудь вызревает протест против необходимости подлаживаться и угождать. **Угождая другим, человек унижает свое достоинство и лишается миндалин.** Если родитель не осознает причины операции, то будет воспитывать ребенка точно так же, как воспитывали его самого.

Когда человек лишается миндалин, — а они, как Вы помните, являются ушами самомнения — то несуществующие уши слова уже не воспримут. Отныне любая обида будет культивировать его самомнение, или «эго». Вполне вероятно, что человек, у которого удалены миндалины, однажды услышит о себе: «бессердечный». Замыкание в себе во имя выживания и впрямь делает человека гораздо менее чувствительным. Его уже не просто заставить плясать под чужую дудку.

Кто чувствует, что его болезни проистекают из конфликтов между родителями, тот старается воспитывать своего ребенка иначе. Например, не требует от него подчинения. Но этого требуют за пределами дома. В результате ребенку таки приходится удалить миндалины. Миндалины удалены, но если ребенку приходится, как и прежде, потрафлять лишь чужим желаниям, то поражаются другие ткани гортани. Обычно так и бывает. Желаящих добра родителей, которые возлагали на операцию надежды, постигает разочарование. Надежда обращается в безысходность.

То, что есть в родителях, есть и в ребенке. Чувство безысходности приводит к духовной и физической расхлябанности. Если желаете увидеть свою **безысходность, вызванную ощущением своей никчемности**, то откройте рот и рассмотрите нёбный язычок. Если Вы не помните, как он выглядел раньше, то увидите лишь внешние изменения цвета.

Сильное покраснение говорит о воспалении, т. е. исторжении злобы.

Расширение кровеносных сосудов указывает на то, что Вы не торопитесь реализовать себя как личность, т. е. не торопитесь заняться собой, поскольку занимаетесь другими людьми, в том числе перевоспитываете, что и считаете самореализацией.

Небольшое увеличение язычка не видно глазу, но зато чувствуется.

Язычок утяжеляется от печали, вызываемой необходимостью подавлять свои желания.

Печаль по поводу полного самоотречения ради других распространяется на мягкое нёбо, вызывая **ощущение натяжения** вплоть до ощущения спазма. Чувство некоей тянущей вниз тяжести в передней стенке дыхательных путей становится привычным, особенно если врач заверяет, что ничего особенного там нет.

От *сильной печали либо жалости к себе* язычок становится внешне **похожим на каплю воды или волдырь**, тогда как *хроническая скрытая жалость к себе* иссушает ткани, и язычок **приобретает вид маленького остроконечного бледного отростка**. Частое сглатывание из-за ощущения тяжести и тесноты помогает улучшить кровоснабжение и лимфоток в дневное время, но не в ночное. Ночью эту функцию выполняет **храп**.

Храп выражает отчаяние от невозможности наладить отношения с людьми.

Пример из жизни.

У 75-летней женщины на нёбе обнаружилась раковая опухоль. По мнению медиков, опухоль произошла от челюстной кости, точнее от зуба, корень которого, как выяснилось после удаления зуба, был слишком длинный и выходил в гайморову пазуху. Зуб болел лет десять, но женщина была очень терпеливой и не желала его лишаться. Да и времени не было пойти к врачу, так как нужно было ухаживать за больной матерью. А тут еще проблем невпроворот, для себя просто не оставалось времени. Никуда этот зуб не денется.

Смерть матери и удаление зуба произошли почти в одно и то же время, даже не припомнить, что чему предшествовало. Ранка зарастала немного дольше обычного, но ведь и случай был не самый ординарный. Врача женщина не винила. Нёбо после этого на какое-то время как будто потеряло чувствительность, впрочем, теперь уже толком и не упомнишь, что за чувство это было.

Примерно так размышляет **человек, относящийся к категории смиренных страдальцев**. Даже самая неприятная ситуация находит у него убедительное обоснование. Ведь сказал же врач, что с этим делом теперь покончено. Неприятное ощущение тяжести за эти десять лет усилилось и стало мешать глотанию. Перестав различать вкус еды, женщина осмотрела с помощью зеркала полость рта, но ничего не обнаружила и продолжала терпеть.

Исследуя красноватое утолщение на нёбе, медики обнаружили в гайморовой пазухе небольшое количество старого густого гноя. Его вымыли полосканием, но так как лучше не стало, были проведены дополнительные исследования, которые выявили прискорбную истину — рак.

Эта женщина удивила меня своей обезоруживающей откровенностью. Еще в самом начале нашей беседы она сказала: *«Знаете, я пыталась прощать, но, наверное, я такой гордый человек, что не способна этого делать»*. — *«Может, не умеете?»* — спросила я. Неумение, впрочем, не было для нее такой большой проблемой, как неспособность. Она **презирала неспособность в любом ее проявлении**. И это тоже говорит о ее особой требовательности к себе.

Требовательность перерастает в неудовлетворенность. Природная сдержанность этой женщины не позволяла ей открыто проявлять чувство неудовлетворенности, а максимальная требовательность к себе, свойственная высшему образованию, подавляла это чувство с еще большей силой. У тяжело больного человека редко встретишь спокойную логику, дружеское понимание и ясное сознание, она же всем этим обладала.

Я объяснила ей, что проникшие в гайморову пазуху корни правого коренного зуба говорят о чрезмерном желании ее матери влиять на будущее своего ребенка. Мать внедрила свои материальные воззрения, подобно корням, в будущее ребенка. Иными словами, *материнский ум прошил корнями рассудительность ребенка*. Подобный процесс на левой стороне говорил бы о властном отце. Если ребенок остается самим собой или хотя бы борется за себя, то такие корни зуба не представляют опасности для здоровья. Но если ребенок хочет быть хорошим и позволяет властному родителю принижать себя, то корень зуба у него воспаляется. Хуже всего, если родители высмеивают духовные устремления ребенка.

Жизнь ребенка начинается с родителей. Отношение родителей к ребенку определяет его последующее отношение к собственному ребенку на протяжении всей жизни. В данном случае проблема заключалась в матери, с которой начинается отношение к женскому полу. Для больной последней каплей, переполнившей чашу терпения, стала ее дочь, которая смеялась над матерью из-за того, что та тревожится за ее судьбу. Чем сильнее мать тревожилась за дочь, тем меньше дочь рассказывала ей о своей жизни. Всякий раз, когда до матери доходили слухи о делах и поведении дочери, мать ощущала себя униженной, оскорбленной и все крепче стискивала зубы.

Больная, страдавшая от матери, не понимала, что в отношениях с дочерью она все больше делалась похожей на собственную мать. Дочь сбежала, поскольку не желала себе тех же страданий. У каждой из них была своя гордость. Чем тяжелее усваивается мудрость, тем выше гордость. Человеку свойственно учиться через преодоление трудностей.

Наибольшую трудность может представлять родитель, который считает духовное развитие ребенка собственным достижением. Ребенок, ставящий перед собой большие цели, не желает, чтобы о его достижениях говорили раньше времени. Родитель, распираемый от гордости, не в силах ждать. Он должен непременно похвастаться ребенком. Ребенка же это оскорбляет. Желание быть выше всего этого вынуждает его скрывать свои достижения от родителей. Поначалу он делает это из чувства самозащиты, а позже — в отместку.

Когда тайна выплывает наружу и ребенка это оскорбляет, поражаются гайморовы пазухи. **Гайморовы пазухи являютсяместилищем энергии гордости за себя.**

Человек, который любит похвалиться собой, насмешливо относится к чужому скрытничанью и с особым наслаждением выдает чужую тайну. Если о секретах взрослых шушукуются за спиной, то душевные переживания ребенка зачастую ни во что не ставят. Под громовой хохот большой компании сообщают о достижениях ребенка, не понимая, что это унижает его. Это словно удар в лицо человеку, который ревностно оберегал свою тайну.

Носовые пазухи окончательно формируются у детей в 4—5-летнем возрасте, поскольку раньше дети не могут скрывать своей радости. Если их принуждают к этому, то невысморканная обида задерживается в глоточной миндалине. Чем чаще **глоточная миндалина** отекает от печали либо воспаляется от унижения, тем вероятнее возникновение **аденоидов**, говорящих о том, что *ребенок не имеет права выказывать свои обиды*. Заболевание глоточной миндалины у взрослых дает о себе знать в виде раздражения либо боли в глубине носа, а также из-за частого сглатывания.

Мы можем скрывать свои тайны от чужих, но не от своей матери. Можем отрицать перед ней наличие тайны, но все равно мысли матери, ее слова и поведение будут задевать, поскольку мать всегда попадает в точку. Матерям свойственно укорять ребенка с видом злорадства, когда у того что-то не ладится, ибо ребенок не послушался матери.

Злорадство обращается в осмеяние, когда ребенка желают пристыдить в глазах других. Злорадство и осмеяние являются недоброжелательной злобой, которую ребенок вбирает в себя, испытывая жалость к себе. Моя пациентка призналась, что ее мать всегда была чрезвычайно властной и что она сама частенько поступала наперекор ей, хотя и знала, что делает себе во вред. Главное — настоять на своем. Нелегкая кончина матери настолько вымотала пациентку, что ей уже больше ничего не хотелось. Напряжение было таким большим, что когда она, бывало, просыпалась среди ночи, то обнаруживала, что зубы были стиснуты до боли. Она осознавала, что это происходит от *неспособности переносить недовольство матери*. Но не осознавала того, что желание избавиться от проблемы равнозначно желанию избавиться от матери. На физическом уровне это означало избавление от зуба. Когда кто-то удивлялся, как ей удастся все это переносить, она ощущала гордость оттого, что удастся, однако из-за той же гордости не позволяла себе это чувство выказывать. Она не простила бы себе ни одного дурного слова о матери.

Подведем итоги. **Рассудочная гордость за свои страдания вызвала рак.**

Это означает, что если человек желает быть выше чего-то, то он делается хуже, чем то, что желает превзойти. Выше гордости только высокомерие. Оно-то и вызывает рак. Бичуя себя, мы щелкаем себя по носу и провоцируем других поступать с нами так же. **Задирание носа, то есть горделивость, приводит к внезапной вспышке злобы.**

1. Чем больше Вас щелкнули по носу и чем беспомощнее Вы себя ощущаете, тем внезапнее и как будто безо всякой причины начинает течь из носа.
2. Чем сильнее печаль из-за собственной несостоятельности, тем сильнее **набухает** в носу и тем сильнее **нос заложен**.

3. Чем больше гордость себя жалеет, тем сильнее **течет из носа**. Либо капает.

4. Чем обиднее ситуация, тем сопливее нос.

5. Чем больше Вы думаете о своей обиде, тем **гуще сопли**.

6. **Хлюпающий нос** говорит о том, что человек пока еще не понимает, что с ним произошло.

7. **Шумное высмаркивание густых соплей** означает, что человек считает, что он точно знает, кто или что является обидчиком.

8. **Вспышка жажды мести** вызывает **кровотечение из носа**. Чем кровожаднее жажда мести, тем кровотечение сильнее. Об этом поговорим подробнее в главе, где рассматриваются болезни крови.

Горделивость всегда ставит перед собой цель, которую принимается брать штурмом. Другой возможности для нее словно и не существует. Если цель не покоряется, остается лишь один выход. Это значит, у человека больше нет выбора. У человека отнят **орган возможности выбора** — решетчатая кость, которая расположена между глаз на спинке носа.

Если нет абсолютно никакой надежды на то, что желание сбудется, то есть если *возникает состояние полной безнадежности, решетчатая кость полностью блокируется как энергетически, так и физически и начисто перестает пропускать воздух.* Чем невыносимее ситуация и чем большую жалость вызывает, тем сильнее **нарушается функция обоняния**, поскольку жалость к себе приводит к нарушению функций органов и тканей.

Внезапно обрушившееся чувство безнадежности из-за невозможности отыскать хоть какой-нибудь выход вызывает резкое нарушение обоняния. Чем нереальнее кажется возможность найти выход из безнадежной ситуации, тем меньше надежды на восстановление обоняния. Как только возникает надежда, обоняние начинает восстанавливаться, хотя это совершенно невозможно с точки зрения медицины. Высвобождение безнадежности вызывает надежду, и если на ней не заикливаться, то есть если надежду не обращать в безнадежность, то обоняние восстанавливается.

Внезапная утрата обоняния способна вызвать полнейшую растерянность. Как-то раз у меня самой случился такой жуткий насморк, что я несколько дней не ощущала никаких запахов. Благодаря каплям кое-как удалось прочистить нос, и я смогла снова дышать, но тут началось самое неожиданное. Я отважно отправилась на работу — подумаешь, насморк, но то, что осталось не замеченным мною, сразу заметили мои коллеги. Спустя пару часов вся больница знала, что к Виилме сегодня не следует направлять пациентов на консультацию, поскольку она не чувствует запахов и потому ей очень трудно ставить правильный диагноз. Меня это рассмешило, но когда я снова обрела способность ощущать запахи, то поняла, что люди говорили Божью истину. С того времени я стала более осознанно пользоваться своим обонянием и его развивать.

Обоняние — это интуиция, или так называемое седьмое чувство, о котором много говорят, не подозревая о том, что речь идет о самом примитивном чувстве. Все в жизни имеет оборотную сторону, так и здесь. Обратной стороной восприятия запахов примитивного, материального мира является **восприятие энергий духовного мира**.

Все сущее имеет свой особый запах, однако мало кто его ощущает. Чем лучше желает быть человек и чем лучшую вещь желает получить, тем эмоциональнее он реагирует на разные запахи. Иной запах воспринимается им как божественный аромат, а иной как жуткая вонь. Поскольку же сути дела он не улавливает, то и попадает на удочку божественных ароматов.

Здесь я хочу подчеркнуть, что никогда не стоит демонстрировать свое превосходство над горделивостью. **Горделивость чувствует себя уязвленной от одного лишь того, что кто-то или что-то кажется ей лучше, чем она сама.**

Ведь в других она видит то, что хочет видеть, и ей в голову не приходит, что другие могут мыслить иначе. Чем больше она старается превзойти других, тем сильнее ее обиженность. Перегнав человека, неторопливо идущего своей дорогой, она ощущает **спортивный азарт**. Перегнать, обставить, обскать. Мирно идущий путник воспринимается ею как слабак, о чем она не преминет подумать либо высказаться вслух. Все, что ей не по нраву, обижает ее.

Спортивный азарт проявляется не только в спорте, но и в стремлении стать красивее, умнее, богаче. Если же не удастся перегнать впереди идущего, обида усугубляется. *Чем выше цель, тем сильнее обиженность.*

Поскольку горделивость присуща каждому, то и обижаться свойственно всем. То, что у Вас давно не было насморка, не означает, что Вы не обижены. Это означает, что Вы не выказываете своего насморка. Когда Вы научитесь высвобождать свои желания, обиженность исчезнет сама собой, и исчезнут также недомогания, которые как будто никак не связаны с носом. Например, любые нарушения или болезни мозга.

Все житейские проблемы возможно растолковать в свете обиженности. Постарайтесь какое-то время рассматривать свою жизнь сквозь призму обиженности, и Вы будете удивлены. Собственные обиды покажутся невероятными. Вы поймете, почему с такой легкостью укоряете ближнего: *«Что ты обижаешься по таким пустякам? Было бы из-за чего!»* Не говори Вы этого, тот и не сообразил бы, что обиделся. Подсознательная обиженность усиливается за счет осознанной, которую пробудили Ваши слова.

Чем сильнее человек стремится отрицать обиженность, тем больше ее подавляет в себе, но от людских глаз ее не скроешь. Потому человек и говорит с обидой: **другие знают обо мне больше, чем я сам**. Так оно и есть. Поэтому каждый человек подсознательно желает быть незапятнанным. Желание реализуется лишь на физическом уровне, и ее следствием является **нездоровое стремление к чистоте**

Чем больше у человека проблем со своей внутренней нечистоплотностью, т.е. с обиженностью, тем выше требования как к собственной, так и чужой чистоплотности. Результатами своей сверхтщательной уборки он еще более или менее удовлетворяется, но чужой — никогда. В случае непомерно великой обиженности он не станет скрывать своего недовольства и обиды из-за того, что с ним не считаются. Он имеет только право обижаться, поскольку желает ведь только хорошего, а все обижаются на его недовольство, будто он желает плохого.

Выказывание обиженности может быть демонстративным. Чем человек интеллигентнее, тем меньше выставляет напоказ свою обиженность. Иными словами, тем меньше демонстрирует свою внутреннюю нечистоплотность.

Своим домашним или близким интеллигентный человек скорее всего устраивает ежедневные демонстративные спектакли своей обиженности, чтобы ненароком не захлебнуться в собственных нечистотах. Он не признает того, что; этим обижает других. Особенно задевает близких то, что вне дома человек источает бездну лицемерного обаяния, тогда как домашним приходится лицезреть гадкую жабу.

Делать повсюду вид, будто ничего не произошло, умеют лишь первокласснейшие мастера по подавлению стрессов. Такая способность происходит от желания быть лучше всех и от желания доказать, что я лучше всех. Подобный образ мышления имеет следствием тяжелейшие заболевания.

Лечение любой болезни должно начинаться в первую очередь с очищения.

Если в доме чисто, то можно сказать, что в этой семье все в порядке. Стерильный же порядок, характерный для современных евроном, — это порядок чрезмерный, излишне утомляющий. Такой **порядок, вызывающий болезни**, существует у тех, в ком сидит страх показаться грязным, неряшливым, вульгарным. Этот страх вынуждает скрывать свою *внутреннюю* грязь, неряшливость и вульгарность за *внешней* личиной особенной чистоплотности, порядка и интеллигентности.

Лечение химическими препаратами возможно соотнести с наведением видимого, или *внешнего*, порядка в доме. А между тем *внутренне* гора мусора растет. Если мусор не умещается больше в теле, болезнь не излечивается уже и внешне. Она становится хронической. Кто всегда спешит, кого подгоняет страх, тот непременно желает как можно скорее от болезни *избавиться*. Для него совершенно естественно открыть по болезни истребительный огонь из всех орудий. Он не видит, что его тело превращается в кладбище микробов, а чего не видит, того и не существует. Микробы он не считает охранниками своего тела и отравляет их как врагов. **Неверные принципы как яд духовный и химия как яд земной** делают отравителя безнадежно больным.

В такой ситуации помочь могут растения. Вы можете ощущать воздействие растения поверхностно, но если Вы в него верите, то растение отдает все, чтобы очистить Вас изнутри от ядов. Думая о посторонних вещах либо занимаясь чем-то своим и попивая между делом растительный чай, Вы показываете растению, что не верите в него. Растение не в состоянии пробить стену Вашего неверия.

Только **гомеопатия** и **гомтоксикология** начинают лечение с очищения тела и делают это на научной основе. Все более широкое применение во всем мире находят препараты, изготовленные преимущественно из природных средств и не содержащие химии. Поскольку действуют они медленно, при лечении острых заболеваний, опасных для жизни, принимать их следует попутно с медикаментозным лечением. По выходе из кризиса от химии желательно отказаться. После лечения химическими препаратами непременно следовало бы очистить тело от шлаков гомеопатическими либо гомтоксикологическими лекарствами. Посоветовать эти лекарства может гомеопат. О гомеопатии речь шла в моей третьей книге.

В нашей стране нет профессиональных гомтоксикологов, что весьма прискорбно, так как за последние 50 лет в мире было взято на вооружение 18 миллионов новых химических соединений, из которых 300 000 являются для человека аллергенами. Это означает, что в **одном человеке может**

быть 300 000 разных ядовитых мыслей, которыми он отгоняет от себя незнакомое. Может показаться невероятным, но в человеке есть все то, что наличествует в мире. Какая из мыслей укореняется и проявляется в виде болезни, зависит от целей, во имя которых человек сражается изо всех сил. Чем ядовитее у человека образ мышления, тем большее количество соответствующих ядов он к себе притягивает, впитывает и оставляет при себе. Этот же человек, возможно, будет лезть из кожи вон в поисках средства, чтобы вывести из организма эту химию без ущерба для тела. А то, что это достигается простым исправлением умонастроения, ему и в голову не приходит.

Гомеопатия и гомотоксикология на сегодняшний день являются наиболее дружественными целителями, и все-таки люди питают надежду, что кто-то поможет им неким средством. Справиться же самостоятельно со своими недугами позволяет высвобождение стрессов.

О желании быть кем-то

Скажите, пожалуйста, что бы Вы ответили, если бы я сейчас задала Вам вопрос: «Представляете ли Вы из себя что-то?» А потом спросила: «Почему Вы так считаете?» Ответ зависел бы от многих обстоятельств. От того, например, есть ли у Вас семья или нет и какая это семья. От того, есть ли у Вас дети и насколько они хорошие. Есть ли у Вас работа, деньги, положение в обществе, слава, власть и т. п. Короче, ответ зависит от того, есть ли у Вас чем похвалиться или нет. Жизнь каждое утро будит нас и спрашивает: «Ты кто-то или никто?» От ответа зависит больше, чем мы себе представляем.

Человек из разряда «кто-то» обладает хорошим здоровьем и иммунитетом к болезням. **Иммунитет** — врожденная либо приобретенная невосприимчивость организма к инфекционным агентам и чужеродным, в том числе ядовитым, веществам. Сверхмощными электронными микроскопами доказано, что в человеке нет ни единого стерильного участка, т. е. участка без микробов. Это не значит, что человек болен. Если Вы из тех, кто считает стерильность залогом здоровья, и если бы Вам в состоянии болезни сказали, что у Вас в носу, гортани, легких, сердце, мочеточнике, половых органах и пищеварительном тракте обнаружены стафилококки, стрептококки, туберкулезные палочки, различные грибы, трихомонады, хламидии, болезнетворные кишечные палочки, то было бы неудивительно, если бы Вы просто заткнули уши. Не правда ли, очень удачное выражение, и оно ясно говорит, что *не следует верить* всему, что слышишь, тогда и жить легче.

Знания *необходимы*, но *нужно* понимать их смысл. В теле живого человека происходит кипучая невидимая глазу деятельность. Наше тело, оно же макротело, состоит из бесчисленного множества микротел — *микробов*. *Все они призваны оберегать и защищать макротело*. Если мы считаем их врагами, значит, мы придумываем себе врагов. Это, в свою очередь, означает, что *мы желаем иметь врагов, хотя в них и не нуждаемся*. У них нет иной возможности, как стать врагами, ибо испуганный человек учится на своих ошибках и иного способа набраться ума пока не ведает.

Микробы живут по тем же законам природы, что и человек. Поскольку

разума у них нет, нет и стрессов, и они попадают в зависимость от стрессов организма хозяина.

Поведение микробов реагирует на малейшее изменение в хозяйском настроении. Если человек невосприимчив к любой оценке, относящейся к нему самому либо к его близким, если не чувствует себя ни польщенным, ни задетым, то он также невосприимчив к болезням. Он спокойно воспринимает все как есть, и точно так же ведут себя микробы, продолжая невозмутимо заниматься своим делом. Если человек ощущает себя кем-то, он не бросается это доказывать. Это означает, что он невозмутимо воспринимает чужие мысли и дела. **Невозмутимость и есть иммунитет.** Ее не следует путать с равнодушием.

Иммунитет — состояние человека, который является кем-то.

Если человек является самим собой, то он тоже кто-то. Обратите внимание, как ведет себя человек, когда его окликают в толпе и он не уверен, что правильно расслышал. Он оборачивается на голос, тычет себя пальцем в верхнюю часть груди и кричит: *«Меня, что ли?»* Тычет не в живот и не в нижнюю часть грудины, где находится сердце. А туда, где расположена вилочковая железа, так как если *кто-то* окликает *кого-то*, то рука машинально тянется туда, где находится орган, *отвечающий за восприятие человека себя кем-то.*

Вилочковая железа (лат. thymus) является органом иммунитета. Медициной она мало изучена. Известно, что у детей она относительно большого размера, а у взрослых маленькая либо вообще отсутствует, и иммунитет обеспечивается иным способом. Это означает, что **дети изначально являются кем-то** и их **соответствующий орган имеет достаточные размеры.** Если родители боятся, что из ребенка ничего не получится, так как он, несмотря на усилия, ничем не выделяется среди других, то **вилочковая железа** у него **слишком мала.**

Чем сильнее страх, тем сильнее от него спазм вилочковой железы и тем меньше она на вид. Но если родители твердо нацелены на то, что ребенок должен любой ценой стать известным ученым или важным деятелем, и ребенок уже до срока кичится собой, то его **вилочковая железа сильно увеличивается в размерах.** Если родительские амбиции в отношении ребенка чрезмерные, однако нечеткие, то **вилочковая железа представляет собой огромную бесформенную массу,** и ее все равно что нет, поскольку невозможно определить ее очертания.

Если ребенок, повзрослев, продолжает считать себя вершиной мироздания и завоевателем мира, то к природе он относится свысока и не верит в ее мудрость. Сообразно складу мышления вилочковая железа уменьшается в размерах, покуда не исчезает совсем. Уменьшение вилочковой железы указывает на то, насколько превратно человек истолковывает природный закон причины и следствия. Кто путает причину со следствием, у того вилочковая железа рассредоточивается по лимфатической системе. И лимфатической системе приходится теперь ликвидировать последствия с удвоенной энергией.

У каждого человека есть потребность быть кем-то. Страх превращает потребность в желание. Если Вы боитесь прослыть никем, ибо нет в Вас того, что делает человека кем-то в глазах людей, то Вы можете учиться и работать, добиться очень многого и все будут считать Вас важной шишкой,

но, размышляя о себе, Вы все равно будете ощущать, что Вы *никто*. *Ощущение — это одно, а знание — совсем другое*. Чем Вы умнее, тем чаще верх одерживает знание. И хотя тревожное ощущение подавляется, оно подсознательно управляет Вами, постоянно возрастает и выливается в предъявление условий: *«Если я этого не сделаю, то я ничего из себя не представляю»*. Поскольку же Вам угодно что-то из себя представлять, то Вы будете без конца что-то делать и делать, пока не сляжете.

Чем больше Вы усердствуете, желая самостоятельно наладить свою жизнь, тем больше жертвуете собой из желания угодить другим. И тем вероятнее, что, перестань Вы попадаться им на глаза, Вашего отсутствия никто не заметит. Слово Вас и нет. И знаете, в чем причина? Причина в том, что Вы никто. От этой мысли Вы заболеваете и будете болеть впрямь.

Желание не быть пустым местом вынуждает принижать себя в надежде на то, что люди станут доказывать обратное. Когда окружающим надоедает играть в эту игру, человек заболевает.

Пример из жизни.

Склонная к полноте женщина, которая из боязни пополнеть отказывает себе в том, что разрешено другим, и которая всегда старается быть хорошим человеком, хорошим специалистом, хорошей женой и хорошей матерью, ощущает в сердце необъяснимое стеснение. *«Ах, не обо мне речь»* — то и дело слышится из ее уст, да и я сама слышала не раз и не два. С годами жизнерадостная женщина, для которой были нипочем все проблемы, превратилась в смеющуюся маску. То тут ее прихватит, то там, а болезни как таковой словно и нет. На работе она уже не смеет предлагать себя даже в качестве «затычки», да к ней и перестали обращаться. Она сделала вывод, что в ней больше не нуждаются, что она — никто. Молодые, красивые, стройные перевешивают ее знания и опыт, хотя ничего не умеют. (Обратите внимание на ее оценку человека, т. е. отношение к другим.)

Свою обиженность она не выказывает, хотя порой, как ей кажется, обижают ее намеренно. Предощущение тяжелой болезни, вследствие чего ей вежливо дадут от ворот поворот, сжимает тисками грудь так, что временами невозможно дышать. Стремление обуздать аппетит улетучивается всякий раз, когда она ощущает, что все равно ничего из себя не представляет. Кому она нужна?! Я стала смотреть, как выглядит ее желание представлять из себя что-то.

Оно оказалось похожим на снайпера, который залег в траншее, затянутой паутиной, и старается из узкой щели поразить движущиеся наземные объекты. Если не удастся *разом* поразить *все* мишени, думает он про себя, то и место ему здесь, в логове паука, а никак не на поверхности земли. Сиди здесь и кукуй с пауком на пару, большего ты не заслуживаешь! Крайне уничижительное отношение ко всему и более всего к себе. Желание во что бы то ни стало доказать делами, что я все еще что-то из себя представляю. Кто этого не понимает, тот уподобляется пауку, который с невозмутимым видом занят своим делом и совершенно не замечает чужого присутствия. Следствием подобного отношения является незаметно подкравшееся общее заболевание, причину которого никто не может понять.

Когда Вы оказываетесь в старом, заброшенном доме, в пещере либо в замке, где полным-полно паутины, то что Вы говорите? *«Здесь никого нет»*, — говорите Вы. Когда Вы идете в гости и видите там паутину, то думаете про

себя: никому в этом доме до паутины нет дела. Вот именно — **никому**, потому что эти люди считают себя никем.

Как Вы относитесь к паукам? Боитесь, бежите прочь, ненавидите, испытываете брезгливость, истребляете, считаете паутину показателем беспорядка и нечистоплотности? Или, напротив, испытываете уважительное почтение, не тревожите его и ждете, чтобы он ушел сам? **Каково Ваше отношение к паукам, таково и отношение к тому, чтобы что-то из себя представлять.**

Изучая желание представлять из себя что-то, я заметила, что у всех оно предстает в виде паука. Я поняла, что и паук тоже является учителем, который приходит к нам в комнату и говорит: *«Милый человек! Ты желаешь быть кем-то, потому что считаешь, что ты — никто. Высвободи свое желание, и ты ощутишь, что ты кто-то. И хотя за это время ты ничего не успеешь сделать, относиться к тебе будут так, как ты себя ощущаешь. Чужие замечают сразу. Не сразу замечают только близкие, ибо они свыклись с тем, что ты себя ни во что не ставишь, и, соответственно, относятся к тебе так, как ты относишься к себе сам. Запомни, это закон жизни».*

Пример из жизни.

Пошла я навестить знакомых. Женщина с минуты на минуту должна была отправиться в роддом рожать. Факторов риска в медицинском понимании было более чем достаточно. Она постоянно занималась исправлением умонастроения, но каждое посещение женской консультации сопровождалось изрядной порцией стрессов — женщине беспрестанно выговаривали за то, что она вообще затеяла это опасное дело. Меня это встревожило. Если человека припирают к стенке фактами, перечисляют ему все пункты риска, и оказывается, что и ты, и твой ребенок — один сплошной риск, то человек не ощущает ничего, кроме страха, а Вам прекрасно известно, что делает страх. Вот я и отправилась ее подбодрить.

Захожу в прихожую, и первое, на что падает мой взгляд, — светильник. Ни до того, ни после я ни разу на него не смотрела, иначе говоря, ни раньше, ни позже душа моя не велела мне туда глядеть. И что я вижу? Светильник изнутри дочерна затянут паутиной. Непонятно — ведь хозяева люди чрезвычайно чистоплотные, а тут еще вот-вот появится малыш.

Не успела я пошутить, как покрасневшая от стыда женщина уже тянулась к светильнику с метелкой в руке, извиняясь передо мной: вчера только чистила. В это я верю. Мне известно, что паук способен с удивительной скоростью плести паутину, если необходимо, а здесь это было необходимо. Я перехватила руку женщины: *«Постой, глупышка! Паук пришел тебе на помощь, а ты не понимаешь. Если после всего, что тобой выстрадано, ты не сумела найти себя, то паук на сей раз выручит тебя из беды. До родов нельзя трогать ни единой паутины. Проси прощения у себя, у ребенка, у паука и у паутины за свою ошибку и начни высвобождать свое желание представлять из себя что-то».*

Женщина родила здорового, спокойного ребенка, глядящего на мир пристальным взглядом. Вот уже год как он развивается совершенно нормально, несмотря на факторы риска. Сама мать также здорова. Не зря же к ним в гости в нужный момент явился паук, неся с собой счастье.

Вилочковая железа обладает энергией паука. Подобно тому как паук

плетет паутину, вилочковая железа творит лимфатическую систему. Если человек представляет из себя что-то, его вилочковая железа имеет достаточные размеры, и лимфатическая система соразмерна ей. Такой человек здоров. Как только появляется желание что-то из себя представлять, возникают болезненные изменения в вилочковой железе и лимфатической системе.

1. Непомерный *страх оказаться никем* сдавливает вилочковую железу до размеров горошины, а лимфатическую систему — до хрупкой, ломкой сеточки. Подобная вилочковая железа и лимфатическая система характерны для человека, который всю жизнь прожил в страхе перед родителями и, даже став взрослым, продолжает бояться всех и вся. Волевые родители удивляются, откуда у них такой бесхарактерный ребенок. Окружающие удивляются, как можно быть таким неприспособленным к жизни.

2. Если человек *испытывает страх по поводу того, что он ничего из себя не представляет, но желает из себя что-то представлять*, то его вилочковая железа уподобляется маленькому паучку, тогда как лимфатическая система начинает увеличиваться. Чем сильнее желание, тем больше расширяются лимфатические сосуды и лимфатические узлы. Увеличенные лимфатические узлы можно обнаружить на ощупь. А отечность частей тела, иначе именуемую слоновой болезнью, можно наблюдать невооруженным глазом.

3. Если человек *научится преодолевать свои страхи и добиваться желаемого*, то он растопыривает свои щупальца под стать пауку, который из крохотного сделался огромным, длинноногим и страшным. Раньше пугали его, теперь же он сам пугает других. Если его пугали примитивно — шумом и криками, то он устрашает других тем, что душит жертву и высасывает из нее все соки. Если же его пугали ядовитыми попреками, то он превращается в ядовитого паука.

Когда Вы начнете высвобождать свое желание что-то из себя представлять, не удивляйтесь, если увидите, что из Вас выползает паук. Повторяя это еще и еще раз, Вы обнаружите в себе целый питомник пауков — в зависимости от того, каким образом Вы поработали над собой, чтобы *что-то из себя представлять*.

Чем больше человек принуждает себя быть кем-то, тем вилочковая железа становится больше. В некий момент она уподобляется крупному крабу с плотными конечностями, который, как и рак, вцепляется намертво, хоть его на куски режь. Если у человека есть некая цель, посредством которой он хочет доказать, что не является пустым местом, то у него развивается раковое заболевание, местоположение которого определяется целью. Если человек всегда и во всем желает представлять из себя что-то — быть умным, солидным, интеллигентным — то его вилочковая железа уподобляется расплзшемуся внутри грудной клетки крабу, который устал возвращать себя и выкладываться и которого собственно уже нет, но чьи желания машинально продолжают цепляться щупальцами. Эта болезнь называется **саркоидоз**.

Сам по себе саркоидоз не является злокачественным процессом, но поскольку поражает в том числе и легкие, то его течение может быть злокачественным. Саркоидоз возникает тогда, когда человек желает любой ценой доказать, что представляет из себя что-то, однако это не получается. Именно в минуту безысходности и разочарования в себе, когда возникает *полное безразличие к себе*, и начинается саркоидоз. Злокачественной болезнью становится тогда, когда человек испытывает *полное безразличие к тем, кто помешал ему проявить себя*.

Человек в своем развитии проделал путь от простейших форм жизни к все более сложным, а значит, все мы когда-то были также и пауками. Это означает, что в каждом человеке сохраняется энергия паука, и она проявляется, когда это необходимо. Она нужна, чтобы мы сумели представлять из себя что-то и в том случае, если ничего не помним о жизни в ипостаси паука. Подсознание знает все. Кто пытается отыскать жизненную истину, тот почитает все живое. Время от времени он ловит себя на мысли (и мысль эта радует его), что он сумел филигранно, на манер паука исполнить некую работу, причем без предварительных тонких расчетов и детального планирования. Человек руководствовался внутренним чутьем, и результатом стала безукоризненная работа.

В следующий раз этот человек также доверяется своему внутреннему чутью, и все недоумевают, откуда у человека такие золотые руки. Сам человек не говорит, что от паука, ибо не осознает этого, но это и не важно. У паука глаза как бы всюду, поэтому он умеет учитывать все одновременно. Глазами ему служит сотканная им паутина. Если паутину сорвать в его отсутствие, то он сплетает новую, такую же безукоризненную, как и прежде. Паук работает словно с пониманием, что если надо, так надо, и нечего тут брюзжать. Наблюдение за тем, как паук тклет паутину, вызывает глубочайшее уважение к мастерски сделанной работе.

Если паук сплел паутину в одной из комнат, то где бы он ни был сам, ему известно, что происходит в этой комнате. Паутина является биологической системой информации с обратной связью и обеспечивающей протекание саморегулируемых процессов при условии сохранности самого паука и его паутины. Точно так же организована трудовая деятельность вилочковой железы и лимфатической системы. Если Вы истребляете пауков и паутину, то незаметно губите свою вилочковую железу и лимфатическую систему. Но если Вы высвобождаете свое желание что-то из себя представлять и любые желания, приходящие на ум, то паук сам покидает Ваше жилище, и *паутина сама собой превращается в пыль*.

Известно ли Вам, что в старину паутину прикладывали к ранам, особенно к плохо заживающим? В те времена люди не знали, что паутина обладает энергией лимфы и что лимфа имеет способность очищения, но они это чувствовали и поступали так, как подсказывало чувство. Мне вспоминается случай с мужчиной, у которого на руке загноилась рана от собачьего укуса. Никакие лекарства не помогали, и тогда он высвободил из себя паука и наложил на ночь на рану паутину. К утру отечность спала, а гноение прекратилось. Рана зажила за три дня. И лишь одно удивляло мужчину — почему не осталось шрама.

Если человек представляет из себя что-то, он двигается быстро и легко, как паук по паутине. Но если он *желает что-то из себя представлять* и *желает доказать свою состоятельность*, то он *попадает в зависимость* от этого желания, и его суставы *из-за печали утрачивают прежнюю подвижность*. По утрам приходится прикладывать немало усилий, чтобы побороть отечность и быть в состоянии двигаться. Чем большую *униженность* испытывает человек из-за всего этого, тем вероятнее диагноз *воспаления суставов*. Чем больше он приукрашивает на словах свое бедственное положение вплоть до того, что сам начинает верить в свою *лицемерную ложь*, тем скорее развивается ревматическое воспаление суставов. Одним суставом оно обычно не удовлетворяется.

Паук движется быстро, но он не спешит. Спешащий человек, который желает что-то из себя представлять, подобен пауку в желании заманить других, словно мух, в свои сети. Разработанная им филигранная система, которая полностью им одобряется, превращается в **авторитарную систему руководства**, при которой все шпионят за всеми и при которой промедление в выполнении приказа означает гибель.

Муха является энергетически надоедливый доброхотом. Особенно тяжело в сетях авторитарного руководителя приходится доброхотам, которые с надоедливой последовательностью стараются обращать зло в добро. Почему? Потому что авторитарный руководитель видит в человеке собственную скрытую сущность — букашку, ничтожество, которое желает истребить.

Ощущение собственного ничтожества провоцирует желание доказать, что я не какая-нибудь надоедливая букашка, а что-то из себя представляю. Чем сильнее у авторитарного руководителя желание что-то из себя представлять, тем больше он требует слепого подчинения своей власти, чтобы укрепить свой авторитет, покуда не губит себя и свою систему. Плоды подобной системы приходится вкушать большинству нынешних детей, чьи родители желают продемонстрировать свою власть как друг другу, так и детям. При этом, вместо того чтобы замечать *собственные* ошибки, такие родители являются рьяными борцами против государственной либо любой другой авторитарной системы руководства. Они не способны видеть себя со стороны, а потому и не видят своих ошибок, и потому жизнь вынуждена учить их суровыми методами.

Авторитетность и авторитарность являют собой две грани единого целого. Кто желает быть кем-то, а значит, быть авторитетным, становится авторитарным. Попросту говоря, становится тираном. Все чаще **тиранами** становятся маленькие дети, так как их воспитывают в духе *превосходства над другими*. Для любвеобильных родителей их маленький тиран является премилым и забавным созданием. Их собственническая любовь не допускает и мысли, что тем самым они делают ребенка несчастным. Глядя на других родителей, они подмечают чужие ошибки, но собственных не видят в упор. Ребенку, ставшему тираном, очень трудно обрести себя вновь. Возможно, что для этого потребуется помощь больницы либо тюрьмы.

Если *желание быть авторитетом велико у обоих родителей*, то в ребенке оно суммируется в *чрезмерное*. Женская авторитарность, свойственная лишь этой матери, и мужская авторитарность, свойственная лишь этому отцу, что, вполне вероятно, воспринимается внешне как весьма симпатичная авторитетность, делают из ребенка *тирана, каких свет еще не видывал*. Для окружающих он может быть вполне безобиден, однако способен причинить очень много боли родителям. Родители, снискавшие авторитет в обществе, в стенах дома находятся в полнейшей рабской зависимости от собственного ребенка. Они вынуждены страдать, поскольку сами превратили себя в рабов.

Ребенок может начать тиранить родителей *сразу* после рождения, если родители *сразу*, с первых же дней, принимаются лепить из него кого-то. Неважно, что это не происходит физически. А важно то, сколь сильно этого желают в *мечтах*. Желание, чтобы ребенок сызмальства преуспел больше, чем я, являет собой *эгоистическое устремление*, за которым стоит *желание доказать свою родительскую состоятельность*. Так с рождением ребенка жизнь родителей в ее поступательном развитии практически останавливается.

Если уже с одним ребенком столько хлопот, то страшно заводить второго. А о

третьем и говорить нечего. Чем больше родители пытаются разрешить свои проблемы *рассудком*, тем *больше ребенок сидит у них в голове*, и все их *помыслы связаны с ним*. Между тем ребенок продолжает ощущать, что ничего из себя не представляет и что никто его не уважает. Недовольство выплескивается на самых близких. Ими чаще всего оказываются родители.

Стремление воспитать ребенка так, чтобы он непременно что-то из себя представлял, является большой ошибкой. Ребенок, воспитываемый в подобном духе, не может расти, шагая бок о бок с родителями по одной дороге и занимаясь совместными делами. И тем не менее он явился на свет, чтобы расти именно так. Он знал наперед, каково ему будет с этими родителями, и родился именно у них, ибо *не может развиваться дальше без таких испытаний*. Против своего воспитания он протестует по-разному. Если же ничто не помогает, он заболевает, чтобы родители сжалились и перестали его воспитывать.

Когда ребенок регулярно заболевает перед неким мероприятием, имеющим важное воспитательное значение, родители зачастую сами догадываются, что он подсознательно не хочет туда идти. Однако мало кто догадывается, что ребенок испытывает потребность оставаться *дома среди домочадцев*, чтобы научить родителей общаться друг с другом. Ведь он является на свет, чтобы сделать родителей счастливыми. Это значит — сделать счастливым себя — суммарное выражение своих родителей.

Если человек представляет из себя что-то в собственных глазах, а окружающим это не по нраву, ибо люди не терпят, когда кто-то из себя что-то представляет, то он счастлив и здоров, даже если вынужден жить затворником. Ведь нет смысла болеть либо расставаться с жизнью из-за окружающих. Затворничество не означает проживания в лесной чаще либо на краю света. Человек, удовлетворенный своим домом, может заниматься своими делами и общаться с миром с помощью литературы и искусства. Он не ведает печали, потому что не одинок. Человек, представляющий из себя что-то, всегда един со всем. Болезням не нужно являться его вразумлять.

Желание представлять из себя что-то на современном языке означает **желание быть авторитетом**. Желают того, чего не имеют. Желание выражает страх остаться без желаемого. Страх притягивает то, чего боятся. Таким образом, кто желает быть авторитетом, может являться таковым в собственных глазах. Для других же он — человек авторитетный.

О пленниках и стражниках страха

Нет худа без добра, и наоборот. Сталкиваясь лицом к лицу с трудными, как будто неразрешимыми проблемами общения, я научилась толковать простое сложно, а сложное, в свою очередь, сводить к простому. Общаться можно без слов либо словами, Слово можно услышать ухом или сердцем. Говорить можно многословно или немногословно. Будьте такими, какие Вы есть, будьте самими собой, т. е. людьми, тогда Вас не заденет ни многословие, ни молчаливость, ни вежливость, ни непристойность — Вы поймете смысл и того, и другого. Ведь первейшим средством общения является сердце, которое превращает в ценность поступающую с чувствами оценочную информацию.

Так мы делаем жизнь проще.

И стрессы тоже можно высвободить более простым способом.

Представьте себе, что когда-то давно, неважно, когда именно, в Вашу дверь постучался некий стресс, явившийся в роли наставника. Вы открыли дверь, он зашел. Вы закрыли дверь и произнесли: *«Странно, мне показалось, что кто-то постучался в дверь»*. Вы попросту его не заметили. А между тем он самый крохотный, но самый важный кирпичик жизни. Он являет собой энергию, первичную частицу жизни.

Он является наставником, который знает, что учить надо так, чтобы урок был учеником усвоен. Поскольку его не признали, он был вынужден увеличиться в размерах, чтобы подать сигнал о своем наличии. Он вырос в ЧУВСТВО, а Вы стали называть его либо хорошим, либо плохим. Он знает, что это неправильно. Он вырос в ПОРЫВ ЧУВСТВ, т. е. в ЭМОЦИЮ, объединившись с другими эмоциями в НАСТРОЕНИЕ. Однако Вы не поняли того, что эмоцию необходимо высвободить. Он разросся еще больше и обратился в ЖИЗНЕННУЮ ТРУДНОСТЬ с тем, чтобы Вы задумались, отчего Вас постигла эта беда. Поскольку же и этого Вы не поняли и стали повторять ту же ошибку помногу раз, то он был вынужден обратиться в БОЛЕЗНЬ, чтобы насильно уложить Вас в постель и заставить поразмыслить наедине с собой о смысле своей болезни.

Чем болезнь тяжелее и чем меньше надежды на чью-либо помощь, тем больше больному приходится размышлять и анализировать, чтобы исправить свое беспомощное положение. В результате человек перерождается. Он может нравиться или не нравиться, но он становится самим собой. Можно сказать, болезнь его образумила. Возьмем такой пример. Вас посетило чувство долга, и Вы его в себе удерживаете. Оно стало Вашим пленником, а Ваше тело стало его тюрьмой. Прежде же тело было царским дворцом. Отношения между чувством долга и телом такие же, как между пленником и тюрьмой. Оба истребляют друг друга, и обоим причиняется боль.

В чем нуждается любой пленник? *«В свободе»*, — скажете Вы, Это Ваше мнение. Я тоже так считала. Но когда начала объяснять пациентам, то почувствовала, что обязана задать этот вопрос. Ответы были разные. Я в который раз осознала, что люди по-разному понимают простейшие житейские вещи. Что ясно и понятно для одного человека, вовсе не является таковым для другого.

Пример из жизни.

Этот же вопрос я задала одной 70-летней женщине, когда увидела, что и книги мои, и моя первая с ней беседа отскакивают от нее как от стенки горох. Со всей деликатностью, на какую я была способна, я сказала женщине, что не следовало торопиться с визитом, раз ей было недосуг заниматься высвобождением своих стрессов. Могла бы прийти как-нибудь попозже. Она обиделась и сказала, что глубоко удручена тем, что я о ней такого дурного мнения.

Сама того не желая, я обидела всеми любимую и уважаемую даму. Она не захотела признать за собой пошлой обиды — куда изысканней «быть удрученной». Женщина сказала, что своим трудолюбием и порядочностью всегда была примером для других. Чтобы не усугублять ситуацию, я сказала, что очень хочу, чтобы она выздоровела, и потому веду себя как суровый,

строгий учитель, который не дает ученикам спуску.

С подобным учителем у нее был личный опыт общения, и она с жаром пустилась в воспоминания юности, желая поведать обо всем, что с ней приключилось в школьные годы. Так бы мы и остались перебирать в памяти старое, если бы я незаметно не направила разговор в нужное русло. Учитывая возраст женщины и, соответственно, ее замедленное мышление, я постаралась как можно доходчивее разъяснить сущность чувства долга и необходимость его высвобождения. Минут через десять женщина явно заскучала — стала глядеть в окно и тяжело вздыхать. Чтобы заставить ее думать, я спросила: *«Скажите, пожалуйста, в чем больше всего нуждается пленник?»*

Женщину словно подменили. Пресыщенность и усталость словно рукой сняло. Щеки покраснелись, глаза засияли, лицо заулыбалось. Все ее существо ликовало: *«Ну наконец-то эта бестолочь сообразила задать вопрос, отвечая на который я смогу показать свою положительность»*. От людей столь положительных ничего нельзя требовать, им вынь да положь здоровье. *«В пище!»* — выкрикнула она. Меня словно обухом огрели. Я тихо сказала: *«Дорогая моя, оттого что Вы так думаете, у Вас и рак кишки»*. Она и сама про это знала.

У людей, чья жизнь сводится к еде и проблемам, связанным с едой, заболевает пищеварительный тракт. Услышав про это, люди обычно прерывают меня вопросом: *«А разве можно без еды жить?»* Иным я отвечаю: можно. В Азии зарегистрировано несколько сот людей, которые обходятся без пищи в течение пары десятков лет, но, тем не менее, живут обычной жизнью, работают и заводят детей. Это кажется невероятным, однако в принципе такое возможно, если человек душевно совершенен. В странах Востока едят на удивление мало. Мы можем говорить, что люди там голодают, так как отлынивают от работы, но это неверно. Голодание и нетребовательность лишь на первый взгляд кажутся одним и тем же. Тамошним людям гораздо более свойственно питаться воздухом и любовью, чем нам.

Аппетит выражает вкус к жизни. Можно жить согласно потребностям, а можно и согласно желаниям. Чем сильнее страхи, тем больше под жизнью мы понимаем материальный мир и тем больше живем желаниями, вредя этим своему телу. Человека, живущего исключительно желаниями, не существует. То есть его нет в числе живых. Обращая потребности в желания, человек приближает смерть. Человек, более других живущий не желаниями, а потребностями, является святым.

Как человек мыслит, точно так же он переваривает пищу. Недаром человек когда нужно подумать, говорит: *«Я должен это переварить»*.

А. Человек, живущий потребностями, умеет планировать свои дела по времени и очередности, благодаря чему спокойно выполняет одну работу от начала до конца. У него всегда есть время. Это не означает, что он станет тратить свое время на Ваши желания. Он знает, что важно, а что второстепенно. Для него всего важнее то, чем он занят в данный момент. Если, к примеру, он занят едой, то для него это священнодействие, и он не позволяет себе отвлекаться и не позволяет другим отвлекать себя. Прием пищи для него начинается с молитвой и завершается воздаянием благодарности, ибо прием пищи является важнейшей материальной деятельностью, обеспечивающей поддержание жизни на материальном уровне. **У человека, живущего потребностями, пищеварение**

качественное.

Б. Человек, живущий желаниями, не умеет планировать время и очередность своих дел, а потому спешит. Он всегда в цейтноте и хватается за тысячу дел сразу. На еду и отдых он отводит минимум времени, ибо они не относятся к важным делам. Неожиданности непременно рушат все планы на день, и, занимаясь незапланированными делами, едой он не занимается, хотя и запихивает в рот пищу. Еда, будучи энергией, хоть и проваливается в желудок, но, поскольку ее не благословили, не знает, куда ей деваться, и остается в теле, как на складе, дожидаясь своей очереди. **У человека, живущего желаниями, пищеварение количественное.**

И тот, и другой человек может заниматься: а) мелочами, б) большими делами.

1. Человек, живущий потребностями и занятый мелочами, ест мало, но зато часто. Все свои дела он продумывает досконально, и так же досконально переваривается поглощенная им еда в пищеварительном тракте. Тщательно измельченная пища превращается в энергию, частицы которой проникают сквозь энергетическую сеть его тела, не застревая в ней и не образуя шлаков. Пища поставляет духовному телу необходимую информацию, физическому телу — необходимые питательные вещества, а все ненужное выводится из организма.

2. Человек, живущий потребностями и занятый большими делами, ест редко, но помногу. Например, раз в день перед сном. Вам известно, что есть на ночь крайне вредно. Но поскольку мысли у такого человека совершенны, то и пища переваривается полностью, не образуя шлаков. Все энергии, содержащиеся в белках, жирах, углеводах, витаминах, минеральных веществах и калориях, благотворно воздействуют на развитие духа и обеспечивают нормальную анатомию и физиологию тела. Шлаки, вызывающие патологию, в теле не задерживаются.

3. Человек, живущий желаниями и занятый мелочами, заставляет себя есть, хотя есть не желает. Он может постоянно думать о делах и заниматься ими, но впоследствии оказывается, что опять все сделано не так, как надо. *Отождествление себя со своей работой вызывает ощущение никчемности,* оборачивающееся желанием махнуть на все рукой. Озабоченно думая о своем, человек жует безвкусную пищу, чтобы затем ее проглотить. Еда может быть полноценной в любом отношении, но внутри такого человека она становится как духовным, так и физическим шлаком, поскольку человек не сумел извлечь необходимую информацию. В подобном случае похудание является знаком болезни.

4. Человек, живущий желаниями и занятый большими делами, ест для того, чтобы быть сильным и бороться с трудностями. Аппетит его изначально выше, чем требуется. Ест он редко и помногу, чтобы не ослабеть. Возможно, что объем пищи не такой уж большой и она не столь калорийна, но ее проглатывают вместе со множеством плохих непродуманных мыслей. Тяжелые мысли поначалу отдают ощущением тяжести в желудке, затем уже во всем теле, оборачиваясь излишними килограммами — килограммами шлаков. Чем желания больше, тем больше непродуманность и тем крупнее непереваренные частицы задерживаются в энергетической сети тела, вызывая болезнь соответствующей степени тяжести.

Если человек к тому же искренен и не желает скрывать своих чувств, то шлаки проявляются в виде ожирения. Речь идет о наиболее скромной

патологии, которая поначалу лишь наносит урон красоте, а со временем, даже если она не усугубляется, становится тем тяжелее, чем дальше, выше и быстрее человек стремится продвинуться.

Иначе говоря, толстыми становятся те, кто более всего почитает честность и потому *желает быть очень честным*. Движимые подсознанием, они не задумываются о том, что честность — это выказывание плохого. Таким образом, *толстый желает выказать плохое, однако боится вывести его наружу, ибо опасается, что его сочтут плохим человеком*. Он пытается доказать свою положительность хорошей работой и вежливым поведением. Ему невдомек, что всему бывает предел.

Чем важнее для человека внешняя красота, тем больше он ограничивает себя в еде, не отдавая отчета в том, что даже мизерная порция, принимаемая для поддержания духа в теле, переваривается аналогично его мыслительному процессу. Скучные калории не позволяют растолстеть, однако не препятствуют возникновению болезни. Многие толстые люди подсознательно боятся урезать количество пищи, так как чувствуют, что сразу заболеют. В этом отношении они правы.

Если человек не меняет своего умонастроения, то ему для подпитки стрессов требуется много еды, и если ее недостаточно, она заимствуется у тела. Тело худеет, вместительность для стрессов уменьшается в размерах, и стрессы устремляются наружу — тело заболевает. Например, человеку отчаянно хочется похудеть, а чувство голода вызывает отчаянное желание всех обвинять: мол, даже поесть не дадут. Своеобразие обвиняющей злобы определяет своеобразие возникшей болезни.

Кто многого желает, тому ничего не хватает. Но и эту малость он не смеет и не желает отдавать. Он желал бы отдать лишь то, что ему в себе не нравится. Например, лишние килограммы. От лишних килограммов не избавиться, не избавившись от энергии обвиняющей злобы. Кто упрямо продолжает считать себя хорошим человеком, тот не признает своей злобы и не осознает глубинной сути энергии злобы. Непризнание проявляется в нежелании отдать то, что у меня есть. Многие считают, что у них слишком мало всего, а потому и страдают запорами.

Запор происходит оттого, что человек все приберегает для себя. Поделиться с ближним — это все равно что разбазарить и бросить на ветер свое добро. Если человек страдает запорами, то его бережливость переросла в скупердяйство. Желание иметь вынуждает его во всех и вся видеть скупердяйство либо злостное расточительство. Он не верит в чью-либо щедрость.

Скупердяйство бывает духовное, душевное и материальное.

Человек, не желающий делиться своими знаниями, относится к **духовным скупердяям**. Это самый злостный вид скупердяйства. Страх лишиться своих знаний не позволяет порой делиться даже житейской мудростью. Страх, что мои знания или информированность будут эксплуатироваться другими, зависит в своей интенсивности от качества научного образования. Когда такой человек узнает о том, что где-то были украдены секретные научные сведения, у него резко возрастает страх.

Взросление и размножение человека соотносятся с количеством, развитие же — с качеством. ***Не желая делиться своими знаниями, человек скупится***

делиться качеством. В этом случае кишечник как будто опорожняется, но, несмотря на это, на слизистой кишечника скапливаются большие каловые массы, не позволяющие ему качественно работать.

Душевное скупердьяйство, при котором человек скупится на любовь, приводит к скупердьяйству по отношению к вещам. Скупердьяйство по отношению к вещам, в свою очередь, усугубляет скупердьяйство по отношению к любви. В процессе этого страх *меня не любят* превращается в страх *в моей любви не нуждаются*. Раньше человек не отдавал потому, что не давали ему. Теперь не отдает потому, что у него не берут. Мотивировка убедительная. Запор являет собой *желание* иметь то, что хочется иметь. Связанные с ним страдания выражают *нежелание* иметь то, что хочется. Не правда ли, странно, если задуматься. Все мы в большей или меньшей степени являемся подобными чудаками, мыслящими противоречиями и сами накликающими на себя беды.

Иначе говоря, **применение слабительного** по существу **идет вразрез с желанием человека**, потому после опорожнения кишечника не возникает особого чувства облегчения. Основная масса кала пристаёт к слизистой кишечника, образуя твердые, как камень, наросты. Кишечник очищается, когда человек изменяет умонастроение.

Необходимость очищения признается, однако потребность очищения, к сожалению, нет. Мне доводилось слышать о всяких уловках и видеть в работе чудотворные клистирные аппараты, способные очистить кишечник до блеска, но, увы, все это лишь обман зрения.

Избавиться от всего ненужного можно и без хваленых процедур, вредных для тела.

Для этого следует лишь изменить свое умонастроение — высвободить стрессы.

Я верю тому, что вижу третьим глазом, то есть сердцем. Несколько лет тому назад во время моего пребывания за рубежом мне хотели продемонстрировать работу суперсовременного аппарата для промывания кишечника, который якобы совершенно безвреден для тела.

Честь побывать в роли подопытного кролика я уступила рекламному агенту. Хоть он и обиделся, однако стал переубеждать меня тем, что сам он раз в неделю проделывает двухчасовую клистирную процедуру и чувствует себя как никогда прекрасно. Я прикусила язык — умного человека лучше не смущать. Он продолжал настаивать на своем. Мы договорились как-нибудь встретиться, чтобы обсудить это дело. К сожалению, не прошло и года, как он умер от рака кишечника.

Человека всегда интересует то, что является *его уязвимым местом*, даже, если оно еще не дает о себе знать физически. Подсознание притягивает *возможность решения проблемы*. Мысля рассудительно, человек решает проблему лишь на уровне мышления, то есть на духовном уровне. Мысля *умом*, он начинает выискивать материальные средства помощи. Человек, не осознающий пока своей ошибки, распознает ее у других. Он может полностью посвятить себя оказанию помощи другим и не будет замечать прогрессирующей болезни собственного тела. Тем самым тело доказывает ему, что телу следует помогать прежде всего не материально — лекарствами и процедурами — а духовно, исправлением умонастроения.

Чем уравновешенней мыслит человек, тем меньше он нуждается в материальной помощи.

Запор ускоряет возникновение рака кишечника. Это не значит, что при постоянно жидком кале рак невозможен. **Понос** выражает отчаяние, связанное с заботами, при котором человеку хочется разом избавиться от всех неприятных дел. Если человек испытывает очень большое желание быть сильным и свою силу продемонстрировать, а также равновеликое **желание избавиться от всех неприятных дел**, то он будет постоянно страдать поносом. Он может обессилеть до обморочного состояния, однако внешне будет прибавлять в весе. Почему? Потому что все необходимое — минеральные вещества и витамины — вытекает из тела, а все ненужное — лишние калории — остается. Нарушение обмена веществ усугубляется.

Толстый желает быть честным сам, худой желает, чтобы честными были другие. Толстый принимает лгунов за честных, худой же и в честном видит обманщика. Худой очень требователен по отношению к другим, поскольку считает, что другим не в чем его упрекнуть — ведь он в прекрасной форме. Если толстый ставит перед собой цель похудеть и действительно худеет, то его требовательность к себе превращается в сверхтребовательность к другим. Начинает действовать принцип: почему другие не могут, если я могу. Подобное отношение может обернуться полнейшей жестокостью. **Стало модным следить за своим весом**, а также быть жестоким.

Жировая ткань — это склад стрессов, а точнее говоря, печали. **Печаль же являет собой бессильную злобу.** Когда размеры складского помещения сокращаются, содержимое следует разместить покомпактнее. Когда же склад делается еще меньше, содержимое нужно спрессовать. При каком весе тела содержимое достигнет взрывоопасной критической массы и в какой момент взорвется, зависит от предела выносливости и толщины кожи хозяина, то есть от желания быть честным человеком.

Прекрасную идею **следить за своим весом, а также качеством пищи** весонаблюдатели превращают в фарс. Среди них мало кто остается в стороне от соревнования по подсчету утраченных килограммов. Азарт не спрашивает, что будет дальше, главное — обрести *коммерческую* внешность. Неважно, какая болезнь развивается от подобного уплотнения стрессов. Гораздо хуже, когда гибнет *Человек*. Толстый, энергичный, добросердечный человек, проявлявший активный интерес ко всему на свете, внезапно становится рабом своего тела и ничего не видит вокруг, кроме калорий и килограммов.

Возможно, Вы почувствовали себя задетыми, поскольку Вы тоже относитесь к числу весонаблюдателей, и желаете возразить, что рабом своего тела не стали. Если не стали, то и в весе много не сбавили. Если не сбавили, значит, махнули рукой. Ведь качество достигается трудом. Куда проще с количеством.

В принципе идея слежения за весом благодатна, так как учит человека обращать внимание на свое тело и разбираться в качестве пищи.

Для женщины, о которой говорилось выше, привычным явлением были и поносы, и запоры. Не вникнув в суть моих слов, она принялась в самооправдание напоминать мне о военных ужасах и депортациях, хотя ни я, ни она от них в этой жизни не пострадали. Я же, в свою очередь, припомнила ей, что в предыдущих жизнях мы с ней обе умерли с голоду и потому боимся голода. А еще во мне сидит страх ослабеть, так как я надеюсь только на

себя. У нее же этот страх пока еще мал, потому что она продолжает считать, что помочь ей вернуть здоровье должны другие.

Женщина согласилась с моими словами, хотя не понимала, с чем соглашается. Так она ведет себя во всем из-за желания быть хорошим человеком. А позже непременно обижается. Вместе с тем это же желание вынуждает ее держать язык за зубами и проглатывать обиду, в противном случае, люди, возможно, будут злословить за ее спиной. Она абсолютно твердо убеждена в том, что никто не может сказать о ней ни одного дурного слова. Единственный, кто утверждал обратное, — ее муж, но он уже 20 лет как умер. Детей же у нее нет.

Желание всем нравиться реализуется почти всегда за счет семьи. Чем шире круг знакомств и чем сильнее желание общаться со всеми, тем больше страдают супруг, дети и родители. Если окружающие не проявляют того любвеобилия, на которое рассчитывает человек, выслуживающий любовь, то виноватыми оказываются домочадцы. Плохая семья не дает хорошему человеку сиять во всем блеске.

Именуя чужих людей хорошими, человек непременно именует своих плохими. Настает час, когда чужие тоже становятся плохими, ибо они недостаточно высоко оценивают старания хорошего человека. А тут еще к человеку бумерангом возвращается обиженность семьи, оказавшейся без вины виноватой. Итог всегда один: человек ощущает, что его никто не любит. Изо дня в день повторяется одно и то же, но всякий раз по все более черному сценарию. В конце концов человек либо изменяет свое умонастроение, либо умирает. Последний вариант до сих пор был более популярен. Наперекор нравоучительной поговорке, человек откладывает на будущую жизнь то, что можно сделать в нынешней.

Жизнь и пищеварение

Жизнь человека — это бесконечные **дела**, а значит, **пребывание в состоянии деятельности**. Дела бывают разные: духовные, душевные и физические. **Мысли** об окружающем мире и о собственной роли в этом бесконечном мире означают **пребывание в состоянии духовной деятельности**. Любовь соотносится с **пребыванием в состоянии душевной деятельности**. Работа является собой **пребывание в состоянии земной деятельности**. Все это вместе взятое есть просто бытие, или пребывание в живом состоянии, и целенаправленное удовлетворение своих потребностей. Чтобы оставаться при жизни человеком, необходимо соблюдать следующую очередность в удовлетворении потребностей: сначала духовные потребности, затем душевные и в самом конце физические.

Подсознанию известно, что и как необходимо. Если мы неспособны извлекать знания, хранящиеся в подсознании, то не осознаем необходимости данной очередности и позволяем рассудку ставить все с ног на голову.

В результате пищеварительный тракт заболевает. **Пищеварительный тракт тем самым показывает, как мы относимся к своей работе и делам**, каким образом и в какой степени зависим от своей работы и увязли в **желании добиться чего-то с помощью работы**.

Деятельность становится работой, когда целенаправленность превращается в целеустремленность. Выражаясь иначе, когда страх превращает потребность в желание. Живя во имя цели, человек не может просто быть и заниматься нужными делами. Для достижения цели человек *должен* что-то делать, и *чем больше* цель, *тем больше* он должен делать. Так человек, живущий во имя цели, делается рабом работы. Рабский труд подневолен и тяжок. Поэтому раб ненавидит работу. Чем раб умнее, тем больше его ненависть распространяется и на хозяина, заставляющего его работать. Так же и человек наших дней, человек, по собственному разумению, свободный ненавидит государство, хозяина либо самого себя, в зависимости от того, кто ему приказывает.

Мысли о том, чтобы *стать кем-то или чем-то*, относятся к **духовной работе**. Любовь ради того, чтобы *стать кем-то или чем-то*, являет собой **занятие сексом как земной работой**. Работа во имя того, чтобы *стать кем-то или чем-то*, есть **рабская работа**. Все вместе означает **жертвование собой** в угоду собственным желаниям, во имя цели. У человека, живущего корыстными интересами, поражается пищеварительный тракт.

Степень тяжести болезни сопоставима с *ценностью* приобретаемого в переносном смысле.

Желая проявить себя с положительной стороны, человек стремится делать добро другим, чтобы было хорошо самому. Хочет делать добро, чтобы добро получать. В основном так и происходит. Но только вместе с хорошим является его обратная сторона — плохое, которое вызывает болезни. Болезнь учит, что человек, сознательно делающий хорошее другим, сознательно делает себе плохо. Налицо злонамеренность. Эта энергия делает из человека преступника.

Если другие не позволяют делать себе хорошее, отказываются от хорошего, то желание остается нереализованным. Несделанное дело, которое хотелось бы сделать, является пожеланием. **Нереализованная доброжелательность становится недоброжелательностью, если к ней не относятся положительно.** Чем больше число нереализованных благих пожеланий, тем сильнее обиженность и тем скорее возникает раковая болезнь.

Итак, **желания имеют два полюса: благонамеренность и злонамеренность. Пожелания также имеют два полюса: доброжелательность и недоброжелательность.** По мере роста одного из них растет и другой. Попавший в беду человек даже при всем своем желании не может понять, почему при всей его положительности ему выпадают столь суровые испытания.

Поскольку состояние органов брюшной полости отражает состояние Ваших дел и работ, обратите в данной главе внимание на такие слова, как занятие, дело, работа, а также на производные от них. Прочувствуйте каждое слово в отдельности, и Вы поймете, что «занятие» — понятие неограниченное, вмещающее в себя все работы и дела, тогда как слово «работа» для большинства из нас не связано с работой над собой. Поэтому у человека, вечно занятого делами и работой, пищеварительный тракт не в порядке. *Нет такого вида деятельности, состояние которого не отражалось бы на пищеварительном тракте, и нет болезни, при которой одновременно не поразился бы соответствующий участок пищеварительного тракта.*

При духовном высвобождении материальной работы человек обретает способность работать над собой посредством той же работы. Если перед тем, как приступить к любой работе, Вы потратите пару минут на общение с ней, а значит, *высвободите ее из себя*, то почувствуете, как меняется Ваше *отношение к работе*. Трудная или неприятная работа становится милой сердцу и уже не кажется трудной и неприятной. По окончании работы устает только Ваше тело, а не душа, как бывало раньше. Если Вы довольны собой, то довольны и работой и вообще всем на свете.

Выполняя данную работу, Вы работаете над собой, и эта работа не накладывает отпечатка на Ваш пищеварительный тракт. Когда Вы научитесь высвобождать всякие работы перед тем как к ним приступить, пищеварительный тракт перестанет Вас беспокоить. **У человека, который занимается собой, исчезают недуги не только пищеварительного тракта, но и всей брюшной полости.**

Наиболее претенциозным рабочим объектом является другой человек. Обслуживающему персоналу, в том числе медицинским работникам, тяжелее всего приходится с людьми, которые требуют, чтобы ими занимались, однако сами пассивно наблюдают со стороны — мол, поглядим, что из этого получится. Причем они абсолютно убеждены в том, что за духовную помощь платить не надо.

Научитесь духовно высвобождать из себя того физического человека, который желает, чтобы Вы им занимались. Если это уметь, то Вы сможете сделать ему физически то, что он желает, себе же сделаете то же самое духовно. Ему Вы ни в коем случае не сможете сделать этого духовно. В результате вы оба окажетесь довольны как собой, так и друг другом. Правда, духовной помощи он не получил, но поскольку явился с желаниями и требованиями, то явился вовсе не за духовной помощью. Будучи признательным Вам, он все же неосознанно какую-то духовную помощь получил.

Поступая таким образом, Вы уясните смысл изречения: все, что человек делает другому, он на самом деле делает себе.

В самом общем виде *местоположение заболевания брюшной полости указывает на местоположение причины Вашей проблемы.* Что это значит? Это значит, что, подобно тому как человек имеет дух, душу и тело, его живот имеет верх, середину и низ.

I. Проблемы верха живота указывают на ***проблемы, связанные с духовными делами.***

II. Проблемы середины живота указывают на ***проблемы, связанные с душевными делами.***

III. Проблемы низа живота указывают на ***проблемы, связанные с материальными делами.***

Все духовные, душевные и физические проблемы возможно решить духовно, но никакую проблему нельзя решить только физически.

Болезнь можно лечить физически, при помощи медицины, пораженную ткань можно даже удалить из тела хирургическим путем, ***однако проблему заболевания невозможно решить медицинским способом***; Сердце не успокоишь медицинским лечением. А если успокоишь, то лишь иллюзорно, на

короткое время, ибо вскоре возникает следующая проблема.

Разрешение проблем — это то же, что **наведение порядка. Не нужно делать жизнь хорошей или плохой, а нужно навести в жизни порядок.**

- Легче всего **решать духовные проблемы исключительно духовно**, поскольку эти энергии обладают одинаковой плотностью. Единственное условие — чтобы в человеке присутствовал дух, чтобы человек был способен мыслить. Душа относится к духовному уровню.
- Сравнительно легко **решать душевные проблемы только духовно**, так как душа всегда присутствует. Ее можно подавлять, оттеснять на задворки, но если к ней обратиться, она услышит.
- Очень трудно, хотя и *возможно*, **решать материальные проблемы исключительно духовно**. У большинства из наших современников не хватает для этого упорства и наивысшей ценности материального уровня — времени. Трудное становится нормальным, когда человек осознает, что он в этом нуждается.

Задумайтесь сейчас о проблемах своего живота. Как Вы представляете себе решение проблем верха Вашего живота, т. е. проблем духовных, — только духовно или только физически? Что приемлемо, что неприемлемо? Как Вы представляете себе решение проблем срединной области Вашего живота, т. е. проблем душевных, — только духовно или только физически? Как Вы представляете решение проблем низа Вашего живота, т. е. проблем материальных, — только духовно или только физически? Возможно ли решить физические проблемы исключительно физически?

- **Решение духовных проблем физическими средствами** невозможно ни при каких условиях.
- **Решение душевных проблем физическими средствами** также невозможно, хотя люди и говорят, мол, была бы жизнь хорошая, тогда и душа была бы довольна. Так говорят те, у кого жизнь, по их мнению, не задалась, и поэтому они не успели еще вкусить сопутствующих «хорошей жизни» душевных мук.
- **Решение материальных проблем только физическими средствами** также невозможно, если человек лишен здравого смысла. Решать материальные проблемы материальными средствами можно *только при одном условии*. При условии, что человек опустился до уровня животного.

ВЕРХ ЖИВОТА

Верх живота соотносится с духовными занятиями.

В верхней части живота расположены желудок, печень, двенадцатиперстная кишка, поперечная ободочная кишка и селезенка.

Мысленно можно заниматься собой и своим отношением к миру. В результате этой деятельности человек развивается. Если мы *осознаем*, что нужно заняться собой, то *ощущаем* потребность этим заниматься. Если *должны* заниматься, то, возможно, и занимаемся, но *не ощущаем потребности* заниматься. Не ощущаем потому, что ощущения истребляются неощутимым протестом. В этом случае занятия *преследуют определенную цель*. Это означает, что

размышление становится работой с той минуты, когда в мыслях начинают что-то делать целеустремленно.

Если мысли пробуксовывают, то они остаются внутри и, накапливаясь, вызывают заболевания в верхней части живота.

Дети, уже способные мыслить самостоятельно, а также старики, еще не утратившие этой способности, не желают заниматься собой без применения этой способности и потому *требуют, чтобы ими занимались другие*. Они превращаются в сущих капризуль. Спросите у ребенка, где живет его каприз, и он непременно укажет на живот. У старого человека не стоит и спрашивать, он и так жалуется на боли в животе. Чем сильнее у человека любого возраста желание, чтобы им занимались, тем у него серьезнее проблемы с животом. Если Вы не желаете им заниматься, то и у Вас тоже возникнут проблемы. Другого не дано, поскольку если Вас к чему-то принуждают, то Вы так или иначе, но будете протестовать.

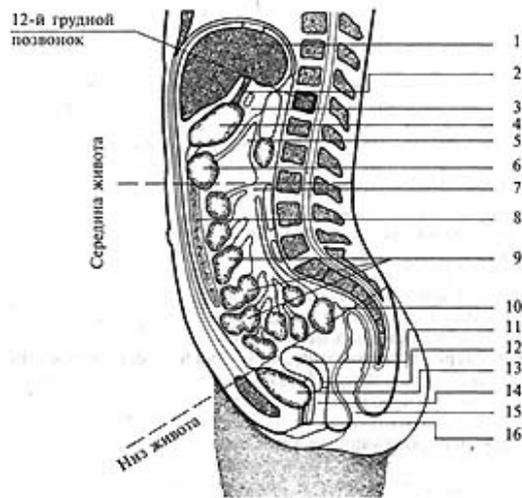
Желание, чтобы мною занимались, постоянно стремится подчинить себе других. Если вы желаете быть хорошим и позволяете подчинять себя другим, то Вам нигде не будет покоя. И ребенок, и старик не оставят Вас в покое даже в туалете и будут крайне возмущены тем, что их просят подождать снаружи. Их не смущает то, что Вы сидите на унитазе. А смущает только то, что ими не занимаются.

Поскольку уровень развития не у всех одинаковый, научитесь свои потребности выражать словами. Так проще наладить отношения.

Ребенок с удовольствием расстанется со своими капризами и машет им вслед рукой. Старый человек упирается как бык и настаивает на своих правах. По его мнению, все, кто им не занимается, люди несправедливые, негуманные или недоброжелательные — в зависимости от того, как он сам относится к другим.

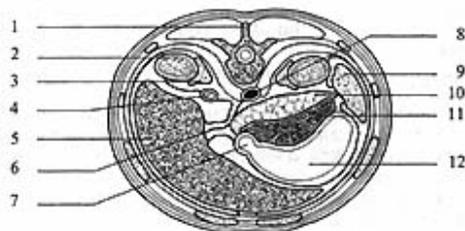
Чтобы не страдать ни от чьих капризов, высвободите свое желание, *чтобы мною занимались*. Подумайте сами, что означает для Вас понятие «заниматься».

Размещение органов брюшной полости



1 — печень; 2 — малый сальник; 3 — сальниковая сумка малого сальника; 4 — желудок; 5 — поджелудочная железа; 6 — поперечная ободочная кишка; 7 — брюшина; 8 — большой сальник; 9 — тонкая кишка; 10 — сигмовидная кишка; 11 — матка; 12 — шейка матки; 13 — мочевой пузырь; 14 — влагалище; 15 — анус; 16 — мочевой проток

Срез на уровне 12-го грудного позвонка



1 — 12-й грудной позвонок; 2 — правая почка; 3 — правый надпочечник; 4 — нижняя полая вена; 5 — печень; 6 — печеночный проток; 7 — верхняя часть 12-перстной кишки; 8 — брюшная аорта; 9 — селезенка; 10 — поджелудочная железа; 11 — сальниковая сумка малого сальника; 12 — желудок

Старыми люди становятся тогда, когда перестают заниматься собой.

О том, как человек превращает жизнь, а значит, любовь в сплошную работу, мы поговорим позже, когда речь пойдет о чувстве вины. Вероятно, Вам известно, что людей обычно подразделяют по возрасту их духа на молодых, зрелых, старых и т. д. В то же время бытует поговорка, что человеку столько лет, на сколько он себя ощущает. Как же обстоят эти дела в действительности?

Дух — это уравновешенная энергия, она же — качество жизни, которое нельзя поднять, но которое повысится само, когда мы научимся постигать жизнь. Чем доскональнее человек постигает жизнь, тем выше степень его зрелости, определяющая возраст духа. Независимо от **возраста духа**, мы можем от рождения до смерти ощущать себя молодыми или старыми. Чем меньше в человеке стрессов, тем он моложе душой. **Возраст души** определяет жизнь и здоровье на данном этапе.

Если обо всем, что у Вас есть, Вы думаете с хорошим чувством, то Вы еще молоды годами либо душой. Если Вам плохо оттого, что у Вас чего-то нет, то Вы также молоды. Если Вам плохо оттого, что у Вас что-то есть, а чего-то нет, значит, Вы уже стары по возрасту либо душой. Но если Вы способны воспринимать невозмутимо все, как оно есть, и идти дальше своей дорогой, то Вы — старый дух. У старого духа душа не стареет.

Душа стареет через изнашивание, дух стареет через созревание.

Старение души из-за страданий является частью процесса созревания духа.

Ребенок, родившийся больным, от рождения стар душой. Это значит, что в конце предыдущей жизни он был настолько изможден и изнурен работой, что не сумел даже выкроить время для смерти. Жизнь предоставляет каждому время для занятий собой. Даже если мы пользуемся этим временем не ранее как на смертном одре, мы можем в принципе осмыслить совершенные нами в течение жизни ошибки, признать их перед самими собой, а значит, исправить. Иной человек, исповедуясь на смертном одре, настолько молодеет душой и избавляется от гнета, что к нему возвращается жизнь, и человек живет еще долгие годы.

Если исповедник выступает в роли сурового судьи, такого не случается. Человек сам может стать подобным исповедником, если он даже перед ликом смерти думает о несделанных делах. Если что-то осталось несделанным в отместку кому-то, то ноша особенно тяжела. Есть люди, которые говорят, что *не простят, даже когда умирать будут*. Это означает, что они не намерены расставаться с грузом несделанных дел и потому не способны вновь обрести свою детскую беззаботность.

Поэтому в следующую жизнь они будут вынуждены вступить старыми или больными. Единственной возможностью теперь являются родители, которые могли бы облегчить душу ребенка высвобождением своего груза стрессов, если бы догадались это сделать.

Поскольку суммарное выражение родительской энергии, т. е. начальная энергия жизни ребенка, равняется энергии конца его предыдущей жизни, то среди родителей бывает мало таких, кто углубляется в себя при виде детского несчастья. Винить себя принимают многие, но в кризисной ситуации нельзя на это тратить ценное время. Также не следует тратить время на обвинение других. Однако именно это происходит сплошь и рядом. Человек действия живет по принципу: нечего глядеть и чесать затылок — действовать надо! Он не понимает, что если во всеобщей гонке зачесется затылок, то самое время его почесать. Именно так дает о себе знать хорошая мысль.

Человек, желающий быть исключительно хорошим, считает совершенно естественным, что тот, кто виноват, должен вину и искупить. Причины врожденных болезней он ищет и находит в окружающей среде, но только не в себе, медицина же, будучи ассенизатором окружающей среды, *обязана* ошибку исправить. Как научная, так и альтернативная медицина делают все, что в их силах, однако это является насильственным вмешательством. Применительно к ребенку оно может давать *хорошие* результаты, но *плохие* применительно к семье. Что мы видим? С одной стороны, состояние ребенка несколько улучшается. С другой — в семье начинается разлад. Разлад соразмерен улучшению здоровья ребенка. В итоге из-за разлада в семье выздоровление ребенка прекращается.

Там, где родителей учат *заниматься ребенком*, а не полагаться всецело на медицину, достигаются гораздо более высокие результаты как в отношении здоровья ребенка, так и семьи. И лишь когда мы созреем настолько, что родители научатся заниматься собой духовно в случае болезни ребенка, мы станем свидетелями чуда.

Ребенок является духовным учителем своих родителей. Если он рождается

больным, то тем самым указывает на в такой же степени нездоровые отношения между родителями, т. е. на любовь, ставшую рабской повинностью. Ставшую таковой от неумения и неведения. Кто в больном ребенке видит зеркальное отражение себя и семьи, делает из этого соответствующий вывод и принимается высвободить свою ошибку, тот исправляет свою часть общего труда. Целое же исправляется как бы само собой.

Здоровый ребенок занят деятельностью. **Деятельность** — это *полное посвящение себя* делам. Деятельность нельзя назвать работой, даже если плоды работы налицо. Деятельность являет собой единую энергию даже тогда, когда не видно какого-либо конкретного материального результата. *Деятельный человек спокоен, сосредоточен и углублен в свою деятельность, которая приносит ему удовлетворение.* Нынче такие люди стали редкостью.

Деятельность характерна для здорового ребенка. К сожалению, деятельные дети встречаются все реже. Большинство из них *целенаправленно* занимаются *чем-то*, так как их целенаправленно приучают что-то делать. Эта деятельность может заинтересовать ребенка, но, не будучи его наипервейшей потребностью, она является вынужденным положением, и у ребенка возникают проблемы в верхней части живота.

Если Вы неустанно размышляете о том, как решить некую проблему, и находите-таки решение, однако его не реализуете, то Вас будет беспокоить верх живота. *Хорошая* мысль задерживается в животе и вызывает *плохое* состояние. Это означает, что, если Ваше желание не исполняется, Вам выпадают страдания. Почему люди не реализуют свои идеи? Потому что боятся уже наперед и отказываются от всяких попыток. Либо сталкиваются с препятствиями и отступают. Выбирают путь наименьшего сопротивления. Не умеют решать свою проблему духовно, то есть не умеют ее высвободить.

Проблемы бывают духовные, душевные и материальные. Считается, что решение их только в мыслях пользы не приносит. Результат мыслительной работы должен быть претворен в жизнь, иначе душа не даст покоя. Если Вы реализуете его материально, то он высвобождается также и духовно. Вашей душе не придется мучиться от несделанной работы. Если Вы осознаете, что решение невозможно реализовать материально, что оно — всего лишь прекрасная мечта, которая в данных условиях утопична, то высвободите его духовно. При полном высвобождении может оказаться, что решение реализуется либо вовсе не было утопией. Просто у вас не хватило мудрости его реализовать. Такую возможность дала уму Ваша рассудительность.

NB! Если у человека есть духовные *цели*, то **они всегда связаны с духом**, т. е. с духовным существом, т. е. **с человеком**. Даже в том случае, если это не осознается.

Дух безграничен. Цель ограничена конечным результатом. Иными словами, совмещение *духа* и *целей* является утопией. И, тем не менее, *мы* это делаем. Низводим человека до телесного обличья и начинаем целенаправленно его изменять. Мало кто переделывает себя — большинство переделывают других и бывают несказанно счастливы при виде того, что другой переменился. Произшедшая с ближним перемена считается результатом собственного труда. *Кто искренне верит* тому, что ближний переменился благодаря ему, *не устает себя расхваливать*. Его распирает от гордости, и то же самое можно сказать о верхе его живота.

Духовное приобретение сродни накоплению газов.

Существует такое понятие, как «духовный прессинг». Выражаясь еще более современным языком, речь идет о **манипулировании чужим сознанием**, а на самом деле знаниями. Наблюдая *сочувственно* со стороны за тем, как кого-то обрабатывают духовно, человек может ощущать спазм в любой области живота, словно там надувается мяч. Поначалу мяч как бы заполняется воздухом, затем начинает неприятно распирать, пока не лопается, отзываясь болью. Волей-неволей одолевает страх.

Страх этот трагичен: что будет, если я не сделаю того, чего от меня ожидают? С одной стороны, хочется пойти человеку навстречу, но, с другой, внутренний голос говорит, что тем самым ты сделаешь себе плохо. Страх блокирует способность мыслить, и человек, большой или маленький, позволяет в итоге собой манипулировать. Виртуозы в области духовного прессинга знают, что они всегда добиваются того, чего желают. Причем никто не может обвинять их задним числом, поскольку они не применяли физической силы. Все зафиксированные на бумаге законы защищают людей, как водится, от глупости, а не от ума.

В принципе всякое мнение являет собой духовный прессинг. **Мнение преследует свою цель**, независимо от того, как оно выражается: прямо или косвенно, положительно или отрицательно, мысленно, устно либо письменно. Высший уровень манипулирования человеческим сознанием свойствен **рекламе**, в которой подчеркивается, что рекламируемый товар наилучший по сравнению с другими. Человека со стрессами, неспособного воспринимать себя и окружающий мир, можно с помощью рекламы превратить в настоящего зомби. Он не видит самой рекламы, которая знакомит потребителей с достоинствами нового полезного товара, а гоняется за внешней мишурой.

Если ребенком не манипулируют с малых лет, то во взрослом возрасте ему не грозит стать серьезным объектом для манипулирования, которому можно навязать рекламой все что угодно. Иначе говоря, его не обдуришь. Он улавливает скрытый смысл любой информации, берет на заметку то, что ему необходимо, остальное же пропускает мимо себя. Он свободен от влияния той части рекламы, которая манипулирует его незнанием, т. е. глупостью.

Манипулирование воспринимается с тревогой теми людьми, которые понимают, что ими манипулируют, однако пока еще не умеют быть самими собой. Их задевает любое проявление духовного насилия, ибо им хотелось бы защитить каждую жертву. Чем благовоспитанней они пытаются решить проблему, тем сильнее их борьба замыкается на собственных стрессах, которые подавляются. В итоге человек становится еще более манипулируемым.

Пример из жизни.

Ко мне обратилась по телефону беременная женщина, которая пожаловалась на боль в правой стороне нижней части живота. Ее правый яичник предстал мне в виде картофелины, прибитой гвоздем к стене. Матка была повернута задней стенкой чуть вправо. Сам плод походил на печального ребенка, свесившего голову на грудь и Молча переносящего страдания. Все эти чувства были женщине знакомы, но она не сообразила их высвободить. Человеческая фантазия попросту неспособна придавать особое значение столь простым вещам.

Правый яичник соотносится с энергией *брата*. Матка, т. е. мать, повернулась к брату спиной. У самой женщины брата не было. Я почувствовала, что проблема заключается в плоде и его брате. Родители, которые общались с плодом, подготовили своего трехлетнего сына к появлению братика или сестрички. Мальчик был полноправным братом — каждый день оживленно беседовал и играл с сестричкой ли, с братиком ли, и ему это удавалось лучше, чем родителям. Родившийся и неродившийся ребенок были настолько едины, что и страдания были общими. Мать уже успела осознать это и часть стрессов освободить, но еще не все уяснила.

Суть проблемы мать уловила быстро. Она создалась, что испытывает внутренний протест против своих родителей, которые, желая нянчить мальчика, на самом деле хотят воспитать из него настоящего мужчину. По мнению родителей, настоящий мужчина — это тот, кто всегда пропускает женщину вперед, исполняет ее желания и являет собой покорность. Женщина насмотрелась на покорность своего отца-подкаблучника и противится воспитанию сына в том же духе. Она не желает, чтобы сын, возмужав, обозлился от своего униженного состояния.

Женщина знала, что у родителей на душе накопилось огромное чувство вины перед своими детьми, что они категорически отрицают на словах. Они оправдываются, хотя никто ни в чем их не обвиняет, и постоянно пытаются доказать, что они не виноваты. Родителей дочь не винит, о чем не раз им заявляла, но родители никак не поймут этого. Понять мешает чувство вины. Дочь устала от нелепой, бездарной ситуации. Родители, испытывающие чувство вины, ищут виноватых и требуют, чтобы все согласилось с их версией.

Мимоходом замечу, что люди с чувством вины желают, чтобы с ними соглашались. Они могут настолько войти в раж, что будут требовать подтверждения своей правоты у того, кого сами же обвиняют. В конце концов человек оказывается виноватым в том, что не берет на себя беспричинной вины. Люди с чувством вины всегда и во всем правы, о чем они и трубят на всех перекрестках. И большинство, увы, им верит. Ибо большинство не ведает, что в других человек видит самого себя.

Чувство вины перед детьми велит человеку быть особенно хорошим по отношению к внукам. *«Быть особенно хорошим»* означает *воспитать* внуков *особенно хорошими людьми*. То, что это не нужно и наносит вред, бабушки и дедушки не понимают, даже если попытаться им это втолковать. Разговор на данную тему никак не клеится: вы им про Фому, они — про Ерему. Осознав безнадежность ситуации, молодые прекратили попытки изменить родителей, но у них пока еще не высвобожден страх, что родители не оставят их в покое. Они и не оставят, покуда молодые не отпустят свой страх и не перестанут провоцировать стариков.

Желая поступать по справедливости, не задумываясь над тем, нужно ли это, женщина предоставила сыну возможность выбирать, желает ли он пойти к бабушке с дедушкой или нет. Сын не сказал ни да, ни нет. А спустя несколько часов упал и ушибся. Так как падать ему было в общем несвойственно, мать насторожилась, пытаясь разобраться, что бы это значило. На следующий день мальчик упал снова. Вечером того же дня у матери возникла давящая боль справа внизу живота.

Когда я спросила у женщины, о чем ей говорит понятие «духовный прессинг», она моментально все поняла. Ее тревожил духовный прессинг собственных

родителей. Она оставила маленького прямодушного ребенка один на один с хитростью бабушки и дедушки, давая ребенку право решать. Тем самым она как бы отвернулась от сына. В такой ситуации мальчик походил на прибитую к стене гвоздем картофелину.

Своекорыстие взрослых манипулирует не только детьми. Уговоры, увещевания распространяются также на взрослых, особенно на членов семьи. Если от них не могут чего-то добиться, то им говорят: *«Ты почему расстраиваешь меня до слез? Почему ты меня огорчаешь? Почему не хочешь облегчить мою жизнь?»* Женщина, не выказывая своего отчаяния, тихо, с болью в голосе спросила: *«Ну почему родители так поступают?»*

Почему человек так поступает? Потому что не умеет иначе. Поступает так, покуда не научится поступать иначе. Когда он попадает в кризисное состояние, готовя превеликие страдания себе и ближнему, и осознает, что он натворил, то перестает поступать по-старому. Пока же он не осознает, что, делая добро, творит зло.

Манипулирование сознанием человека также называется **обведением вокруг пальца**. Люди, обводящие других вокруг пальца, не терпят подобных себе и видят их даже там, где их нет. В других они видят себя. Поэтому следует помнить, что когда Вы указываете на человека пальцем, то три Ваших пальца указывают в обратную сторону — на Вас самих. Если Вы предупреждаете человека о ком-то третьем, поскольку Вам кажется, что тот намеревается обвести человека вокруг пальца, то подумайте и о себе. Предупреждение — это нормально. Перебарщивание предупреждением — это уже запугивание. Когда Вы запугиваете, Вы не понимаете, что говорите о себе.

«И долго мне еще это терпеть?» — спросила женщина. *«До скончания родителей, — ответила я. — Вы полагаете, что дело в родителях. На самом деле Вы являетесь суммой родителей, и если бы в финале предыдущей жизни у Вас не было такой же неувоенной энергии, то Вы не выбрали бы этих родителей. Чем основательней Вы будете заниматься собой, тем скорее Вы полностью постигнете эту проблему. Когда Вы распознаете, что это для Вас значит, то перед Вашим видением мира откроется еще одна тяжелая завеса, и Вы будете благодарны родителям за то, что через них, т. е. через пару самых непосредственных, а потому наглядных учителей, Вы усвоили урок своей жизни.*

Если Вы надеетесь на чужих, то напрасно надеетесь. Когда чужие люди оказывают на Вас духовный прессинг, Вы отходите в сторону и прерываете отношения. Со своими родителями так просто не поступишь. Это и есть счастье, которого Вы пока не осознаете. Счастье — это возможность очень долгого познания своих родителей. Многим, чтобы не сказать большинству, это кажется несчастьем. А как мы думаем, так оно для нас и есть. Когда мнение меняется на противоположное, то и проблема меняется в корне. Все зависит от того же отношения».

Беседую я с женщиной, а она вдруг говорит: *«Ой, у меня изо рта вышел огромный воздушный пузырь. В животе сразу полегчало»*. Еще несколько минут, и у нее пропало давящее ощущение внизу живота. Затем женщина ощутила, что матка возвращается в исходное положение — на это ушло еще несколько минут. Низ живота освободился от неприятных ощущений. Проблема высвободилась. Мать вновь превратилась в наседку, держащую сына под крылом и не отпускающую его от себя, покуда он сам не попросится. Это чувство необходимо испытать всем матерям, чтобы не

выталкивать ребенка на самостоятельную дорогу прежде времени. Рассудительного ребенка следует подготовить к возможным каверзным проискам умных взрослых, иначе он попадет в зависимость от большого и сильного. Когда женщина позвонила на следующий день, ситуация изменилась. Накануне вечером бабушка опять позвонила внуку и так настойчиво его уговаривала, что у мальчика возник протест и он решил остаться дома. Желание выбраться из городской квартиры и побегать на природе боролось в нем с неосознанным чувством опасности. У ребенка возникло *тупиковое состояние*. На физическом уровне решение он принял, но душевное тупиковое состояние осталось. Мать намеренно присутствовала при разговоре, чтобы лучше узнать себя в этой ситуации, и ей стало жаль сына. И вместе с тем ей стало жаль мать. Ну почему мать такая? Почему бы ей не понять внука? Почему она не может быть искренней и прямодушной? Ведь все могли бы нормально между собой общаться.

У нее было слишком велико желание быть для всех хорошей, а также надежда, что все и так поймут все без слов, и она не сказала матери то, что следовало бы сказать. Не сказала по той простой причине, что неразумный человек поступает неразумно по отношению к себе. Не высказывая того, что высказать необходимо, человек прячет в себе бомбу замедленного действия.

Жалость — это энергия, с помощью которой происходит **передача энергий от того, кого жалеют, тому, кто жалеет**. Мать вобрала в себя тупиковое состояние ребенка, однако моментально подавила его в себе. Взрослые блестяще владеют искусством подавления стрессов. К счастью, она приняла от сына не все. В противном случае у нее уже бы случился приступ аппендицита — воспаление червеобразного отростка. В результате у женщины произошло некоторое вздутие середины и низа живота с неприятными ощущениями. Плод же, напротив, держался мужественно и решительно, как и его брат. Это значит, что опасность для беременности миновала.

Изнутри живот выстилает **брюшина**. Она как бы **следит за тем, чтобы человеческая деятельность не выходила за определенные рамки**. Когда начинают *защищать* среду своего обитания, брюшина приходит в состояние *напряжения*. Когда возникает протест, т. е. *пассивная злоба*, уже возникает несильная боль. Когда появляется желание *нападать* из самозащиты, то это уже *выход за пределы собственной территории*, что аналогичным образом отражается и на брюшине. В нашем случае, к счастью, женщина защищала себя и ребенка, но не нападала на мать.

Спустя три недели женщина позвонила опять. На этот раз ей было совсем плохо. У нее поднялась температура, а это означает внезапное отчаяние. Что же произошло теперь?

Женщина рассказала, как решилась проблема с родителями. Ее душа успокоилась. Но когда она пошла в женскую консультацию для очередного осмотра, от душевного покоя не осталось и следа. Помимо обычных анализов, у нее взяли кровь для генетического исследования. Человеку сведущему понятие генетического исследования кое о чем говорит, но несведущему не говорит ни о чем. В данном случае женщина, имеющая высшее образование, оказалась несведущей, и ей следовало бы поподробнее объяснить суть исследования. На вопрос: «*Почему это понадобилось именно теперь?*» — ей ответили резко, словно речь шла о само собой разумеющемся: «*Никто не желает детей-уродов*». Если к своему делу подходят так, словно все само собой разумеется, то «эго» данного человека действует без учета другого

человека.

«Эго» пациента и «эго» врача столкнулись друг с другом. «Эго» пациента — это знание, что он имеет право получать касающуюся его информацию. «Эго» врача — это знание, что пациент должен подчиняться распоряжениям. Ведь ему не желают ничего плохого. А поскольку он и так ничего не смыслит, то обойдется без долгих объяснений. Среди врачей мало таких, кто способен просто, сжато и понятно донести до пациента сложную медицинскую информацию.

С другой стороны, простая, сжатая информация пациентами не воспринимается. Этому мешает их жалость к себе. Пациент, жалеющий себя, требует, чтобы врач занимался исключительно им одним — самозабвенно и не считаясь со временем. Об этом говорится подробнее в главе про жалость к себе.

В идеале генные исследования должны бы относиться к области предупреждающей медицины. Логика женщины со стрессами тут же подсказала ей, что раз это затевается при беременности с таким большим сроком, значит, подозревают неладное. Она не понимала, что продолжает бояться духовного прессинга, и потому подсознательно опасалась каждого, от кого хоть сколько-нибудь зависела. Подсознание знает, что любая проблема оставляет некий отпечаток. Хоть женщина и освободила проблемы осознанно, но подсознание знало, что это еще не все. В итоге ей пришлось помариноваться в собственном соку в течение трех недель, пока не узнала, что анализ хороший.

От спада напряжения стрессы исторгаются наружу. Когда чувство вины нагнетается до обвинения других, человек задним числом всегда упивается своей прозорливостью: *«Так я и знал. Почему мне не верили? Почему меня не спросили? Почему меня считают посторонним? Почему меня поставили в такое положение?»* Спад напряжения непременно рождает у отчаявшегося человека вопрос-обвинение: *«Почему я должен был страдать понапрасну?»* А противоположную ситуацию — когда в ходе обследования выявилась бы болезнь — человек воспринимать отказывается. В последнем случае, я уверена, эта женщина вздохнула бы с облегчением: *«Слава Богу, что сделали анализ. Теперь, пока еще не поздно, можно будет что-то сделать ради блага ребенка!»* Но ее воображение отказывается представить подобную картину.

В чрезвычайно напряженной ситуации следует духовно высвободить из себя всю ситуацию как целостную энергию, которая состоит из очень многих энергий, тогда не придется страдать. Всегда обнаруживается нечто такое, чего не знает даже самый компетентный в своей области человек и из-за чего он вынужден обращаться к другим. Особенно это касается врачебной помощи. Если Вы верите, что Вам желают добра, то подобного сводящего с ума напряжения не возникает.

Мы обсудили все до мелочей, и женщина сказала, что почувствовала тошноту. *«Прекрасно! — сказала я. — Вытошните теперь все свое отвращение, тогда и желчному пузырю станет легче».* Нежелание женщины жить по-старому достигло критического предела. Проведя весь вечер над унитазом, она не переставала удивляться тому, что только из нее не выходило. Помимо прочего, вышло невероятно много воздуха. В процессе самоочищения ей вспомнилось, что, когда она жила в родительском доме, ее рвало минимум раз в месяц. Она сказала: *«Впервые в жизни я наслаждалась процессом рвоты, так как самочувствие становилось все лучше и лучше. Я*

была счастлива оттого, что меня стошнило».

Духовный прессинг, который мы притягиваем к себе страхом, может довести человека до состояния как духовного, так и физического тупика. При состоянии **чисто духовного тупика** голова становится чугунной, и в ней не рождается ни единой спасительной мысли. **Состояние физического тупика**, возникающее как следствие духовного, вызывает аппендицит. Когда родители, находящиеся в плохих взаимоотношениях, требуют от ребенка, чтобы тот делал то, что они оба ему велят, и ребенок, который, невзирая ни на что, любит их обоих и желает угодить как матери, так и отцу, то у ребенка возникает аппендицит. На операционном столе ребенок примиряет родителей. Надолго ли, это уже вопрос иной.

С удалением либо *разрушением червеобразного отростка вследствие многолетнего воспаления* тупиковые состояния скапливаются в **слепой кишке**, которая находится:

- 1) в правой нижней части срединной области брюшной полости;
- 2) в нижнем конце восходящей ободочной кишки;
- 3) под местом перехода тонкой кишки в восходящую ободочную, т. е. толстую кишку.

Слепая кишка является своего рода отстойником. Чем больше число тупиковых ситуаций, тем выше уровень отложений и тем больше заполняется вся толстая кишка. У иного человека толстая кишка настолько переполнена тупиковыми состояниями, пережитыми еще в детстве из-за родителей, что ее опорожнение вызывает тупиковые состояния у других. У людей, заседающих на других по принципу «если ты мне не друг, значит, ты мне враг», непременно поражается толстая кишка.

Чем человек *коварнее в своей лицемерной дружбе*, тем меньше он допускает возражений, и тем больше другому приходится всякое-разное от него проглатывать. Себе не впрок, но и обратно не выплюнешь. Так люди и наполняются. Так разрастается Ваше собственное *крохотное коварство, маскируемое под дружбу*, к которому Вы иногда прибегали, чтобы обвести других вокруг пальца, и Вас будут использовать до тех пор, пока:

1. Чаша терпения не наполнится и Вы не воспротивитесь, из-за чего вашей ложной дружбе придет конец.
2. Вы не сделаетесь таким же *приятным неприятным* другом, коллегой, супругом, родителем, от которого люди бегут, а если попадают к Вам в руки, то страдают. В любом случае толстая кишка у Вас заболевает.

Кто с *лихвой* настрадался в детстве, тот не желает уготавливать другим тех же страданий. Человек может испытывать столь острый протест против родительских понятий и способов решения проблем, что он кодирует в себе приказ: *«Лучше умереть, чем поступать так же, как они/»* И умирает, и, действительно, не делает. Вместо того чтобы поставить в тупиковое состояние других, он все копит в себе и может стать по отношению к себе настолько *жестоким* и *сверхтребовательным*, что зарабатывает язвенный колит. Из-за болезни он неоднократно окажется на операционном столе, где раз за разом ему будут удалять очередной участок толстой кишки, если он не откажется от своего принципа.

Жестокость вызывает **язвы** любого рода. *Жестокость возникает от подавления печали.* Печаль, в свою очередь, — от нежелания быть беспомощным и свою беспомощность обнаруживать. Дети, выросшие в конфликтных семьях, любой ценой стремятся доказать, что они не беспомощны, что сами управятся в жизни. Доказать всегда пытаются то, чего нет.

Покуда ребенок испытывает духовные страдания из-за плохих отношений между родителями, он пребывает в тупиковом состоянии, будь он сколь угодно благополучен материально. С повышением уровня материального благосостояния человек все меньше сознается в своих душевных переживаниях *даже самому себе*, а тем более другим. Так люди, живущие в странах экономического благополучия, могут питаться максимально сбалансированной с научной точки зрения пищей, и тем не менее недуги кишечного тракта у них все усугубляются и учащаются.

Пришло письмо от женщины с просьбой о помощи. Ее 29-летнему сыну, которого в течение ряда лет держали на гормональном лечении из-за язвенного колита, грозила очередная операция. Гляжу — ситуация буквально жизнеопасная — и написала ответное письмо. В письме я спрашивала, почерпнули ли они что-нибудь полезное для себя из моих книг. Ведь не перескажешь в письме их содержания, даже если человеку плохо. Если люди решили ко мне обратиться, им следовало бы знать, чем и как я лечу. Сын болеет не первый год, я тоже публикуюсь не первый год. Ответ пришел вежливый, но сурово конкретный: *«Нам некогда читать. Мы должны бороться с болезнью».*

Язвенный колит являет собой болезнь мученика. **Мученик** — это человек, страдающий за свою веру, за свои убеждения. Мученик отдает свою жизнь, чтобы искупить страдания определенной группы людей. Иначе говоря, он страдает сам, чтобы избавить от страданий других. Чужие страдания настолько невыносимы для него душевно, что страдания физические с этим вообще несопоставимы.

Когда человек видит, как дорогие ему люди, которым бы любить друг друга, друг друга истязают, ибо каждый желает другого переделать, что глубоко ошибочно, то он попадает в тупиковое состояние. **Переделывание человека — это самая большая работа, которую никогда не переделать.** Суждение о жизни другого человека или о нем самом, положительное ли, отрицательное ли, уже заключает в себе желание вмешаться и переменить. Если не получается, вот вам и тупиковое состояние.

Безысходным может быть и многое другое. О гнойном ногтевом воспалении пальца эстонцы говорят: «Палец безысходен». Выражаясь по-научному, речь идет о панариции. Поскольку кончики пальцев соотносятся с головой, то панариций того или иного пальца выражает способ решения соответствующей проблемы на *физическом* уровне. Если панариций гнойный, мы имеем дело с *невыносимой униженностью из-за неумения решить данную проблему по-человечески.*

Напомню о символическом значении пальцев:

- 1-й палец (большой) символизирует отца,
- 2-й палец — мать,
- 3-й палец — самого человека,

— 4-й палец — братьев и сестер,

— 5-й палец — чужих людей.

Проблемы пальцев рук выражают проблемы соответствующих людей, проблемы, связанные с отдаванием и приобретением в ходе работы и разных дел. Проблемы пальцев ног выражают *каждодневные* проблемы, связанные с движением и преуспеванием на поприще работы и дел вообще.

Пищеварительный тракт заболевает, когда работа делается ради работы. Руки заболевают, когда работу выполняют ради того, чтобы получать. Ноги заболевают, когда работу делают ради преуспевания в жизни.

Если уж на то пошло, ничего не следует делать ради чего-то или кого-то. Делать нужно на потребу чему-то или кому-то. Из-за потребности познания себя и других.

Все, что человек видит в других, является его собственной проблемой. Если из увиденного не делается вывода и проблема не освобождается, человека настигает соответствующее физическое страдание. Чтобы через него он уяснил свою проблему.

Есть еще одна работа, которая заводит в тупиковое состояние. Я имею в виду занятие сексом из чувства долга. В итоге происходит **закупорка яйцеводов у женщин и семяпроводов у мужчин**. Когда люди находят из этого безысходного состояния выход, то, невзирая на плотность спаек, яйцеводы и семяпроводы прочищаются словно сами собой.

Наивысшие душевные страдания люди причиняют друг другу в семье. Чем больше муж и жена находят друг в друге отрицательного, т. е. чем сильнее супруги желают переделать друг друга, тем больше страдают их дети. Нежелание подобные страдания выказывать затаивается **в толстой кишке как в символическом пристанище больших дел**.

Нет более идиотского желания, чем желание сделать из кого-то человека. Это не удавалось еще никому, хотя многие считают, что именно им удалось. Как только люди начинают различать окружающий мир, так сразу же принимаются его переделывать. Им бы понять, что в другом человеке мы видим самих себя. Подобным самообманом особенно грешит женский пол. И более всего матери, которые «делают» из своих мужей и детей людей. Поэтому женский пол и хватается с тяжким вздохом за верх живота. Вместо этого следовало бы высвободить свои цели, чтобы измениться самой и увидеть затем ближних в ином свете.

Кому кажется, что ему удалось кого-то переделать, у того вызревает **идея переделать весь мир**. Если с одним справился, то почему бы не справиться со всеми. Какая прекрасная мечта — сделать всех людей хорошими! По-настоящему хорошими. Ребенок, который искренне верит в то, что мать переделала отца в лучшую сторону либо наоборот, сам начинает, лелеять мечты о подобном героическом поступке. Чем сильнее *становится его желание переделать мир*, тем *серьезнее* становятся его проблемы вверху живота.

Кто желает незамедлительно *продемонстрировать* свои достижения, у того верх живота вспучивается. С присовокуплением других стрессов происходит *зримое* утолщение верха живота. Кому гордость *не позволяет продемонстрировать мелочи*, у того верх живота растет *внутри*, покуда не

достигается цель. Кто *точно* знает о себе, что является чьим-то спасителем, у того вверху живота обнаруживается заболевание, поддающееся *точному* медицинскому диагнозу.

Если человек склонен переделывать других исключительно в мыслях, он будет, скорее всего, бездействовать на физическом уровне, но заболевание верха живота бездействовать не станет. Человек, перевоспитывающий других, смелеет и крепнет оттого, что подавляет свои страхи. Обиженная печаль из-за того, что цель не достигнута и вряд ли когда будет достигнута, откладывается в малом сальнике, находящемся в верхней части брюшной полости, и тот начинает теснить другие органы вперед, назад или вбок — точно так же, как человек оттесняет мысленно других людей. Отстающих — вперед, выскочек — назад, безнадежных — в сторону. Взгляните на схему местоположения органов пищеварительного тракта. О символическом значении каждого из них речь пойдет позже.

Человек, который высказывает свою точку зрения, поскольку ***не боится быть самим собой***, непременно становится объектом перевоспитания. Чем сильнее становится его ***желание доказать, что он поступает правильно и потому не боится других людей***, тем больше он на самом деле боится, и верх живота делается больше. Чем больше он пытается достичь цели *исключительно* духовно, тем живот вырастает еще больше. С увеличением размеров живота у человека возрастает и число воинственных недругов.

Желая быть очень духовным, человек должен постоянно — на всякий случай — пребывать в состоянии самообороны. Это равносильно тому, как если бы человек постоянно — на всякий случай — был накачан воздухом. Вспомните случай с беременной женщиной. Она ополчилась против родителей во имя защиты сына, себя и всей семьи, однако атака, ставшая последним ударом, последовала совсем с иной стороны.

Страх перед людьми и страх за людей таят в себе ***злобу против людей и злобу из-за людей***. Очень нелегкое дело — постоянно защищать ***кого-то от кого-то и кого-то ради кого-то***. Оно требует подпитки сил. Такая подпитка сводится, увы, лишь к росту живота.

У человека, держащего по жизни круговую оборону по всем направлениям, живот походит на бочонок. Если к тому же человек находится в постоянной готовности броситься в атаку для самозащиты, его бочонок раздувается. Всякое слово, которое он произносит в защиту себя, подобно тому, как если бы из бочонка вынули затычку и частично выпустили пар. Если его слова не находят понимания — а так оно и бывает, — то каждый кусок пищи должен поддать пару, и каждый проглоченный кусок может вызвать у такого человека мучительное, давящее внутри ощущение, однако воздержаться от еды он не может ни под каким видом. Воздержание от еды было бы равносильно смерти.

Если в человеке сидит страх смерти, он должен много есть, чтобы быть сильнее смерти. Если Вы человек толстый и говорите, что страха смерти у Вас нет, это значит, что Вы запрещаете себе его *чувствовать*. Чтобы жить было не так страшно, человек может запретить себе чувствовать какой угодно стресс. Это не означает, что стресса нет. Нет его ощущения.

Независимо от веса Вы можете испытывать в середине туловища, на участке от диафрагмы до пояса, как спереди, так и сзади, ощущение внутреннего напряжения, тяжести, неподвижности. Возможно, даже ощущаете

окаменелость. Это означает, что Вы испытываете **желание растолковать все всем и сразу**. Такой максимализм бывает у того, кто желает стать *абсолютно идеальным* человеком.

Идеальный человек и вправду способен разъяснить любой вопрос любому человеку. Однако он не торопится это делать, ибо научен спрашивать у себя самого: «*Нужно ли это?*» Человек, *стремящийся* стать идеальным, может быть чрезвычайно умным, логичным, подкованным как в теории, так и в практике. Чем больше он знает, тем больше желает поделиться своими знаниями с другими. Если никто его не понимает, он впрягает в работу свой ум и продумывает свою информацию еще более досконально, чтобы аудитория с ходу все уяснила. Малейшее неприятие со стороны слушающих усиливает в нем стресс.

Люди, берущие на себя роль идеального учителя, желают одним махом всем все растолковать. Они готовы продумать за других все до самых мелочей, все им разжевать и, если было бы возможно, все за них сделать. Желание испытывать гордость за свое особенное умение вызывает ощущение окаменелости в указанном участке тела. Это ощущение нередко свойственно людям, страдающим болезнью Паркинсона. Чтобы предупредить болезнь Паркинсона, не говорите себе, что у Вас нет подобного ощущения.

Эта или иная схожая болезнь приходит к человеку своего рода спасителем. Она спасает его от превращения в животное состояние. Когда человек не способен что-либо объяснить другим по-человечески, нормальными словами, у него появляется желание объяснить руками. Духовная энергия концентрируется в материальную. Если в то же время у человека в голове засела мысль — будь что будет, главное, чтобы я не стал плохим, то главное-то и заболевает, а именно — голова. Проблема же остается и усугубляется.

Желание что-то втолковать другим всегда наталкивается на чужое непонимание. И желание моментально усиливается. **Человек, считающий себя достаточно умным**, использует силу убеждения, эмоции, а также физическую силу, чтобы растолковать свою цель другому человеку. Следствием являются несложные травмы либо заболевания верха живота и головы. Они бывают хроническими, если человек упорствует в своем желании, но обычно опасности для жизни они не представляют.

Человек, **считающий себя недостаточно умным**, прежде всего принимается уяснять все сам. Так он может стать непомерно умным. Однако желание растолковать на одном дыхании все и всем еще подробнее и доходчивее начинает его болезнями от макушки до пят, да так, что человек становится инвалидом. Происходит это потому, что человек лишен возможности раздавать свои знания все более щедрыми порциями. С увеличением его знаний уменьшается число тех умных людей, которые оказались бы способными воспринимать предлагаемую им информацию.

Высвобождение ума как стресса вызывает неприятие в том числе и у тех, кто прочитал мои предыдущие книги. Человек со стрессами ведет себя соответственно своим страхам, и происходит это машинально. Страх лишиться своего ума хуже смерти, ибо ум — это то, чем человек доказывает, что является человеком. Умный человек с превеликим удовольствием освободил бы свой ум, если бы ему преподнесли на блюдечке рассудительность. Поскольку рассудительность являет собой высвобожденный ум, то она не может явиться, прежде чем ум будет освобожден. Однако умный не смеет отдать свой ум, прежде чем получит рассудительность.

Наиболее совершенным методом воспитания принято считать **воспитание наглядным примером**. Человек, который подавляет свои потребности, желая сделаться примером, обрекает себя на самые серьезные заболевания верхней части брюшной полости. Когда он принуждает себя быть *постоянным* примером, т. е. постоянно стремится сделаться примером во всем, то у него *постоянные* проблемы в области верха живота. Будучи уже больным, человек считает себя вправе раздавать приказы и запреты на том основании, что до болезни он являлся примером. Если окружающие не подчиняются, недуги верха живота *моментально* усиливаются, и виноваты в этом другие.

Примерный человек считает себя вправе требовать, чтобы люди были такими же примерными, как он сам. Он не задается вопросом, а нужно ли это. Человек, воспитавший себя примерным, даже не подозревает того, что **истинно примерные люди не считают себя примером**. Они такие, какие есть в своем естестве. Любой человек мог бы быть подлинным примером для других, умея он быть самим собой.

Если у Вас имеются **духовные цели** и, с *Вашей точки зрения*, способность их реализовать, то другие духи, т. е. люди, их не принимают либо принимают не так, как Вам хотелось бы. **Духовные цели делают человека восторженным**. Восторженность есть приобщение к духовности. Иными словами, человеку перепадает частичка духовности. Речь идет в первую очередь о получении, а не об отдавании. Когда Вы, восторгаясь собой, навязываете свои идеи другим, иные заражаются и также приходят в восторг — подсознательно, т. е. от невежества. Иные же изображают восторг на лице, чтобы отвязаться от Вас с *Вашей прекрасной целью*. Они делают это сознательно, и Вы попадаетесь на крючок. Верх живота у Вас вновь распирает от гордости, хотя ничегошеньки не сделано.

Восторженность проявляется в рвении и азарте. С рвением и азартом можно многого достичь на физическом уровне, но на духовном — ничего. Восторженность является самообманом, что нелегко осознать как самому, так и другим. Восторженность делает человека обманщиком, аферистом, который из самозащиты клеймит аферистами других. Если Вы из числа восторженных людей, то попадете в лапы к аферисту, и обвинять его будет бессмысленно. В этом случае нужно будет усвоить преподнесенный жизненный урок. Нужно осознать, что **духовность возможно заземлить, если мы превращаем ее в средство достижения целей**.

Зная об этом, можно сказать себе, мол, я так не делаю. Как только Вы об этом подумаете, все будет наоборот. Отрицание всегда приводит к обратному. Человек, сознательно вставший на путь духовного самоусовершенствования, может хранить свои духовные цели настолько глубоко в душе, что даже не подозревает об их существовании. Когда его беспокоит верх живота, он не поймет почему. Ведь он следовал духовному учению. Держался осмотрительно и скромно. Никому не навязывал своих убеждений. Только вот живот ведет себя прямо противоположно его скромности — выпирает вперед. Что это означает?

Это означает, что если такой человек, *переделывая себя*, думает о том, что тем самым он способствует лучшей жизни своих детей, внуков и всех последующих поколений, то у него есть цель. Достигни он этой цели, его потомки лишились бы возможности что-либо делать, чтобы развиваться самим. Человек, живущий во имя духовной цели, не замечает того, что принуждает себя постоянно заниматься духовными делами.

Философствование, медитация, молитва, прощение — и все во имя цели — являются занятиями, которые в конечном итоге приводят к озлоблению. Это замечается не ранее, чем наступает предел.

Например, если у детей или внуков что-то чуть не заладилось, как у человека возникает отчаяние. Иной человек испытывает крайнюю степень разочарования, и тогда все былые идеалы с грохотом вышвыриваются на помойку. Я повидала немало таких людей, прежде боготворивших все духовное. Нынче они переполнены сильнейшей злобой к духовности и к тем, кто идет духовной дорогой, поскольку считают духовность средством одурачивания. Они делают все, чтобы духовность осмеять.

У человека, целеустремленно занимающегося исправлением своего умонастроения, обычно имеются и более дальние личные цели. Например, желая изменить себя, а через это облегчить жизнь детям, он в глубине души надеется, что *грядущие поколения не предадут забвению память о нем и будут, хотя бы из чувства благодарности, следовать его примеру. Ведь тогда они будут счастливы.* Цель превосходная, но она все та же цель.

Цель всегда рождает вынужденное положение, а вынужденное положение автоматически рождает протест. Так у бабушки либо дедушки, которые являются для всех эталоном уравновешенности, подрастают внуки, встречающие в штыки все на свете. Если дети еще способны благоразумно сдерживать свой протест, то внуки не преминут его выказать, ибо еще не умеют быть благоразумными.

Лелеемая в глубине души духовная цель сделать своих детей счастливыми окрыляет человека больше, чем сколь угодно великая цель материальная. Она велит человеку целиком жертвовать собой во имя духовности. Духовность превращается в проблему жизни или смерти, блокирующую надпочечники. Возникающие нарушения обмена веществ затрагивают все без исключения клетки тела. Высвободите свои духовные цели, и Вы осознаете, что уроки Вами усвоены. А также будете радоваться тому, что не обременили своими личными уроками последующие поколения, которые в них не нуждаются.

Если они станут Вас благодарить, пропустите это мимо своего сердца. Пусть они считают Вас благодетелем, раз им так хочется, Вы же не реагируйте на похвалу. Занимайтесь своими делами и будьте счастливы. Запомните нехитрый совет: **не стоит никогда думать, что Вам удалось кого бы то ни было перевоспитать**, тогда Вам не придется жаловаться на верх живота. И подрастающим поколениям не придется беспокоиться по поводу Вашего здоровья.

Если кто-то говорит, что сделал из Вас человека, не принимайте это всерьез. Пусть себе считает. Обратного доказать Вы не сможете. Освободите себя от него. Продолжайте заниматься своими делами и будьте счастливы. Вы не можете изменить образ его мыслей.

Если Вы стремитесь отдать другим все самое лучшее из своих духовных богатств, но ничего не навязываете, наоборот, держитесь максимально в стороне, поскольку знаете, что любое принуждение является ошибкой, которая вызывает в людях протест, то к Вам потянутся люди, более того, они будут силой ломиться в дверь, но все равно не примут то, что Вы им предлагаете. Почему? Потому что в Вас живет подсознательное желание сделать для них как можно больше хорошего, чтобы им стало хорошо. Тогда

ведь и Вам будет хорошо.

Не ведая об этом заблуждении, Вы уподобляетесь дойной корове, которая дает и дает молоко, покуда не становится яловой. Вы ощущаете в себе такой протест, что не желаете и близко подпускать страждущих. «Хочу» обратилось в «не хочу». Вы не хотите больше делать хорошего. Но и плохого тоже не хотелось бы делать. Такое чувство, что вообще ничего не хочется делать. От всего этого Вы приходите в отчаяние. Отпустите свое отчаяние и постарайтесь уяснить, что вовсе не надо делать *хорошего*.

Кто не делает хорошего, тот не делает и плохого. Вместо того чтобы взять и сделать дело, нужно этим делом заниматься. Если заниматься работой, она не останется несделанной. Разница в том, что Вы не заикливайтесь на результате работы и не приносите себя в жертву цели. Занимаясь работой, человек замечает свои эмоции и не винит работу. Он способен понять, что с ним самим что-то неладно. Так в работе учатся познавать самих себя. А если еще человек научится освобождать свои стрессы, то большего счастья и не надо.

Люди в развитых странах умеют создавать все более сложные машины, которые облегчают и ускоряют всевозможные виды работ. И даже интеллектуальную. Каким бы изощренным ни становился человеческий ум, *он никогда не будет способным изобрести машину, которая заменила бы работу человека над собой*. Чтобы оставаться нормальным человеком при всех имеющихся у него целях, нужно научиться работать над собой, тогда Вы прочувствуете собственные потребности, а также потребности других людей и не перегнете палку.

Неуклонная работа над собой позволяет оставаться человеком.

Целеустремленная работа над собой делает из человека личность в соответствии со стоящей перед ним целью. Хорошего человека. Толкового человека. Умного человека. Человека примерного, сильного, выносливого, работающего, ловкого, дружелюбного, щедрого, внимательного, вежливого, отзывчивого. *Но только не просто* человека. Кто своей цели не достигает, тот попадает в отчаяние и от цели отказывается.

Неуклонная деятельность вселяет энергию. Целеустремленная работа забирает энергию.

Насколько наши желания превосходят потребности, настолько нам требуется больше еды и питья. Так мы подпитываем наши стрессы, которые неизбежно сопутствуют желаниям. Чем больше стрессы подпитываются, тем больше они разрастаются, пока не одержат верх над телом. Вся эта битва происходит на поле брани, именуемом пищеварительным трактом. Любая болезнь тела означает скопление шлаков также на соответствующем участке пищеварительного тракта. Это означает, что если Вы порезали палец либо у Вас на носу вскочил прыщик, то следовало бы очистить пищеварительный тракт. В противном случае все выльется в видимое глазу ожирение либо в скрытую болезнь.

Питаться можно по-разному, но принцип остается тем же: все то, *чего жаждет душа человека, должно быть у него на обеденном столе*. Иначе он недоволен.

Кто довольствуется будничной, простой жизнью, тот довольствуется и будничной, простой едой. Пищеварительному тракту легче переваривать

простую пищу, и шлаков в теле не остается.

Кто желает, чтобы жизнь была интересной и разнообразной, тому угодно разнообразие в пище. Он далек от вопроса, нужно ли оно и зачем. Разнообразная пища является идеалом для современных людей, но только никто не знает, что означает это разнообразие на самом деле. Одна и та же разнообразная пища с легкостью проглатывается одним, у другого же она выходит тем же путем обратно. Организм не принял. Одному такая пища требовалась, другому не требовалась.

Кто желает быть особенным, тот и в пищу желает нечто особенное. Если при этом у него имеется конкретное представление о том, как ему сделаться особенным, то возникают и конкретные запросы к еде — например, отведать соловьиного язычка. Если цель составляет его потребность, он добывает и съедает свою особенную пищу, при виде которой у других, возможно, глаза на лоб полезут. Чем сильнее желание, тем больше аппетит. Лишние калории копятя в теле ненужным балластом.

Если человек не нуждается в том особенном, чего ему хочется, возникают частые приступы отчаяния, и пищеварительный тракт реагирует подобным же образом, пытаясь вывести ненужное из тела. Так обычно реагирует пищеварительный тракт у того, кто сам не знает, чего хочет, однако хочет и все тут. Хочет чего-то особенного, а чего именно, никак не разберется.

Кто желает, чтобы жизнь была сплошным праздником, у того стол всегда ломится от яств. Всем известно, как ведет себя живот на следующий день после праздника. Живот страдает. У ребенка, родители которого желают, чтобы каждый день был праздником, живот отказывает еще в детстве. Если вывода из этого не делается и если в ребенке укореняются аналогичные желания, он не может ничего есть. Муки из-за того, что нельзя, но хочется, превращают жизнь человека в сущий ад. Жизнь сводится к проблемам питания.

Занимаясь едой, но не занимаясь собой, человек меняется, сам того не сознавая, и верх живота не может не выражать своего протеста.

Пример из жизни.

У молодой женщины все в жизни идет наперекосяк. Она чувствует, что начинает сходить с ума. Размышляя о своих проблемах, она приходит к выводу, что причина заключается в отце. Проблемы собственные и отцовские кажутся ей принципиально одинаковыми, и она ощущает, что оказалась в заколдованном круге. *У отца зависимость от алкоголя. Удочери зависимость от еды.*

На вес женщины это пока ощутимо не повлияло, зато повлияло на кожу лица. Она выглядит гораздо старше своих лет. Это видно каждому, но никто не догадывается, каким мучениям она подвергает себя ради внешности. Она согласна, что ест не для того, чтобы питать тело, а для того, чтобы обрести душевный покой. *Согласна* и с тем, что душевный покой достигается работой, общением, реализацией целей, она же все это заменила едой.

Налицо настоящая зависимость. Зависимость прежде всего от внушенного ей абсолютно правильного образа мыслей, не позволяющего отступать ни на шаг от заученных истин. Если процесс работы либо реализация цели не дают душевного покоя, то по логике человек должен бы задуматься, в чем причина. Во мне или в самой идее? Ей хорошо только тогда, когда она ест.

После еды ей опять становится плохо. Стоит ей запретить себе есть, как начинаются такие мучения, что жить не хочется. Она понимает, что следовало бы заняться систематическим высвобождением стрессов, но при таких мучениях она на это не способна. Ей кажется, будто в ней сидит некое существо, которое управляет ее жизнью и вынуждает делать то, чего она сама не желает. Однажды ей даже прописали какое-то успокоительное средство, но, попринимав его несколько дней, она почувствовала, что ее словно раздирают на части две противоборствующие силы, и она выбросила лекарство из страха сойти с ума. Затем отправилась в магазин, купила гору продуктов, смела их в один присест и успокоилась.

Она понимает, что за безумным аппетитом скрываются страхи, непомерная требовательность, тоска, паника, отвращение ко всякого рода работе, необъяснимая антипатия ко всему, но заняться всем этим нет сил. Несколько месяцев тому назад она мобилизовала все свои силы и проголодала в течение 27 дней, однако ничего не изменилось. Вернее говоря, все стало еще хуже. Никто из близких ее проблему не понимает и понимать не желает.

Вторая проблема заключается в том, что женщина не может простить свою мать, которая является для нее источником постоянных стрессов. Мать неустанно твердит, что дочь ничего не добилась в жизни. Мать способна выдавать такое, что дочь покрывается холодным потом и чувствует, что силы покидают ее. Сил хватает лишь на то, чтобы подойти к холодильнику. Походы дочери к холодильнику воспринимаются матерью как издевка. У матери такое ощущение, будто дочь хочет нарочно растолстеть ей в пику. Допустить такого мать не может, поскольку детей после развода она растила одна и все надежды возлагала именно на дочь.

Желая вылепить из дочери нечто, но не имея представления о своей цели, мать своими упреками постоянно изводит душу ребенка. В своей сверхтребовательности мать не ведает милосердия, подчеркивая, что сама она в жизни преуспела, невзирая на трудности, и что дочь обязана достичь большего. Выбрав для дочери специальность, при которой необходимо обладать тонкой костью и гибкой фигурой, мать не учла того, что у отца ребенка кость широкая. Стерев мужа из памяти начисто, она требует, чтобы дети сделали то же самое. Это все равно что отсечь у ребенка одну его половину.

Энергетически это уже произошло, поскольку дочернее чувство долга перед матерью вынуждает ее потрафлять матери. Но выбросить из сердца отца она не в состоянии. Она любит этого пьяницу — своего отца. Жизненная сила дочери идет на убыль, потому что в ней происходит постоянная незримая борьба между хорошей матерью и плохим отцом. Будучи в депрессии, она ощущает это особенно остро, хотя и не понимает, в чем дело. Стоит кому-то заговорить о том, что хорошее всегда побеждает плохое, как дочь продирает озноб, и она опять набрасывается на еду. Непомерный страх, *что ей не выстоять*, он же страх смерти, уравнивается таким образом непомерным желанием жить, находящим свое выражение в непомерном аппетите. Это своего рода протест против матери, который та ощущает и недовольство которым выражает словами.

Вероятно, Вы поняли, что вторая из названных проблем по своей важности должна стоять на первом месте. *Желание матери сделать из своего ребенка человека, и человека незаурядного*, превратило дочь в беспомощную манипулируемую обжору. Дочь осознала, что выбрала не ту профессию, чем

доводит мать до отчаяния. Дочь желает выучиться специальности, которая по душе ей самой, однако финансировать учебу придется матери. Как мать, так и дочь желают добиться друг у друга понимания, однако себя не понимает ни та, ни другая. Для дочери единственной надеждой является новая цель в жизни, но она боится не успеть — растолстеет, как боров, и все ее планы пойдут насмарку.

Дочь знает, что сможет обрести себя, однако ей не удастся изменить мать. Ей известно, что все, и особенно мать, относятся к ней как к ленивой никчемной иждивенке, живущей на материнские деньги и объедающейся деликатесами. Когда поднимается эта тема, женщина бледнеет, и ее лицо покрывается бисеринками пота. Ее лицо выражает трагизм. *Трагизм из-за того, что не удается изменить мать.* В этом и заключается причина ее обжорства.

Данный пример я привела для иллюстрации проблем верха живота, но он также иллюстрирует проблемы средней части живота. В срединной части живота расположена тонкая кишка, которая соотносится с матерью и материнскими делами. Мать, которая *не принимает от ребенка того, что он может ей дать*, а требует того, что ей угодно, уподобляется тонкой кишке, которая *не усваивает* из предлагаемой ей ребенком *пищи* того, что в пище содержится. Она хочет чего-то большего и прекрасного.

Это означает, что мать перестает быть женщиной, чья земная жизнь призвана начинаться с мелочей, а тонкая кишка ребенка перестает быть тонкой кишкой, функция которой заключается в извлечении из пищи разных разностей, определяющих качество жизни. Мать желает иметь нечто большее и прекрасное, и ребенок, желающий быть матери по нраву, преподносит ей себя — большого и толстого. Видит ли мать в этом красоту, речь сейчас не о том.

Манипулирование сознанием может произвести прямо противоположный эффект, в зависимости от специфики знаний. Поскольку окружающий мир является к ребенку через мать, **материнские воззрения имеют определяющее значение.** В приведенном выше примере речь шла о женщине, по воле матери вынужденной быть тонкой, как травинка, чтобы пробиться в жизни. Манипулирование этим знанием вызвало у ребенка нездоровый аппетит. Другая же мать, для которой толстый ребенок — красивый ребенок, заставляет ребенка есть и доводит его до анорексии. Либо до душевного заболевания.

Особенно трудной является ситуация, когда ребенок растет без отца, который призвал бы мать к порядку.

Манипулирование человеческим сознанием, т. е. внушаемыми человеку знаниями, **являет собой духовную жестокость.** К ее орудиям относятся **запугивание, угрозы и задабривание.**

Запугивают для того, чтобы брать. Угрожают для того, чтобы брать.

Задабривают для того, чтобы брать.

Брать то, чего желают, будь то духовное, душевное или материальное. И ребенка, и взрослого можно запугать тем, что ему не достанется хорошее либо достанется плохое, если он не сделает так, как от него требуется. Можно запугивать и тем, что своим непослушанием он сделает плохо другим, например, своей сверхлюбящей матери. Встречаются матери, которые заявляют, мол, не станешь есть, тогда мама заболеет или умрет. Даже если

это произносится один-единственный раз, над ребенком совершается

духовное насилие.

Если ребенок со страху принимается глотать пищу, то этим приемом будут пользоваться и впредь. Если же мамашу одернуть, мол, что ты вытворяешь с ребенком, в ответ тут же слышится: *«Я ничего плохого ему не сделала»*. Ведь цель заключалась в том, чтобы любой ценой заставить ребенка есть. Слова же и мысли поступками считать не принято.

Нет числа тем устрашениям, которые способны выдумать родители с *шизофреническим* складом ума. Таковой свойствен людям, которые желают *только* хорошего. Если запугиваниями дух не сломить, прибегают к угрозам. Схема одна и та же: сделаешь плохо себе либо сделаешь плохо другим. Особенно эффективна угроза *рассказать или показать всем, какой ты плохой*. Когда к такому наказанию прибегают по пустяковому поводу, у человека с затравленной душой может возникнуть душевное расстройство, особенно у ребенка и подростка. А между тем виновный в болезни родитель расхаживает с ангельским видом, сетуя на свою беду. Он не понимает, что его поведение — это **психотерроризм**. Психотеррорист никогда не признает своих ошибок. Для своего поведения у него всегда находится убедительное обоснование и оправдание.

Чем больше человек, манипулирующий другими, добивается своего, тем больше он считает себя вправе требовать. Если, к примеру, врач не сумел в мгновение ока излечить его дорогое чадо, он пускает в ход устрашение, угрозы либо задабривание. Либо все вперемешку. Его благие желания столь логичны и, взятые по отдельности, столь естественны, что ему удастся одурачивать многих людей в течение длительного времени, пока те не распознают его сущность. У кого более слабая нервная система, тех он обычно вгоняет в духовную могилу. Как у манипулирующего, так и у манипулируемого пищеварительный тракт не в порядке, и исключений не бывает.

Чем больше родители запугивают своего ребенка, угрожают ему либо задабривают во имя благородной цели, тем серьезнее у ребенка проблемы с **аппетитом**, т. е. **со вкусом к жизни**. *Кто не желает жить, тот перестает есть. Кто, несмотря ни на что, очень сильно желает жить, тот становится обжорой*. И в том и в другом случае родители недовольны. **Ребенок, старающийся угодить родителям-манипуляторам, превращается в душевнобольного. Ребенок, протестующий против родительской воли, заболевает физически.**

Повезет ли ребенку заболеть физически, зависит от отца. Напомню, что отец является энергетическим духом, который напрямую созидает материальный уровень. Если отец поступает как ему вздумается — зарабатывает сколь угодно нелестную репутацию плохого мужа и отца, но при этом не подчиняется духовному прессингу со стороны жены, то душевное расстройство минует ребенка. Но если отец желает доказать, что он хороший отец, то он неизбежно начинает ребенком манипулировать. Иными словами, отец ломает дух ребенка, а значит, ломает себя в ребенке.

Если хорошие матери запугивают, угрожают и задабривают, то хорошие отцы задабривают, запугивают и угрожают. Очередность тактических приемов определяет последствие. Задабривание, которое не дает эффекта, доводит человека до отчаяния гораздо быстрее, чем запугивание или угрозы. Отчаяние, испытываемое хорошим отцом из-за ребенка, может

спровоцировать у ребенка душевное заболевание. Но если тот же отец обращается с ребенком сурово, ребенок не заболевает душевной болезнью.

Желание подчинить человека своей воле весьма изобретательно. Одним из наиболее надежных приемов, а потому особенно опасных, является *духовный прессинг с целью вызвать жалость*. Жалость приводит к бессилию. **Когда духовная сила, она же сила, помогающая оставаться человеком, перерождается в духовное бессилие, наступает духовный надлом.** Мало кто способен вновь выпрямиться в полный рост, не изменяя при этом окружающей среды. Среда, именуемая домом, сделалась в христианском мире фактором, сдерживающим развитие человека. Поэтому дети и стремятся вырваться из дома все в более раннем возрасте. Родителей это оскорбляет. Для хороших родителей это позор, и разговор на эту тему является для них табу. Но говорить об этом нужно, причем в полный голос.

Говорить нужно, однако нельзя. Потому что *люди боятся людей*. Ради домашнего покоя одного крикуна мы не сообщаем сотне или тысяче людей тех знаний, которые могут избавить их и их детей от страданий. По роду своей работы мне часто приходится говорить о нелицеприятном, что звучит как глас вопиющего в пустыне. Но стоит мне только попасть в *публичную немилость* из-за очередного манипулятора, как я благовоспитанно прикрываю рот и тут же ощущаю боль в душе и верхней части живота. Они оба говорят: **«Отпусти свои страхи и делай то, ради чего явилась на этот свет. Не заставляй себя заниматься тем, чего тебе не надо делать, не запрещай себе делать то, что делать надо. Никто другой за тебя этого не сделает»**. Так мой живот помогает мне вновь обрести себя. Иной раз поиски продолжаются долго, и в ходе их я натываюсь на доселе не выявленный стресс.

Расположенная в верхней части живота селезенка не является органом пищеварения. **Селезенка хранит и распределяет первичную жизненную энергию.** Когда человек живет по принципу **каждому по потребностям**, селезенка у него в порядке. Если ребенок зачинается с подлинной любовью, которую родители испытывают друг к другу, то результатом их деятельности является полноценная первичная жизненная энергия ребенка, а значит, и здоровая селезенка. Она подобна солнцу в животе человека.

Если родители судят каждый о себе либо друг о друге положительно или отрицательно, то и сексом они занимаются соответственно суждениям, отчего над селезенкой ребенка сгущаются тучи. Селезенка начинает вести себя с корыстным расчетом. Она становится потребителем, который надеется на то, что если удастся изменить ближнего, то она обретет душевный покой. Чем болезненней человек относится к этой проблеме, тем сильнее боль в селезенке.

Поскольку зачатие ребенка обычно дело весьма неопределенное, ибо большинство родителей не знает, когда именно произошло зачатие, то и боль в селезенке обычно весьма неопределенная и потому особенно неприятная. Но если родители помнят и в порыве досады, скажем, сожалеют о зачатии, то положение становится более конкретным, как и боль в селезенке. Если родители в порыве взаимной ненависти проклинают ребенка и момент его зачатия, то его селезенка как бы превращается в бесчувственную пустоту, выражая собой разрушенную жизненную силу. Она, правда, не болит, но боль была бы предпочтительней, чем то, что ощущает ребенок.

Мать, которая недовольна собой, недовольна также и мужем, и это

отражается в **средней части живота** ребенка. Отец, который недоволен собой, недоволен также и женой, и это тоже отражается на **средней части живота**. Разница состоит в том, что отцовское отношение начинается с позвоночника, на участке средней части живота, и распространяется на стенки живота либо под ложечку, соответственно местоположению толстой кишки.

Если Вы желаете решать свои духовные проблемы душевными средствами, это означает, что Вы желаете относиться к другому человеку со всей душой. Все как будто замечательно, однако результат оказывается прямо противоположным желаемому, ибо целью Вы ставите любовь. Тот, другой, возможно, и желает от Вас хорошего, ждет, мечтает, вымаливает, просит и т. п., но когда Вы преподносите ему свою **большую любовь**, ее не принимают. Либо принимают, но без удовольствия.

Из-за того, что не удалось переделать того человека своим хорошим, Вы испытываете печаль и жалость к себе, а от этого вверху живота скапливается жидкость. Чем сильнее Вы желаете открыто демонстрировать свое несчастье, тем больше люди замечают Ваш вздутый верх живота. Чем тяжелей у Вас на душе, тем сильнее утяжеляется и низ живота. Если же Вы желаете скрыть свое поражение, то жидкость скапливается в брюшной полости. А от желания отчасти выказать и частично скрыть несчастье жидкость скапливается как в верхней части живота, так и в органах брюшной полости.

Отчего так получается? Оттого, что большая любовь — это не любовь. Все, что является большим или малым, относится к обладанию. Любовь всегда принимается. Большая любовь, от бремени которой приходится страдать, отвергается.

Печалиться и плакать способно и животное, и человек. Скопление жидкости вызывается ощущением беспомощности из-за нереализованного желания изменить ближнего и жалостью к себе из-за того, что не добился своего. Желание изменить другого человека духовно либо душевно являет собой материалистическое отношение к жизни. Кто настолько материален, что желает переделать человека путем физического наказания либо путем порабощения, у того в верхней части живота вскоре возникают легко осязаемые последствия. Иными словами, возникают физические болезни.

Когда желают изменить человека мыслями,

вверху живота скапливаются газы.

ВОЗДУХ

То есть духовное обретение оборачивается

скоплением газов.

Когда желают изменить человека словами,

вверху живота скапливается жидкость.

ВОДА

То есть душевное обретение оборачивается

скоплением жидкости.

Когда желают изменить человека поступками,

вверху живота образуется лишняя ткань.

ЗЕМЛЯ

То есть земное обретение оборачивается

ростом земных субстанций.

БОЛЕЗНЬ

ОГОНЬ

Так и превращается человек в прах с ощущением, что жизнь прожита впустую. Изменяя других, на самом деле человек меняется сам. Самой тяжелой болезнью верха живота является рак, который указывает на то, сколь много человек страдает сам, пытаясь переделать других. Иными словами, сколь много бессмысленных мучений он уготовил самому себе. То есть насколько он отстал в своем человеческом развитии.

СРЕДНЯЯ ЧАСТЬ ЖИВОТА

Верхняя граница срединной части живота проходит по линии пояса. Нижней границей является нижняя складка живота. В этой области находятся лишь тонкая и толстая кишка, символизирующие мать и отца, работа и дела которых определяют состояние средней части живота у ребенка. Родители, которые спокойно занимаются своими делами и своими делами друг друга дополняют, способствуют здоровому состоянию тонкой и толстой кишки у ребенка. Если они хотят друг друга переделать, то есть если они недовольны друг другом как человеком, однако **уважают друг друга как работника**, то у ребенка могут возникать проблемы с верхом живота, но не с серединой.

Если верх живота соотносится с духовным развитием человека в его целостности, то середина живота выражает то, как человек развивается в роли мальчика или девочки, мужчины или женщины, отца или матери, дедушки или бабушки и т. п. Иными словами, **середина живота выражает деятельность человека в соответствии с его половой принадлежностью.**

Оба пола воспринимаются противоположным полом в единстве своих достоинств и недостатков. Как только эти достоинства и недостатки начинают разъединять в сознании, на них навешивают ярлык хороших либо плохих. В результате происходит насильственное превращение негативности в позитивность, при котором выпячивается положительное, а отрицательное отодвигается в тень. Не ведая о том, что **позитивная энергия является мужской энергией, а негативная — женской**, люди усиливают внешнюю мужественность и внутреннюю женственность. Поскольку форма определяется содержанием, женская энергия определяет, что станет с мужской энергией. Когда их сумма доходит до критической черты, то женская энергия разрушает мужскую, т. е. содержание разрушает форму.

Душа есть у человека и у животного. Человек, который воспринимает обе стороны жизни по отдельности, подобен животному, которым движет инстинкт выживания.

В отличие от животного, человек не только находится настороже, чтобы себя защитить, но и нападает. Нападает хотя бы на всякий случай, желая обезопасить свое будущее.

Это означает, что человек пребывает настороже не только для того, чтобы разгадать цели поведения ближнего, но и чтобы непременно ближнего переделать.

Свои мыслительные способности, т. е. способность заниматься собой, человек использует, чтобы переделать противоположный пол по своей мерке.

Если это происходит в его желаниях либо **в мыслях**, у человека в животе образуются *газы*.

Если он делает это **на словах**, в середине живота образуется **жидкость**.

Если он делает это **на практике**, в середине живота образуется **опухолевый процесс**.

Накапливание шлаков также является разрастанием. Не всякое разрастание вызывает опухоль, но всякое разрастание может обернуться жизнеопасной всеобщей мусорной свалкой. Как бы тщательно человек ни очищал себя физически как изнутри, так и снаружи, это все равно что чистить себя, проживая на разрастающейся мусорной свалке. Кто использует свои мыслительные способности для освобождения духовных, душевных и материальных проблем, у того проблемы пищеварительного тракта ограничиваются скоплением газов.

НИЗ ЖИВОТА

В нижней части живота находятся органы малого таза: сигмовидная кишка, прямая кишка, часть половых органов и мочевого пузыря. Это те органы, что расположены под нижней складкой живота.

Низ живота говорит нам о том, сколь необходима человеку его физическая жизнь и занятия собой на физическом уровне, т. е. в связи с любыми проявлениями материального мира.

Сигмовидная кишка повествует о том, что нужно быть честным по отношению к самому себе и признавать собственные ошибки, тогда *ни жизнь, ни смерть* не станут для человека проблемой. Человек, загнанный в тупик, начинает лгать и воровать. Если человек неспособен быть честным, он постепенно перестает быть человеком. Он становится телом, движимым жадной наживы. Ложь и воровство стали настолько привычными на сегодняшний день, что их возвели в почетный ранг. И никому невдомек, что чем больше человек лжет и ворует, тем больше у него сигмовидная кишка.

Прямая кишка говорит о том, что, если человек признается себе в своих ошибках, он уясняет как начало, так и финал. *Ничто в человеке не задерживается. Все выходит наружу. Иными словами, все удаётся.*

Половые органы говорят о том, что, если человек занимается собой, он является человеком и способен на земном уровне сотворить *божественно совершенное создание* по своему образу и подобию — ребенка. Здоровый ребенок является венцом творческих способностей человека.

Мочевой пузырь говорит о том, что если человек достойным образом реализует на практике свои духовные способности, то очистительные процессы у него проходят полноценно. В этом случае мочевой пузырь служит лишь органом, вырабатывающим жидкость, необходимую для очищения тела.

Чем человек материальнее, тем серьезнее у него проблемы с низом живота. Проблемы жизни и смерти, а также зачатия, рождения и воспитания последующих поколений. У кого проблемы с низом живота, тот непременно очень несчастный человек.

Когда в животе возникает острая болезнь, человек не может принимать пищу. Любая пища обостряет боль и страдания, даже если болезнь не затрагивает пищеварительного тракта. Поэтому при малейшем недомогании лучше всего

соблюдать пост. **Но не голодать.** Если сказать себе: «*Сейчас я буду поститься*», — то ограничение в еде переносится легче. Если же сказать себе: «*Сейчас я буду голодать*», — то вряд ли что-нибудь получится. Почему? Потому что человек, желающий заняться тяжелой работой, должен хорошо питаться, чтобы иметь много сил. **Голодание** ослабляет человека. Кто желает быть сильным при любых условиях и не желает лишиться сил, для того даже одно-единственное запаздывание с приемом пищи равнозначно голоданию. Принуждая себя голодать, человек совершает над собой насилие.

Пост предполагает прежде всего возвышенные мысли, чему еда не способствует. Святые способны поститься месяцами, ибо размышления о такой святыне, как жизнь, возвышает человека. Человек может о том не ведать, но энергия слова, тем не менее, оказывает на него воздействие. Обучаясь посту, человек обучается тому, как возвыситься духовно. Как невозможно поститься за другого, так невозможно и возвыситься за другого. Физическую работу можно за другого выполнить, а духовную — нельзя. А кто пытается это делать, тот обрекает себя на страдания. Если же вдобавок винить себя за нереализованные желания, страдания усугубляются.

*Голодая, человек запрещает себе самое необходимое для жизни. Постясь, человек дарит себе самое необходимое для жизни. **Голодание унижает личность, пост возвышает личность.***

Пример из жизни.

К гомеопатам обратилась женщина лет тридцати пяти, у которой не было сил заниматься своей повседневной работой. Те, в свою очередь, обратились за помощью ко мне. Гомеопаты задают пациентам простые вопросы о будничной жизни, семейных отношениях, родителях, детях, работе, интересах, лексике, пристрастиях и антипатиях, даже о сне и сновидениях, ибо эта информация имеет неопределимое значение для решения проблем больного.

Отвечая на вопросы, пациентка чересчур старательно кивала головой, напоминая девочку-первоклашку, которая *должна* произвести о себе как можно более хорошее впечатление. Вытаращив глаза и сжав кулаки, она выдавала врачу знания, приобретенные в вузе. Врач несколько раз прерывал ее как можно мягче: «*Да нет же, расскажите о том, что Вы чувствуете*». Врач старался не расстраивать пациентку.

Диалог не клеился. Врач был обескуражен, и я поспешила ему на помощь. Я сказала пациентке: «*Вы умная и образованная женщина, но в данный момент от Вашего ума толку нет. Не бойтесь говорить о своих чувствах. Мы не станем из-за них думать о Вас хуже*». Женщина громко сглотнула, глаза ее выпучились от ужаса. Ее лицо выражало величайший страх. Ошибиться было невозможно. То был *безумно большой страх оказаться плохой*. Для *избавления от подобного страха подыскивают для себя занятие*. Я спросила, какого рода у нее работа и чем занимается в свободное время. Оказалось, что и работа, и интересы связаны у нее с аэробикой. Человек целый день нещадно истязает себя физически, чтобы подавить разрастающиеся страхи.

Аэробика — предмет ее гордости. Будучи сверхдобросовестным тренером, женщина довела себя до полного изнеможения. Некогда красивые глаза ныне были выпучены, как это бывает при тиреотоксикозе. Увеличение щитовидной железы в ее случае было заметно пока лишь специалисту, но не стороннему глазу. На хилом, худом теле бросались в глаза неестественно широкие суставы, однако заболевание суставов она отвергла с порога. Натянутая

пергаментная кожа пестрела пятнами. Весь ее облик говорил о хроническом недоедании. Проблема заключалась не только в питании, но и в страхе перед жизнью, который мешал принимать от жизни все, что жизнь ей предлагала.

Человек, который обожествляет чувство долга, способен, культивируя его, лишиться восприимчивости ко всем иным чувствам. Если спросить у него, что он чувствует, ему нечего ответить. Но зато он знает, что все, что плохо, нужно исправить. Когда я упомянула ее непомерное чувство долга, лицо женщины просияло. Когда же я сказала, что чрезмерное чувство долга следует освободить, женщина поникла, словно завядший цветок.

Меня она уважала, поскольку я врач, а добросовестный человек слушается врача. Но она не поняла, почему *должна* освободить чувство долга. Когда я спросила, понимает ли она, женщина энергично закивала и словно вновь пробудилась, ибо ей вменили в *обязанность* понимать. Я почувствовала, что бесполезно применять к этой женщине гомеопатию и лечение мыслями, о чем и сказала гомеопату.

Гомеопат был знаком с историей этой женщины. Она перестала обращаться к академической медицине, с тех пор как от рака яичника умерла ее мать. Причиной смерти матери она считает операцию, которую не следовало допускать. Чувство ответственности велит ей лечить себя иначе. Я стала смотреть женщину и увидела энергетически потенциальный рак. Поскольку энергетическую информацию о раке можно прочесть у всех нынешних сверхинтеллигентных людей, я промолчала.

Честную и откровенную беседу об одном виде опасной энергии нельзя вести, не усиливая ее, прежде чем не начать высвобождать другие виды энергии. В противном случае из всей беседы человек почерпнет только одно — у него рак. Ситуация с этой женщиной представлялась мне совершенно безнадежной, во всяком случае отмычек к ней на первых порах я не находила.

Поскольку безвыходных положений не бывает, я для начала научила женщину высвобождать те конкретные страхи, которые она была в состоянии распознать. Чем страхи меньше, тем легче человеку разобраться в себе и самостоятельно высвободить выявленные стрессы. Мои книги были ею прочитаны, а значит, предварительные знания у нее имелись. Так что при необходимости она сумела бы применить эти знания на практике. Гомеопатическое лечение также сыграло бы свою роль в ее выздоровлении.

Спустя несколько месяцев позвонил муж этой женщины и сообщил, что в их семье большое несчастье. У жены обнаружили рак яичника. Стала я смотреть произошедшее и увидела, что скопившуюся внутри яичника негативность как бы спрессовывают со всех сторон. Плотность энергии в яичнике перешагнула критическую черту, и образовался рак.

Я спросила у мужа, какие события предшествовали этому. Такие вещи не возникают на пустом месте, они возникают, когда человек мобилизует себя во имя некоей цели. Муж ответил: *«Да, она наконец взяла себя в руки и начала лечиться голоданием. Она не пожелала быть такой же безвольной, как мать, которую она сильно оплакивает. После этого внизу живота начались боли, и она пошла к гинекологу. Сонограф выявил опухоль. Взятый анализ подтвердил, что это рак».*

Когда человек с развитым чувством ответственности принимает некое твердое

решение, все его чувства мгновенно успокаиваются. Восхищаясь кем-то, кто сидит на голодной диете, такой человек обязывает себя следовать его примеру. Если бы кто-нибудь из авторитетных людей посоветовал ему не делать этого, он послушался бы, но поскольку в жизни не встречаются на каждом шагу авторитеты, раздающие приказы и запреты направо и налево, то все идет своим чередом. В данном случае заболевание переросло в рак оттого, что женщина кичилась своим чувством ответственности. Женщина ухватилась за книгу о пользе голодания, сулившую скорое чудесное исцеление, и начисто позабыла советы двух альтернативных врачей.

Муж пережил страшное потрясение. Кто подскажет, что делать? Как уговорить жену лечь на операцию, если операция по поводу удаления раковой опухоли для нее равнозначна смерти? Можно ей солгать перед операцией, будто речь идет всего-навсего о кисте. Однако когда начнется химиотерапия, ложь выплывет наружу. Кто будет во всем виноват? Муж. Женщина еще сильнее опечалится из-за незадавшейся с этим мужчиной половой жизни, то есть ее бессильная злоба усилится, что, в свою очередь, усилит энергетику болезни.

Если женщине сообщить о том, что у нее рак, она не позволит себя оперировать. Ей не объяснить, что опухоль возникла совсем недавно и пока еще возможно полностью ее удалить. Лечение же мыслями выше ее разума, и нет никого, кто движением руки снял бы ее болезнь. Что делать? В такой ситуации нужно говорить правду. На человека, не способного соображать, испуг может повлиять положительно. А если не повлияет, то и хуже уже не будет.

Если болезнь принимает столь острую форму, что прорывается в брюшную полость, происходит **раздражение брюшины**, что говорит о том, что жизни человека угрожает серьезная опасность. Тогда *нельзя ничего принимать внутрь через рот, даже воду*. Это означает, что *для человека настал крайний срок заняться собой*. Тело отказывается принимать какую бы то ни было энергию извне, *покуда не переварятся имеющиеся стрессы*. Покуда человек не поймет, что он делает не так.

Большинство людей абсолютно не в состоянии приступить к мыслительной работе, когда все нутро горит, а сам человек находится на грани изнеможения. В старину люди в таком состоянии умирали. Нынче благодаря все более эффективной помощи со стороны медицины физическое тело выручается из беды, чтобы духовное тело могло исправить свои ошибки. Человеку дается время, которое раньше, до болезни, он не сумел сам выкроить у жизни. Если бы человек, идя на поправку, стал размышлять о себе и о жизни, признал ошибочность своего образа мыслей, приведшую к хворям физическим, то выздоровление было бы полным. Обычно этого не происходит. Поэтому живот дает человеку знать о себе до конца его дней.

Мало таких людей, у кого живот не увеличивался бы к старости. **Чем живот больше, тем больше в нем скопилось непроработанных мыслей, связанных с совершением работы.** У отдельно взятого человека его собственной работы не так уж и много. Чрезмерно большой живот указывает на то, что человек взвалил на себя непомерное бремя чужих работ и не в силах их выполнить. Попросту говоря, он *не в силах прожить жизнь за других*.

Чем больше он терзает себя за это в душе, тем больше мучается из-за своего большого живота. Чем больше его неудовлетворенность тем, что ничего не

сделано — другие сидят сложа руки, а сам он делать не в состоянии, — тем сильнее у него болит живот. Проглоченный кусок пиши вызывает острейшую боль. Это означает, что человек находится на грани отчаяния. До этого состояния его довели несделанные дела.

От неосуществленного *желания* сделать работу за других *духовно, в мыслях*, у человека *увеличивается верх живота*. Это то же самое, что постоянно думать о чужих делах, но так ничего и не придумать. Бесполезные мысли и тревожная боль в душе. Нереализованное *желание сделать работу за других душевно* проявляется в *увеличении середины живота*. Нереализованное *желание сделать работу за других физически* почти не заметно глазу. Оно проявляется в виде давящего ощущения в малом тазу, из-за чего человека моментально покидает желание что-либо еще для кого-то делать. И без того у самого все плохо.

Человек, который сетует на *несделанную работу и плохих людей*, сетует также на равновеликие проблемы своего большого живота. На самом деле он сетует потому, что не сумел *изменить* ни жизнь, ни людей в той степени, в какой хотелось. Иначе говоря, он сетует потому, что не реализовал свою силу воли, т. е. злобу. А о том, что этого и не нужно делать, он и не догадывается.

Сам по себе большой живот еще не означает серьезной физической болезни. Врачи полагают, что такие пациенты жалуются куда больше, чем дело того стоит. Напротив, люди с маленьким животом могут прожить до гробовой доски с раком пищеварительного тракта и ни на что не жаловаться. Почему?

Живот становится большим оттого, что человек кичится своим трудолюбием. Человеку непременно нужно выпячивать свое положительное качество, чтобы все его хвалили, иначе душа его не будет знать покоя ни днем ни ночью. Обратной стороной кичливости является чувство стыда. **Живот делается маленьким, когда человеку стыдно признаться в том, что им так мало сделано.**

Чем чувство стыда сильнее, тем меньше живот. Если человек, еще недавно кичившийся своим трудолюбием, внезапно осознает, как мало им на самом деле сделано, то у него может за несколько месяцев опасть живот, и в ходе медицинского обследования может выявиться, что виной тому неизлечимая болезнь. В действительности же болезнь — это лишь последствие.

Чем сильнее страхи, он же комплекс неполноценности, тем больше человек выкладывается в работе. **Духовный недостаток он пытается компенсировать физической сверхактивностью**, что само по себе невозможно. По своей сути комплекс неполноценности есть чрезмерность — человек перебарщивает со страхами и оценочными суждениями, а духовное и физическое перебарщивание в их совокупности непременно оборачиваются страданиями. У человека, по-настоящему недоразвитого духовно, не бывает причин жаловаться на пищеварительный тракт, ибо его физическая деятельность находится в соответствии с уровнем духовного развития.

Человек, высокоразвитый духовно, имеет здоровый пищеварительный тракт, если он удовлетворяет свои физические потребности духовной работой, соответствующей уровню своего развития. Поскольку умные люди, причисляющие себя к высокоразвитым духовно, считают себя вправе требовать больше, чем необходимо, то и живот у них большой либо нездоровый. Либо большой и больной, либо маленький и больной.

Всякой работе есть предел времени и выносливости. Человек с большим животом, возможно, и знает, что на большее сил не хватает, однако желание возникает, и тем самым он притягивает к себе тех, кто хочет его использовать. Если к тому же в человеке укоренилось **знание, что страждущим отказывать нельзя**, на чем настаивают многие духовные учения, то он притягивает к себе страждущих, считающих себя вправе требовать, чтобы ими занимались. Протест против такой жизни возникает рано или поздно у каждого.

«Какое мне дело до твоих проблем! Мне все равно, делай, что хочешь! Пошел к черту! Чтоб ты сдох!» — кричит душа у человека, занявшего позицию самозащиты. Если желание все это выкричать отступает перед желанием быть хорошим человеком, живот начинает вспучиваться еще больше. Причина в том, что человек поборол желание, однако стрессов не высвободил. В результате возникает *ощущение голода и желание есть даже при набитом до отказа желудке*.

Если человек с маленьким животом, стесняющийся хвалиться своим трудолюбием, попадает в аналогичную ситуацию и реагирует аналогичным образом, то живот у него как бы стягивается изнутри, и он испытывает *ощущение сытости, даже если не ел несколько дней*. Кусок в горло не лезет.

Высвобождая стрессы, каждый человек осознает, сколько всего нужно сделать, чтобы наладить свою материальную жизнь. Например, научиться отказывать людям, научиться высказывать собственную точку зрения. Это не одно и то же. Если врач высказывает больному свою точку зрения, а именно, что больному следует заняться собой, он не отказывает больному, и его пищеварительному тракту не наносится вред.

Мне не раз приходилось отказывать больным в силу объективных причин, чем я наносила себе вред, поэтому мне и хотелось бы обратить на это внимание врачей и народных целителей. Мы не можем прожить жизнь за других. Не можем, не должны. Нельзя.

Размышляя о жизни, любой человек может самостоятельно прийти к такому заключению, однако мало у кого находится для этого время. Все заняты делами. **Осознав** это, я стала выкраивать время для себя, **чувствуя** свою вину перед пациентами, за счет которых это время выкраивалось. **Сознавая**, что всякий пациент может в достаточной мере помочь себе сведениями, почерпнутыми из моих книг, если только удосужится поработать над собой, я культивировала в себе **чувство вины**.

Знание и чувства у большинства людей вступают в противоречие между собой. Как Вы считаете, что одерживает верх? **Чем человек умнее, тем чаще верх одерживают знания**. Почему? Потому что знания — это страхи, подавляемые до состояния бесчувственности, до плотности твердой субстанции, тогда как чувства — это страхи, чувство вины или злоба, хоть чуть-чуть, но имеющие свойства текучей жидкости.

Ко мне повалили страждущие. Все чаще приходилось отвечать людям отказом, пока я не стала опускать очи долу, чтобы отвадить тех, кому взгляд моих глаз внушал смелость требовать свое, законное. **Манипулирование знанием, что нельзя отказывать**, вынуждает человека действовать соответствующим образом.

Мое манипулирование знанием, что **я** не вправе отказывать, спровоцировало

других к манипулированию знанием, что **она** не вправе отказывать. Я сообразила, что **стыд велит опускать очи долу**. О чувстве стыда поговорим подробнее в соответствующей главе и еще в ряде мест.

Если Вы находите, что испытываете те же стрессы, но живот у Вас маленький, то Вы подавляете в себе стрессы гораздо сильнее, чем я. Если Вы знаете либо чувствуете, что пищеварительный тракт у Вас в порядке, значит, Вы *очень успешно* их подавляете. Вы приговорили их к пожизненному тюремному заключению без права обжалования приговора, и поэтому они навсегда вычеркнуты из памяти. Ведь от безысходности человек опускает руки. Они же руки не опускают. Их единственная мысль — найти у Вас уязвимое место и его протаранить. Человек как пленник может и не обнаружить у себя такого места, но стресс как пленник обнаруживает. Его не страшит неудача. Поэтому, пока не поздно, освободите свои стрессы.

Человек, который **отводит для себя время**, чтобы поразмыслить над жизнью, и человек, который **улучает время** для той же цели, возможно, приходят к одному выводу. Разница заключается лишь в том, что первый здоров, а второй болеет. Лично я, человек хороший, растолстела. Разобравшись в подоплеке дела и *не желая больше быть хорошей*, я *растолстела вдруг еще больше*. Почему? Потому что *не предоставила себе времени* побыть наедине с собой, поскольку хотела помогать другим. Ведь я же *знала* как надо. *Знала*, но не задавалась вопросом: *а нужно ли им это? Так ли уж нужно? Вот так, прямо сразу?* Я *знала*, что нужно, и все тут.

Чем больше нарабатывались навыки, тем яснее я видела, как люди страдают, и была готова помогать. Я стала дающим, но зачастую люди не только не умели, но и не желали принимать то, что я им предлагала. Они хотели, чтобы я сняла болезнь. Число желающих все возрастало. Ох и трудно же *находить время для себя*, когда страждущие требуют, чтобы ты *уделяла время им*. В такой ситуации неизбежно возникает внутренний протест, направленный против себя как дающего и других как берущих. Речь идет о **протесте против отдавания и получения**, который в состоянии начисто блокирует у человека способность мыслить.

Не познав себя, мы, тем не менее, способны видеть чужие проблемы. Размышляя о них, мы учимся разбираться в себе. В этом отношении я не являюсь исключением.

Пример из жизни.

Мужчина с больным пищеварительным трактом пожаловался на то, что жена старается впихивать в него разные яства, но иное блюдо настолько становится поперек горла, что просто беда. *Жена обижается на мужа* из-за того, что он отказывается от полезной для организма пищи, а *он обижается на жену* за то, что она заставляет его есть, словно ребенка. Вижу, что мужчине все опротивело. Для него все стало работой, даже еда, которую он поглощает, делая усилие над собой, чтобы не ослабеть. Проблема напомнила мне курицу, которая усердно клюет, но в зернышки не попадает, потому что не желает их. Лишь притворяется, будто желает.

Я сказала, что своим **желанием делать все для всех** он настолько разбрасывается, что не может уже найти собственных зернышек, а чужих зернышек искать больше не желает. Он ухватился за мои слова и прибавил: *«Да, кстати, эти проросшие зерна я просто на дух не переношу, как бы их ни расхваливали»*. Я была готова ему поддакнуть. Мне тоже не нравятся всякие

семечки и проросшие семена.

Я стала смотреть, что означает семечко, семя. **Семя — это идея, которая начинает прорасти.** В итоге вызревает зерно. Когда у человека достаточно много собственных идей, ждущих реализации, чужих идей он не желает воспринимать. Это нежелание выражается в нежелании есть семена, то есть зерна.

Предварительное проращивание семян необходимо для того, чтобы растение поскорее плодоносило. Неприязнь к проросшим семенам при всем их богатстве витаминами и минеральными веществами происходит от нежелания заниматься реализацией чужих идей и брать на себя ответственность за конечный результат.

Смысл поедания проросших семян заключается в том, чтобы *по возможности быстрее завладеть всем ценным, содержащимся в прорастающей идее.* В данном же мужчине живет желание превратить вызревающую идею в плодоносящую *постепенно.* Отсюда вывод: освободите свои идеи. Если Вы в них увязли, то работай Вы даже, как автомат, все равно ничего не добьетесь.

Я спросила, какую еду он любит. *«Не могу жить без ржаного хлеба»*, последовал быстрый конкретный ответ. Это означает, что человек не может жить без истинной глубокой житейской мудрости, испеченной из зерен. То есть, человек твердо знает, что не может жить без суровой правды, которая выстоит при любых испытаниях. *Зерна* представляют собой один вид единой энергии, а выпеченный из зерен *хлеб* — уже совсем иной.

Как видите, этот мужчина знал о себе все, но не знал, что это означает, и потому позволял другим проделывать с собой все, что им заблагорассудится. Кто пострадал? Сам же и пострадал.

Еще мужчина любил недозрелые фрукты, но жена в погоне за качеством всегда покупала спелые, и мужчина не решался высказать свое пожелание. Это значит, что этот мужчина желает переработать в своей голове все незрелые идеи в зрелые. Ему не нравится быть лишь потребителем. Жена — полная противоположность ему. Она верит рекламе и к хорошему относится хорошо, а к плохому — плохо. Заумные знания она почитает за великую истину, слепо в них веря и не подвергая сомнению.

По логике вещей, пищеварительному тракту женщины полагалось быть в порядке. *«Какое там в порядке!»* — отмахнулся мужчина. — *«Ей нельзя ничего сырого. Хоть и готовит постоянно эти салаты из сырых овощей, но у самой постоянно газы»*. Это значит, что женщине подавай готовые житейские истины, однако она принуждает себя питаться энергией незрелых житейских истин, против: чего протестует. *«Как же вы едите, раз у вас обоих все наоборот?»* — поинтересовалась я. *«А мы и не едим. Только ругаемся за столом»*. Ответ расставил точки над «i». Помимо всего прочего, они принимают внутрь также энергию ссоры. Пищеварительный тракт у них, видимо, сделан из очень прочного материала.

Что это значит, если человек **не может есть сырого?** Ведь для здоровья натуральные овощи и фрукты полезны. Есть люди, которые прежде очень любили все сырое и продолжают любить и поныне, но есть уже не могут, так как от сырого возникают нелады с пищеварительным трактом.

К примеру, человек очень любил яблоки. Если же он съест яблоко сейчас, то оно встанет комом в желудке, и начнется долгий процесс брожения, словно в

газовом агрегате. Живот пучит так, что того и гляди лопнет от газов. О том, чтобы появиться в обществе, не приходится и мечтать. **Яблоко являет собой энергию изобилия.** Это значит, что человек почитал изобилие и не отказался бы от него и сейчас, но незрелого изобилия он больше не желает. Ему подавай спелое изобилие.

Глупость — это незрелый ум. Если Вам **надоела глупость**, значит, Вам надоела в первую очередь Ваша собственная глупость, однако Вы этого не осознаете, поскольку считаете себя умным. Чем больше Вас эта проблема беспокоит, тем больше Вас беспокоит верх живота. Мечтая о том, чтобы люди со временем сделались более разумными, то есть мечтая о **духовном изобилии как о цели**, Вы ощущаете, что верх живота все растет и растет, и это не дает Вам покоя.

Несбыточные мечты не дают покоя никому. Эту ситуацию можете распознать по тому, что Вас все больше тянет на яблоки повкуснее, но Вы не можете их есть. Пищеварительный тракт протестует против них, как и Вы сами протестуете против глупости, которую именуете знаниями. Когда Вы освободите свой ум, то осознаете свою глупость, но тогда она уже не будет глупостью, а будет указывать направление, в котором следует развиваться.

Есть люди, которые не выносят какой-то один сырой продукт. Есть такие, у которых список таких продуктов постоянно растет. Раньше терпеть не могли одного, вскоре уже другого, а там и третьего, и четвертого. В конце концов человеку претит абсолютно любая сырая пища. Даже рекомендуемые для лечения пищеварительного тракта капуста, огурцы, морковь, бананы, арбузы и дыни надолго застревают в желудке, доставляя страдания. Кусок сырой пищи вызывает ощущение тяжести, боль в животе, газы, понос.

Что это значит? То, что **тяга к сырому есть желание из ничего сделать что-то.** Есть люди, обладающие удивительной изобретательностью и умелыми руками. Они с большим удовольствием создают поделки из природного материала, шьют из старой одежды новую и модную, строят интересное в своей необычности жилище из материала, подобранного на месте снесенных зданий, и это занятие им не надоедает. Оно является **творчеством, питающим душу.** Его называют хобби, или увлечением. Этому увлечению, при котором из сырого материала создается истинная ценность, отдают до конца своих дней дань как простой работяга, так и человек, самостоятельно **поднявшийся** до уровня специалиста высочайшего класса.

Удовольствие превращается в муку, когда человек **вынужден** зарабатывать себе на жизнь своим хобби, потрафлять чужим желаниям, учить и наставлять других, в то время как сам перестает совершенствоваться, ибо для этого нет времени. Желание оборачивается **нежеланием заниматься простыми, ребяческими, примитивными, сырыми работами и проблемами, а также нежеланием тратить свое драгоценное время на ерунду.**

Детство и юность относятся по своей энергетике к вещам **сырым**, то есть этой поре свойственна **незрелость, простота, естественность, искренность, чистота.** Одним словом, **человечность.** Нереализованные душевные потребности детской и юношеской поры формируются в хобби. Кто вспоминает детство с любовью, тот с любовью занимается и хобби, а также любит простоту, искренность и, естественно, сырую пищу. Любит и приемлет, ибо это его потребность. Он не станет объедаться яблоками только потому, что они ему страшно нравятся. Не станет и в том случае, если ему скажут,

что яблоки кончаются. Его пищеварительный тракт принимает сырую пищу и нормально ее переваривает как естественную.

Сырая пища не насыщает тех, кто желает быть сильным в жизненной схватке. От детства с его нескончаемыми проблемами люди *спасаются бегством* во взрослость, тем самым лишая себя детства. К этой категории относятся дети, быстро созревающие физически, и они *страшно* любят сладкие овощи и фрукты. Ребенок, испытывающий старческую усталость от детства с его вечными проблемами, сам спастись бегством не может. Принимая усталость за лень, люди начинают его подгонять, чтобы он поскорее поумнел и повзрослел. Такой ребенок *страшно* любит сладкие фрукты. **К овощам он может относиться с полным отвращением.**

Тоска по несостоявшемуся детству способна **вызывать нездоровую тягу к фруктам.** В определенный момент человек достигает того возраста, когда реализация милых сердцу детских грез была бы ребячеством. Запрет оборачивается вызывающим отрицанием: «*Совсем и не хочется!*» На деле же еще как хочется. Вот и возникло отвращение к фруктам. **Всякий запрет раздражает поим желудочную железу.** Подобно тому, как раздраженный человек поступает прямо противоположно потребности, так же ведет себя и поджелудочная железа. Перестает переваривать пищу, как положено, и выбрасывает непереваренные фрукты в виде поноса с болевыми ощущениями. Вроде того, что получай, чего хотел!

Чем человек делается старше, тем меньше запретов слышит от окружающих, но зато больше запрещает себе сам. Владея информацией обо всем, что хорошо и что плохо, он запрещает себе тем больше, чем сам становится умнее. Если в чужих запретах есть хоть какая-то логика, то собственные нередко граничат с, абсурдом.

Запрет самому себе во имя **достижения некоей цели — самый идиотский вид запрета,** ибо этого запрета все равно не придерживаются. А если придерживаются, то из-за непомерной зацикленности на цели, что равнозначно тому, как если бы зациклиться на поджелудочной железе, из-за чего она не сможет нормально работать. Особенно тяжкий вред наносится поджелудочной железе, когда человек запрещает себе нечто хорошее, в чем он *сильно нуждается.* Порой человек *сильно нуждается* в малом зле, чтобы, усвоив его, научиться избегать большое. Кто воспитывает себя в духе чрезмерной порядочности, тот не позволяет себе ни малейшего прегрешения. А уж детям тем более.

Вред поджелудочной железе причиняется не только запретами, касающимися пищи. Ей вредит **запрещение как таковое.** Ведь желания проистекают из; потребностей. Потребности превращаются в желания от страха. **Кто живет, сообразуясь с потребностями, тот довольствуется малым. У кого потребность превращается в желание, тому подавай все больше и больше.** Страдая от этого сам, человек начинает себя ограничивать. В результате страдания усугубляются. Научитесь высвободить желания, а вместо запретов спрашивать себя: «*Нужно ли мне это?*» И Вы почувствуете, что нужно и что не нужно. В жизни нужно все, чего желает душа, но только в меру.

Запрет выражается словами: «Не смей. Нельзя. Не делай». А также множеством других вариантов, в которых фигурирует частица «не». Чем реже эти фразы повторять, тем лучше. Если до ребенка запрет с первого раза не доходит, то на второй раз его нужно преподать в решительном духе так,

чтобы ребенок понял, что с ним не шутят. Если же родитель сам не уверен, можно или нельзя, почему можно и почему нельзя, то от запретов следует воздержаться. Ребенок с лета распознает бессмысленный запрет и не станет его выполнять, но, тем не менее, *энергия запрета оседает в поджелудочной железе.*

Чем более хорошего человека желают вырастить из ребенка, тем больше запрещается все плохое и малое хорошее, чтобы получить большое хорошее.

Особенно беспомощным ощущает себя ребенок, когда его по-дружески умоляют не делать того-то и того-то, ибо против этого даже стыдно протестовать. У ребенка складывается ощущение, что ему не разрешается ничего, а другим детям позволено все. Даже протестовать можно.

Когда ребенок по горло сыт своей благочинностью, его самозащита исторгает протест: *«Сами делайте!»* Сами делайте свое хорошее, а поскольку я делал хорошее вам, то теперь делайте хорошее мне. Чем больше человек держит при себе желание, чтобы другие наладили его жизнь, и не выводит его наружу в виде крика, шумных сцен, заболеваний и слез, тем быстрее возникает **сахарная болезнь**. Больной сахарным диабетом вынужден очень многое себе запрещать, а это значит, что он удерживает болезнь на привязи. Диабет может пройти, лишь когда человек научится *заменять запреты разрешениями* таким образом, чтобы не причинять себе вреда.

Взрослый человек ограничивает запретами себя и других из благих побуждений. Слезы наворачиваются, как подумаешь, сколько на свете всего, и это все человек себе запрещает. Неважно, по какой причине. *Важно то, что запрещает.* Вместо того чтобы запрещать, следует разъяснить себе, а также детям, почему именно нельзя. Что значит нельзя, и какую опасность в себе это таит. Каждый все поймет, если с ним поговорить. А взрослые не понимают, потому что для понимания нужно время, а время взрослые тратят на пустяковые дела, которые именуют важными.

Запрет являет собой обратную сторону приказа. То есть мы имеем дело с принципиально одинаковыми энергиями. *Должно делать хорошее и нельзя делать плохое* — служат единой цели. И то, и другое есть принуждение. Различие состоит лишь во внешней форме. Приказ — это подхлестывание во имя цели. Почему люди с таким удовольствием отдают приказы? Потому что **приказ вызывает хорошее самоощущение**. Бывает, что человек ничем иным не занимается, кроме как раздает приказы направо и налево и считает себя поэтому хорошим человеком.

Приказывая себе или другим, человек **наносит удар по внешней секреции поджелудочной железы**, что приводит к выделению пищеварительных ферментов. Когда пищеварительных ферментов достаточно, пища переваривается быстро и основательно. Кровь насыщается необходимыми веществами, в том числе глюкозой. Таким образом, **приказ вызывает ощущение насыщенности**. Когда появляется ощущение, что всего хватает, человек чувствует себя особенно хорошо. Стоит ему подумать, что чего-то не хватает, как он отдает очередной приказ, и снова всего как будто хватает с лихвой. Человек, постоянно себе приказывающий, сам начинает верить, что у него всего вдоволь.

Человек, отдающий приказы себе и другим, вдохновляется, становится активным.

У человека, которому приказывают, рождается протест. Кого постоянно погоняют, тот в какой-то момент чувствует, что наступает предел. Хватит. Надоело по горло. Человек может даже сам себе надоесть по горло.

Приказывание повышает содержание сахара в крови. Кратковременное повышение содержания его в крови благоприятно влияет на головной мозг и на нервные клетки в целом. Перебарщивание с приказами вызывает протест, а также перенасыщение крови веществами, которые из-за протеста не попадают из крови в клетки. Протест против приказов блокирует выделение инсулина, уровень сахара в крови не понижается. Наоборот, с каждым приемом пищи он повышается. Так возникает сахарная болезнь.

Сахарная болезнь возникает тогда, когда человек по горло сыт приказами других и по их примеру сам начинает отдавать приказы.

Для многих людей командование становится естественным стилем жизни. У них быстрый обмен веществ, и они должны питаться часто, потому что в противном случае пищеварительные ферменты принимаются переваривать слизистую оболочку собственного кишечника. Такой серьезный недуг, как язвенная болезнь, явственно демонстрирует, сколь беспощадно человек приказывает себе или другим. «Приказ родился раньше нас», — говорят такие люди, и иначе жить они не умеют. Рано или поздно их приказы превращаются в запреты.

Что происходит с поджелудочной железой, когда человек слышит запрет? **У человека не возникало бы никаких желаний, не испытывай он потребности в чем-то.** Если бы мы освободили желание, то убедились бы в том, что человеку, испытывающему в чем-то потребность, это что-то само приплывает в руки, Покуда же будем пользоваться тем, что есть. Все, что есть на свете, предназначено для всех нас. Когда именно возникает у кого-то потребность и в чем она заключается — об этом разговор особый. Нуждаемся мы в хорошем и плохом, большом и малом, далеком и близком, духовном и материальном, войне и мире, богатстве и бедности. **Желание большого хорошего запрещает нам соглашаться на любого рода плохое и малое хорошее.** Стремясь к большому хорошему любого рода, человек увеличивается в весе.

Пример из жизни.

Ко мне за советом обратилась женщина, весящая 130 килограммов. Так как ноги ее уже не держали, она решила сесть на голодную диету. Три месяца питалась пареными овощами и боялась даже настаивать чай на травах — пила пустой кипяток. В итоге стала весить 138 килограммов. От большого отчаяния она *позволила* себе в течение недели есть только самое вкусное. После чего с чувством злорадства, словно в отместку себе же, встала на весы — мол, гляди, что ты натворила — и оказалось, что два килограмма куда-то подевались. Ошарашенная женщина не могла сообразить что к чему.

Подобная реакция характерна для человека, испытывающего **чрезмерный протест против запретов.** Если в ответ на чей-то запрет он не имеет возможности тут же — назло — поступить наоборот, ибо в обществе действуют общепринятые нормы поведения, то непременно делает это исподтишка. С ее слов, она, дама почтенного возраста, иной раз, укрывшись от посторонних глаз, занимается постыдными делами. Мимоходом замечу, что если бы она не выплескивала таким образом свою злобу, то уже заработала бы сахарный диабет. Собственные запреты приводят ее в ярость, но на себя

же не набросишься с кулаками. Другое дело — поругать себя, что она и делает с превеликим удовольствием.

После пережитого потрясения она махнула рукой на идею похудеть, однако хотела разобраться, что вся эта ерунда означает. А то, милая дама, что всякий бессмысленный запрет наносит удар по поджелудочной железе, вследствие чего из нее в кровь поступает избыточная доза инсулина, который поставляет в клетки содержащийся в крови сахар. От этого клетки утолщаются, тогда как в крови возникает гипогликемия. Клетки головного мозга, не терпящие и секундного непоступления глюкозы, информируют о своем положении раздражением и чувством голода. Они борются за собственное существование тем, что вызывают неодолимый аппетит. Как бы говоря, будь толстым, но будь человеком.

Если человек, задавшийся целью похудеть, отправляется в продовольственный магазин, видит изобилие товаров и начинает запрещать себе одно, другое, третье, то поджелудочной железе наносится один удар за другим, покуда содержание сахара в крови не полетит вниз вплоть до предобморочного состояния. Это дело считанных минут. А если человек к тому же принимает себя жалеть, дескать, всем можно, а мне нельзя, то и вправду падает в обморок. Обморок рождает страх перед смертью. Страх смерти страшнее, чем страх перед лишними калориями. Теперь волевой человек накладывает на себя еще один запрет, на сей раз запрет падать в обморок, и покупает, скажем, килограммовую упаковку мороженого. Он ощущает потребность в мороженом, так как оно быстрее всего уравнивает энергию страха.

Прочее сладкое оказало бы такое же воздействие, но неудержимая тяга к мороженому указывает на то, что человек обижен на жизнь, которая несправедлива к нему, и нуждается в уравнивании именно этой энергии. **Мороженое являет собой энергию интеллигентной обиженности, то есть энергию запрета на обиду.** Ведь запрет на любое выражение негативных эмоций есть признак интеллигентности. Спроси этот человек у себя, хотя бы перед тем как наброситься на мороженое, есть ли у него потребность в мороженом, то, возможно, съел бы ложечку и на целый год удовлетворил свою потребность в нем. А так умял целый килограмм и едва не лопнул.

Через пару дней вес женщины увеличился почти на два килограмма. Четыре подобных промашки за три месяца — вот тебе и все восемь. В чем дело? В том, что с каждым поглощенным куском мороженого человек поглощает знание *не делай этого, прекрати, нельзя.* Когда происходит так, то после приема пищи человек может ощущать больший голод, чем накануне еды, поскольку сахар напрямую устремляется из крови в клетки и откладывается в виде жира. Как гласит пословица, запретный плод сладок. Мы только что убедились, что так оно и есть безо всякого преувеличения.

Если запрещать себе что-либо из духовного, душевного или материального, это неизменно сводится к нарушению обмена веществ, в частности сахара. Приобретенные с сахаром избыточные калории становятся жиром аналогично тому, как страх становится бессильной злобой, т. е. печалью. Например, Вы желаете быть хорошим и запрещаете себе запрещать другим. Тот, кому следовало бы запретить, начинает вести себя, как зверь, вырвавшийся из клетки, причиняя зло себе и другим. Вас охватывает чувство беспомощности, печаль, и Вы перестаете есть. Между тем Вы значительно прибавляете в весе.

Наступает миг, когда чаша терпения переполняется, и Вы даете волю гневу. Спустя некоторое время Вы уже раскаиваетесь, что не сдержались.

Раскаяние оборачивается лишними килограммами. Раскаяние означает, что Вы вините себя в том, что не запретили себе делать то, чего делать не следовало. Чем раскаяние глубже, тем сильнее множится энергия запрета и тем вместительней, а значит, плотнее делается Ваша жировая ткань.

Отчаявшаяся женщина махнула рукой на весы и пошла в магазин, где накупила всего, чего только желала душа. В течение недели она *позволяла* себе в еде все, что хотела. А когда с обреченным чувством встала на весы, не поверила своим глазам — двух килограммов как не бывало. Почему? Потому, что не запрещала, а позволяла себе то, в чем нуждалась. Теперь для нормализации веса ей необходимо научиться высвобождать стресс запрета. После этого будет уже несложно освободить протест против запрета.

Женщина позволила себе даже свою излюбленную сладость — шоколад.

Шоколад обладает энергией уменьшать горечь по поводу несбыточных мечтаний. Но и он тоже не прибавил ей веса, потому что она *позволила* себе ровно столько, сколько требовалось, чтобы заглушить горечь. Ведь человек в состоянии отчаяния не в состоянии быть человеком, а потому ему время от времени требуется шоколад.

В мире нет ничего, что было бы совершенно ненужным.

У человека, которого не ограничивали запретами с момента рождения и который позволяет себе *все необходимое*, не бывает проблем с весом. Это не значит, что речь идет об уравновешенном человеке. В некий день он может из-за стрессов наесться до отвала пирожных с кремом, а на следующий его ни на что не тянет, кроме воды. Желание успокоить свои расстроенные чувства чем-то вкусным может привести к утрате аппетита. Человеку, который не кривит душой, когда говорит, что никогда ничего себе не запрещает, полнота не грозит. Если ему претит все, что навязывается, то, пичкая себя едой, он, напротив, станет сбавлять в весе. *Если человек не разбирается в подоплеке своего веса, он не в состоянии его отрегулировать.*

Родители, которые воспитывают ребенка в духе вседозволенности, свято веря в ее пользу, мечтают вырастить его образцовым, а получается все наоборот. Ребенок позволяет себе абсолютно все. Например, плюет Вам в лицо или делает еще что похуже. Родители, считающие себя выше этого, не обижаются на ребенка за такое поведение. Они пребывают в полной уверенности, что запрещать ничего нельзя, а что касается дурного поведения ребенка, то он сам когда-нибудь все поймет и устыдится. **Хороший человек, запрещающий себе запрещать ребенку,** нередко выращивает из ребенка зверя. Перевоспитать же зверя в человека практически невозможно.

Большинство людей связывает запреты с материальными возможностями. Когда я их наставляю, мол, высвободите адресованные себе запреты, тут же раздается возражение, дескать, нет у меня столько денег, чтобы позволить себе все, что душе угодно. Я говорю про то, что нужно освободить энергию запрета, мне же в ответ говорят про содержимое кошелька. И это притом, что человек уже прочел мои предыдущие книги. Это значит, что мы сильно увязли в материальном, и мысль автоматически перескакивает на деньги.

Удовлетворение желаний усиливает желания и себялюбие.

Удовлетворение потребностей нормализует потребности и повышает

ДОСТОИНСТВО.

Зачастую вес начинает изменяться в связи с переменами в жизни. Например, родители расходятся, и вместо того чтобы самому научиться жить по-иному и научить этому детей, человек начинает запрещать то, что раньше позволялось. Порой это делается весьма демонстративно, а бывает, и в издевательской форме, если ребенок очень привязан к покинувшему дом родителю. Причиняя ребенку подобные страдания, человек реализует свою месть. Родитель, который запрещает ребенку что-либо, подчеркивая духовный или физический изъян второго родителя, губительно действует на всю семью.

Люди начинают ставить себе запреты также при вступлении в брак. Запретами они стараются себя дисциплинировать, вместо того чтобы уяснить, что холостая жизнь осталась позади и следует идти вперед по-новому. Выход на пенсию также, как правило, является переломным моментом в жизни человека. Приближаясь к 50-летнему возрасту, многие, и особенно женщины, принимают советовать на то, что им нельзя одного, другого, третьего. Для любого запрета всегда находится обоснование. Иной уже смолodu запрещает себе быть молодым. Другой же запрещает себе стареть.

Наверное, нет ничего такого, чего нельзя было бы себе запретить. Например, так хочется быть хорошим, но нельзя, поскольку вон тот плохой. В этом случае запрещение является уже местью. Речь идет о реализации недоброжелательности, причиняющей зло. Ведь если человек со стрессами бездействует, тогда как можно делать хорошее, он наносит себе вред. Чтобы не мучиться, распутывая этот сложный узел, человеку следовало бы позволить себе то хорошее, в чем он действительно нуждается. Но он этого не умеет. В итоге горько разочаровывается и приходит к выводу, что его хорошее ближнему неумогно. Этот вывод служит оправданием, чтобы в следующий миг самому отвергнуть то хорошее, что предлагает ближний.

Житейские незадачи, смысл которых человеком не уясняется, могут привести к крайне обостренной форме запрета — **отказу**. Кому удастся отказаться от соблазнов, тот начинает собой гордиться. Бедняк, который гордится тем, что ему ничего не нужно, возвращает тем самым свою гордыню. Он набирает в весе, хоть и говорит, что есть ему нечего. На его обеденном столе нет разве что деликатесов, а он тут же за столом говорит, что нечего есть. Если ему возразить, он обижается.

Никто не верит, что человек, по его словам, постоянно ощущает голод и потому совершенно обессилен — ведь он так много ест. На самом деле человек говорит правду. *Пониженное содержание сахара в крови вызывает чувство голода*. Содержание сахара в крови повышается, и человек чувствует себя хорошо лишь тогда, когда ему удастся *отобрать* у ближнего то, что составляет предмет его желания, — попросту говоря, украсть. Например, отхватывает от государственного пирога здоровенный кусок, да так, что у государства образуется прореха. Если все то же государство предлагает ему помощь либо назначает пособие, он говорит, что это жалкие гроши. Поскольку пониженное содержание сахара в крови нередко сказывается на нервной системе, то такой человек вскоре отторгается обществом.

Голодный человек вообще опасен для общества, но особенно опасен **тот, кто голодает в силу себялюбивого отказа от пищи**. Если общество пытается такому человеку помочь, он становится еще опаснее. Ему претит, что кто-то живет за счет чужой милости, а теперь ему предлагают жить за счет милости

государства. Ему, незаменимому труженику! И человек распаляется еще больше. Таким людям следовало бы понять, что один из жизненных этапов завершен и теперь нужно двигаться вперед.

Отказ приводит к худобе. Чем отказ себялюбивее, тем человек худее.

Себялюбие являет собой самоуверенное знание. Знание того, что меня хотят унижить, предлагая малое и третьесортное, но я этого не допущу, позволяет человеку сделать широкий жест и ответить отказом. Если горделивый человек, упорно желающий доказать свое превосходство, знает, что его считают плохим, *у него начинает расти участок тела, соответствующий горделивости. Участок тела, соответствующий эгоизму, худеет и некрасиво обвисает.*

У стареющих людей растущий живот говорит о том, что люди все еще желают что-то сделать, чтобы доказать свое превосходство. Утоньшение ног указывает на то, что человек желает заносчиво продемонстрировать, что справляется сам и ни в чьей помощи не нуждается. Чем больше у него ноги, тем враждебней он относится к тем, кому, по его мнению, живется хорошо.

Человек сохраняет стройность и остается человеком, если он разрешает себе необходимое.

Человек сохраняет стройность, но превращается в животное, если он позволяет себе все, чего пожелает.

Человек становится толстым, если он запрещает себе все, чего желает.

Человек становится особенно толстым, если он запрещает себе все необходимое.

Человек становится худым, если он отказывает себе в том, чего желает.

Человек становится особенно худым, если он отказывает себе в необходимом.

Отказ от чего бы то ни было вынуждает человека отказываться в том числе и от пищи. Отказывающий себе человек не хочет есть. Он не испытывает вкуса к *подобной* жизни. Он считает себя вправе иметь такую жизнь, какая угодна ему. Если у него присутствует *упрямое желание доказать кому-то, что тот плохой*, то у него возникает особая разборчивость в продуктах питания, что дает ему энергию, необходимую для реализации своих целей. Содержание сахара в крови у него в норме, и голова хорошо соображает.

Жажда мести концентрирует мыслительную способность более чем необходимо.

Если человек, запрещаящий себе все хорошее из желания доказать свою положительность, внезапно начинает во всем себе отказывать, то развившаяся у него буквально до размеров слабоумия тупость идет на убыль и мало-помалу сменяется все более ясным и логическим мышлением. Кто этому радуется, тот не замечает, что помыслы этого человека сосредоточены на одной цели. Поэтому подобное преобразование, если оно происходит со стариками, может преподносить неприятные сюрпризы.

Человек, интересующийся всем в жизни, ест скорее много, чем мало. Он не может запрещать себе питаться, так как на голодный желудок голова плохо соображает и тело теряет подвижность. Голодание удаётся тем, у кого в

жизни одна-единственная цель — идеальная внешность, при помощи которой надеются добиться всего, что задумано. *Представление, будто счастье заключается в красоте, подавляет чувство голода. Любое абсолютно твердое знание способно начисто подавить чувство, подающее сигнал об обратной ситуации.* У человека не возникает и тени сомнения в том, что он делает что-то не так.

Для больного анорексией лишний грамм жира страшнее смерти. Запрещая себе есть, он верит в то, что жизнь станет счастливой. Чем дольше держится пониженное содержание сахара в крови, тем сильнее поражается нервная система, особенно мозг, и человек становится все более невосприимчивым, отупевшим, бесчувственным, апатичным. Утрата интереса к жизни сужает полноценное восприятие, и человек начинает смотреть на мир через узкую щелку.

Про иного человека говорят: он ни на что не реагирует. Речь идет о людях, полностью заикленных на одной-единственной цели и безразличных ко всему прочему. Ни уговоры, ни мольба на них не действуют. *Лишиться цели для них хуже смерти.* Чем меньше Вы беспокоитесь по поводу такого человека, тем лучше для вас обоих, ибо в таком случае Вы выпускаете его из когтей своих благих желаний. Человек ослабляет позицию самозащиты и, возможно, замечает, что в жизни есть еще что-то интересное. Ведь человек всего-навсего спасается бегством от собственных страхов.

Отказ от жизненно необходимого есть вершина гордыни, то есть эгоизма. Он являет собой бегство от реальной жизни в мир ненормальных идей, понять которые человек уже и сам не в состоянии. Об этих возможных последствиях следует задуматься каждому, пока еще у него сохраняется разум.

Беглец и рабочая скотинка не способны разобраться в себе, большинство же людей относятся либо к первым, либо ко вторым. При этом неважно, относится ли беглец и рабочая скотинка к простым трудягам или к специалистам высокого класса, самостоятельно *выдвинувшимся* в жизни. Важно то, что *ему некогда*. Люди то и дело причитают, мол, хорошо бы побывать на природе, пожить простой сельской жизнью, повозиться с детьми и животными, но вот беда — времени не хватает. Человек запрещает себе все человеческое и все более становится исключительно исполнителем своей работы. А там гляди еще и начинает протестовать против того, что сам себе запретил, ибо это мешает ему работать. Времени нет даже у пенсионеров, от скуки портящих друг другу нервы.

Достигнув в жизни определенных высот, люди забывают оставаться людьми.

Более самой жизни такой человек нуждается в *человечности*, и она приходит к нему в виде *житейской мудрости, маленьких детей, животных, нехитрых вещей, дел и ситуаций, сырой пиши, искренних взаимоотношений, естественных обычаев*, однако человек протестует. Ибо все это посягает на его бесценное время. Ширится протест против необработанных знаний. Людям подавай конспективно изложенную теорию, чтобы все было разложено по полочкам, продумано до деталей, разжевано и положено в рот. Но переварить ее, то есть использовать в жизни, люди не умеют. Протест против сырой информации лишает их способности разглядеть первичные элементы в разжеванном материале, а также искать и находить их.

Когда человек в достаточной мере познает себя в процессе выполнения одной

работы, то работа для него исчерпывает себя. Он с легким сердцем оставляет ее, как друга, и принимается за другие дела. Впереди его уже ждет новая работа. Работа способствовала совершенствованию человека, ибо человек не требовал немедленного конечного результата. Совершенствующийся человек совершенствует работу, благодаря чему ее качество меняется. Новое качество знаменует более высокий уровень работы. Человек, который работает для того, чтобы развиваться самому, с каждой новой работой развивается все больше. А человек, который работает для того, чтобы что-то иметь, может всю жизнь провозиться с одной работой. Например, с учебой, но желаемого так и не получит. А получит то, чего не желал, — болезнь пищеварительного тракта, соразмерную своему протесту.

Следует научиться распознавать в себе подобное состояние. Если Вам в тягость маленькие дети, с которыми приходится говорить много и подолгу о простых вещах, ибо с полуслова они не понимают, то у Вас наверняка есть проблемы и с перевариванием сырой пищи. Если Вам не нравится растолковывать простые вещи незнающим людям, если национальные обычаи кажутся Вам варварством, если искренние, прямолинейные отношения воспринимаются Вами как признак неинтеллигентности, то у Вас имеются проблемы с перевариванием и усвоением сырой пищи. Высвобождая же желание получать от жизни готовые, или созревшие, или совершенные ценности, Вы даете пищеварительному тракту возможность нормально переваривать сырую пищу. **Пока Вы не перестанете притягивать к себе сырое, до тех пор у Вас будет чему у этого сырого поучиться.**

Поскольку проблема эта достаточно типична, но непроста для понимания, приведу пару примеров.

1. Женщина, которой с малых лет приходилось из бедности все делать собственными руками, обшивает всю семью. Этот урок она вынесла из жизни. Она *не обязана* этого делать, но чувствует, что *должна*, ибо опасается, что иначе не свести концы с концами. Подавляемый работой *страх перерос в знание*, что готовая одежда ей не по карману.

Хоть она и знает, что изделия собственного производства смотрятся красивее, моднее, оригинальнее и выглядят по-домашнему уютно, но испытывает усталость и пресыщение. Ей хотелось бы делать и дальше, но также хотелось бы передохнуть. Она не умеет высвободить из себя свои простые занятия, а умеет против них протестовать. Протест — это возможность избавиться от неприятного. Протест против этой нехитрой работы оправдывается тем, что все можно купить в магазине, и люди так и поступают, только она одна не может себе этого позволить. Пробатрачила всю жизнь, но теперь довольна. Протест у нее столь велик, что даже пришивание пуговицы превращается в каторжную работу.

Женщины такого типа в большинстве своем хотят быть прекрасными матерями. Это значит, что они не передают своего умения детям в подходящий момент, когда им это интересно. Либо передают, и дети делают, сколько им нужно для себя, однако хорошей матери кажется, что этого мало. В таком человеке **желание делать и нежелание делать** борются друг с другом, покуда верх не одерживает нежелание. Где же выход? Прежде всего следует высвободить проблему духовно. Последующее ощущение подскажет, чем заняться. Возможно, ничем особенным. Может быть, будете и дальше делать все ту же работу, но уже на новом, более высоком уровне мастерства.

2. Подобный стресс может испытывать и мужчина, который привык мастерить

все предметы обихода собственными руками. Тем самым им уже усвоены ребяческие, нехитрые, сырые житейские уроки, и нужды в них больше нет. Мужчина же зафиксирован на идее, что человек он бедный, и это вынуждает его делать то, в чем он уже не нуждается. Многие люди, разбогатевшие большим трудом, не умеют быть богатыми, потому и богатство подолгу у них не задерживается.

Многие из тех, кто начинал с простой работы и выбился своим трудом в специалисты высокого класса, не умеют быть специалистами. Почему? Потому что в ходе работы они не совершенствовались сами. Будучи зрелыми в плане знаний и физических способностей, они незрелы духовно. Так высококвалифицированный специалист сгорает из-за своих стрессов и оказывается в канаве, невзирая на все свои положительные качества.

Бедности свойственно вести натуральное хозяйство. С приобретением знаний и материального достатка человек мог бы управляться в жизни по-новому, на ином уровне, однако он продолжает цепляться за прошлое. Бремя прошлого накладывается на бремя нынешнее, соответствующее уровню развития. Превратить бремя прошлого в любимое занятие человеку не позволяет душа, вернее, чувство вины. Человек со способностями развивает свой потенциал дальше и становится деятелем науки. Нести на себе три бремени нет ни сил, ни времени. Занимаясь одним, он ощущает свою вину перед двумя другими.

От натурального хозяйства он отказывается, когда возникают вынужденные обстоятельства в виде проблем с семьей либо здоровьем. Чувство вины усиливается и оборачивается обвинениями в чужой адрес. Это значит, что когда он приобретает в магазине продукты питания либо промтовары, то начинает выискивать в них изъяны. То, что он некогда изготовлял сам, кажется ему лучшего качества. Человек, доверяющий лишь себе одному, не доверяет жизни. Желание все делать самому приводит к недугу пищеварительного тракта, что должно бы помочь человеку уяснить, что в больном состоянии не сделаешь больше того, что тебе не под силу.

В прямо противоположном положении оказываются те, кто не знает, что такое бедность. **Дети** из зажиточных семей **с рождения привыкают срывать спелые плоды жизни**. Все приобретается в магазине, и от ребенка требуется лишь единственное умение — умение потреблять. Такой ребенок вырастает потребителем, ничего не умеющим делать своими руками. **Чем менее человек способен творить своими руками, тем более он способен этими же руками разрушать**. Ибо то, что создано ближним, не представляет для него ценности, не мило его сердцу.

Покуда в человеке живет неосознанная потребность создавать что-то руками, его живот не протестует против сырой пищи. Живот у него протестует против всей той вкуснятины, которую ему предлагают под вывеской полноценной пищи. Он протестует против чрезмерного блага, то есть против *ненужной окончательной степени готовности*. Таким способом ребенок учит своих родителей стать человечнее, естественнее, искреннее и проще. Чем в более зрелом возрасте такой человек попадает в ситуацию, когда ему приходится делать что-то своими руками, а делать он не умеет и потому боится стать объектом насмешек, тем сильнее становится протест. Одновременно возникают проблемы с пищеварительным трактом.

О людях, привыкших все получать, говорят, что у них менталитет потребителя. К получению привыкают так быстро, что человек, еще вчера

обличавший корыстных людей, на другой день уже сам становится таким же. Покуда он думает, что он не из таких, ему и в голову не приходит проверить, не изменилось ли положение вещей. Если кто-то называет его в порыве злобы корыстным, он будет это опровергать, но вывода для себя не сделает. Осознание может прийти лишь в том случае, если ему указать на это по-дружески.

Корысть мы привыкли связывать с материальными выгодами. На деле же **душевная и духовная корысть** гораздо страшнее. Меня приводят в **отчаяние** люди, которые жадно заглатывают духовные знания и, не успев их переварить, требуют новых. Когда я говорю им, что большего сказать не могу, так как это может им повредить, они выдвигают аргумент, что якобы не поняли сказанного. Когда я даю понять, что беседа *закончена*, они чувствуют себя глубоко несчастными, ибо только-только *настроились* задавать вопросы. Мои ответы были бы с жадностью ими поглощены, и в следующий раз я с отчаянием обнаружила бы, что они так и остались там лежать мертвым грузом.

Духовная корысть не понимает, что, пока кусок пищи не переварен, ничто из заднего конца не выходит. Человек, который переваривает полученную информацию духовно, учится задаваться вопросами и на них отвечать. Процесс переваривания хоть и занимает время, зато результат полноценный. Никто иной не может дать столь полноценного ответа. От ближнего хоть и можно получить скорый ответ, но это вызывает у получателя духовный понос. Меня не раз обливали духовными экскрементами, и это научило меня осторожности. Человек, ослепленный духовной корыстью, этого не понимает, ведь он желает исцелиться.

Мне редко приходится иметь дело с пациентами, которые являются на первый прием, уже *основательно* поработав над своей проблемой, следуя моим книгам. Мое отчаяние пока еще является для меня стрессом, что притягивает ко мне тех, кто вызывает отчаяние. Отчаяние я обнаружила у себя недавно, потому и не успела в достаточной мере его высвободить, но что мне удалось сделать, так это то, что за неделю я прекратила практику досконального разжевывания для пациента каждого его стресса. При этом я не ощущаю себя виноватой из-за того, что предоставляю пациенту самому совершать процесс разжевывания и проглатывания. Таким образом начал высвобождаться один из аспектов моей излишней положительности.

Научитесь и Вы освобождать отчаяние. Тогда Вы заметите, что перестаете разжевывать все своим детям и предоставляете им самим работать мозгами. Поначалу дети, возможно, будут протестовать, так как привыкли, что *все достается им легко*, но впоследствии они скажут Вам спасибо. Освободите также свою *положительность* и *желание облегчить жизнь другим*, тогда Ваши друзья и подруги, близкие, родственники и знакомые перестанут на Вас надеяться, а позже Вас попрекать. Они научатся спрашивать совета и использовать полученный совет себе во благо.

Непродуманные проблемы являют собой сырьевой материал жизни. Если Вы умеете решать свои проблемы сами, то есть довести сырое жизненное зерно до состояния спелости, однако *желаете быть хорошим человеком*, то Вы уподобляетесь зерносушилке, куда все стаскивают свое сырое зерно. Вручают его Вам и настаивают на своем праве получить взамен качественное и сухое. Настает день, когда Вы сыты всем по горло. Отчаяние от того, что места в зерносушилке уже нет, не позволяет Вам принимать ничего сырого как

духовного, так и физического, как бы Вам этого ни хотелось.

Особенно же Ваш пищеварительный тракт протестует против фруктов, ибо они содержат энергию сырого плода, которая достается *особенно* легким образом. Для того чтобы добыть овощи, человек должен хотя бы нагнуться, тогда как фрукты сами падают человеку в руки. Вы все более ощущаете себя чернорабочим, который должен исполнять волю тех, *кто настаивает на своей правоте*. Из-за протеста со стороны живота Вы перестаете есть сырую пищу, но если желание быть хорошим не проходит, Вы вбираете в себя энергию чужих *незрелых желаний*. В итоге Вы становитесь неудобоваримым, грубым человеком.

Ваша грубость проявляется, когда Вас начинают сравнивать с другими и оценивать. Так, даже самый высокоразвитый человек становится грубым, когда его донимают бессмысленными требованиями, желаниями, просьбами, жеманством. Человек, ставший из самозащиты неудобоваримым, вновь оказывается способным принимать сырую пищу.

Если Ваша грубость выражает *протест* против жеманства, то Вас тянет на сырую рыбу и мясо. Сперва чтобы отведать, а потом уже налегаете на чуть поджаренный кусок мяса с кровью. Вскоре Вы с удовольствием потребляете блюда из сырого мяса. До тех пор, пока Вас страшит человеческая неудобоваримость, от разговоров о сыром мясе у Вас по телу бегут мурашки.

Высвободите из себя житейскую незрелость и зрелость, тогда Ваши дела обретут уравновешенность, и Ваш пищеварительный тракт удовлетворится блюдами, приготовленными самым обычным способом. Признайте, что в Вас есть незрелость, и не думайте, что Вы зрелы. Окончательно зрелым не бывает ни один человек, ибо развитие бесконечно. Если Вы уверены, что Вы — человек зрелый, значит, не за горами смерть.

Завершая главу, подведу некоторые итоги. ***Работа спорится у того, кто работой занимается. Работа не подвигается у того, кто работу делает.*** Ему всегда что-нибудь мешает, и он топчется на месте. Помимо пищеварительного тракта, у него занедуживают *ноги*, поскольку их состояние отражает продвижение, преуспевание в жизни. Увязнув в делах, человек ощущает безотчетный *страх*. Человек начинает бояться наперед: если работа не удалась вчера, то, может, и сегодня ничего не получится.

Страх блокирует почки, и жидкость задерживается в теле. Работа делается *тяжелой*, а также *тяжелеет* из-за отечности тело. Жидкость не придет в движение и не будет выводить шлаки, прежде чем Вы не освободитесь от застопорившейся работы. Если Вас охватывает злость и Вы желаете от всего этого избавиться, Вы словно выжимаете себя, как выжимают белье. Жидкость выходит наружу, если Вы беспощадно мобилизуете все свои силы, чтобы добиться желаемого, но шлаки остаются в теле и концентрируются в виде болезней. **О мобилизации сил и сосредоточенности на чем-то одном как технологии возникновения болезней** речь пойдет позже.

Когда человек испытывает отчаяние, в теле застаивается жидкость. Речь идет о стрессе гипофиза и третьей чакры, который способен блокировать весь пищеварительный тракт. Человек, который желает довести до конца неделанные работы, чтобы обрести счастье, ощущает в животе холод отчаяния, когда выясняется, что его радужным мечтам не суждено сбыться. Чем больше затраты, тем отчаяние сильнее. Сильное отчаяние ведет к недугам брюшной полости. **Суммируя**, можно утверждать, что:

- **верх живота поражается от желания переделать себя и других;**
- **середина живота поражается от желания сделать всех равноправными;**
- **низ живота поражается от желания избавиться от всего, что не удалось сделать.**

О переделывании человека было уже рассказано вполне достаточно. Желание, уравнивать всех в правах не учитывает последствий и превращает женщин в мужчин, а женственность в мужеподобие. Ибо человеку кажется, что мужчины находятся в более выигрышном положении. Желание избавиться от всего, что не удастся сделать, может в крайнем своем проявлении привести к хирургическому удалению органов малого таза.

Если человек в состоянии отчаяния злоупотребляет понятиями «всё» и «все», то один участок пищеварительного тракта заболевает реально, тогда как остальные ему подыгрывают. Если человек является максималистом, который не приемлет несовершенства, то в момент отчаяния его болезнь резко обостряется, распространяясь по всей верхней, срединной или нижней части брюшной полости. В случае крайнего обострения поражается весь пищеварительный тракт. Такое состояние, разумеется, опасно для жизни.

Заболевания пищеварительного тракта всегда бывают связанными с несделанными делами, а все несделанные дела неизбежно связаны с людьми. Вы можете уехать куда угодно, затеять спасительный отпуск либо окунуться в мир грез, но несделанные дела не дадут Вам покоя. Браться за работу Вас вынуждает патологическая зависимость от работы, то есть **поиски счастья в работе**. Пока Вы не освободитесь от нее, Вы будете терзаться чувством вины. Чувство вины по поводу работы и дел является стрессом, неизменно сопутствующим заболеваниям пищеварительного тракта. **Обретая себя в работе, Вы испытываете счастье и благодарны за это работе.**

Более подробно о стрессах пищеварительного тракта поговорим в следующей главе.

Настоящая глава была написана мною после главы об обмене веществ и нервной системе, вошедшей в следующую книгу. Я поместила ее здесь, хотя следующая за ней глава была подготовлена год тому назад. Обнаруживая различия между ними, Вы заметите, что в общем я фиксирую частное, а в частном вновь общее, но уже на более зрелом уровне.

Еще раз о пищеварении

Эта тема затрагивалась и в предыдущих моих книгах. Пищевод начинается на уровне пятой чакры. Этот факт указывает на то, что **мировоззрение зависит от отношения**. Как мы относимся к жизни, точно так же мы относимся и к пище. Кто любит жизнь, тот относится к ней с уважением. Любовь — это священнодействие. *Невозможно любить на бегу, в суете*. Кто любит жизнь, тот относится к пище с любовью, почитая ее, как святыню. И на пороге XXI века он, как и в старину, целует поднятый с пола кусок хлеба и просит прощения за недостаточно внимательное отношение к пище.

Атеистическое представление о Боге не позволяет воздавать молитву или хвалу тому, кого не существует. Вера в незримое — смехотворное дело, позорящее атеиста. Потому *ложный стыд* не дает воздавать молитву благодарности за хлеб насущный. Ведь Бог не пашет, не сеет и не выпекает хлеба, все это дело человеческих рук — так считает атеист. Если Вы единственный в семье инакомыслящий, то произносите молитву благодарности про себя, направляясь к обеденному столу либо медленно пережевывая пищу, чтобы не досаждал другим. Пища не будет в обиде, если даже Вы сделаете это задолго до еды. *Полным сосредоточением на пище* Вы выражаете ей уважение и принимаете ее в себя энергетически.

Благодарственная молитва за пищу и есть ее благословение, придающее еде смысл и значение.

Смысл приема пищи заключается в том, чтобы дать каждой клетке тела то, в чем нуждается именно данная клетка, и вывести из клеток все, в чем клетка больше не нуждается.

Значение еды состоит в том, чтобы с каждым новым приемом пищи понемногу приближаться к идеалу.

Собственно прием пищи является реализацией смысла и значения еды на физическом уровне. К сожалению, люди превращаются в автоматы, в которых хоть и запрограммирован процесс обработки пищи, но каждый по мере своей корысти черпает оттуда, что ему угодно, сколько угодно, когда угодно и как угодно. Любое желание, не считающееся с другими, выводит автомат из строя. Если кто-то берет слишком много, то кто-то лишается необходимого, и оба недовольны. Один швыряет свою оказавшуюся лишней и пришедшую в негодность корысть обратно в автомат, будто машина в чем-то виновата. Другой через клавиатуру вводит в память машины свою претензию: «Ты плохая!» В один прекрасный день машина останавливается и не начинает работать, покуда из нее не выгребут мусор.

Если в семье растет ребенок, самое время изменить отношение к еде. В приказном порядке этого делать нельзя. Если кто-то привык за едой читать газету, смотреть телевизор или громко разговаривать, тогда как Вы воздаете хвалу Господу и целуете кусок хлеба, то Вам не следует принуждать человека менять свои привычки. Раз ему угодно заглатывать вместе с едой негативность, поступающую из средств массовой информации, значит, он в этом нуждается. Если ребенок спрашивает, почему другие так делают, Вам следует объяснить ему, что, видимо, человеку так нравится.

Спросите у ребенка, как нужно делать правильно, и он Вам ответит. Ребенок может ответить совсем не так, как Вы ожидаете, если вы будете вести себя навязчиво. Если ребенку сказать, что хлеб или каша понимают, любят их или нет, то для ребенка это гораздо более конкретный разговор. Такие вещи ребенок понимает. Должно быть, Вам известно, что **путь к сердцу каждого ребенка разный, но язык один — язык чувств.**

Таким образом, процессы, происходящие в полости рта и пищевом тракте, **формируют отношение к пище.** То, что выходит изо рта, и то, что в рот поступает, равноценно. Это значит, что то, что идет от сердца, поступает в пищеварительный тракт. В процессе меняется лишь внешняя форма. Первостепенное значение имеет не слово или название продукта, а значение слова, которое выражает состояние души и от чего зависит, станет ли пища для тела другом либо врагом. *Высказывая оценочные суждения относительно*

пищи, человек, по сути, выдвигает свои условия, чем блокирует целый ряд необходимых энергий.

Нижняя часть пищевода проходит сквозь сердечную чакру, словно указывая, что первоначальное заблуждение можно исправить любовью. Начиная с желудка, остальная часть пищеварительного тракта находится в основном в зоне влияния третьей чакры, в зоне влияния энергии вынужденного положения. Как Вы относитесь к вынужденному положению, так и оно воздействует на Вас. Как правило, это отношение отрицательное и действует заразительно на все прочие наши отношения. Кто усваивает заразный образ мыслей, у того пищеварительный тракт больной, как оно на сегодняшний день и наблюдается у большинства людей.

Как относиться к принуждению? Не секрет, что тот, кого принуждают, относится отрицательно. Кто принуждает сам — относится положительно. Так, мы можем даже не заметить **собственного** принуждения, поскольку и его оцениваем положительно. Разве я кому-то делаю плохо, если себя принуждаю — возражают мне некоторые, когда я призываю их не принуждать себя. Когда Вы станете высвобождать стресс принуждения, то заметите, как легко и безболезненно Вы переходите во власть своей свободной воли. Дела остаются прежними, но в результате Вы испытываете удовлетворение от сделанной работы. **Руководствуясь свободной волей, человек живет без стресса принуждения** и со здоровым пищеварительным трактом.

Конец кишечного тракта находится в области первой и второй чакры. Это значит, что вместе с пищей жизнь дает нам жизненную энергию, которую мы в промежутке между ее приемами и высвобождениями используем либо **себе во благо**, либо **себе на пользу**. Кто живет сообразно потребностям, тот использует пищу себе во благо, и в теле не остается шлаков. Кто живет желаниями, тот *исходит лишь из корыстных соображений*, и его пищеварительный тракт постоянно засоряется. **Кто выискивает глазами, чем бы еще поживиться, тот может лишиться зрения.**

Перемалывание пищи зубами, как мы знаем, еще не означает окончательного ее измельчения, тем более, если зубы плохие или искусственные. В идеальном состоянии **зубы** — целые, белые, ровные — **являются показателем рассудительности**. Любая патология зубов свидетельствует о разрушительном воздействии ума на рассудительность.

Ребенок является на свет по своей доброй воле, чтобы учиться. Именно учиться, ибо вся жизнь — это учеба. **Учеба есть потребность**. Если ребенка принуждать к учебе, то потребность становится желанием. А желание, в свою очередь, нежеланием, то есть протестом против учебы. Своеобразие принуждения определяет своеобразие протеста, а протест обуславливает особенности патологии зубов. Всего-навсего 32 зуба, а сколько у них болезней!

Зубная эмаль является наиболее плотным видом ткани человеческого тела с наименьшим содержанием воды. Аналогичная степень плотности энергии на земле встречается у кристаллов. Лучше всего кристаллы сохраняются в недрах земли, когда же они попадают в руки человека, их начинают произвольно шлифовать, истребляя их истинную ценность. Ценность превращается в богатство, иначе говоря, счастье превращается в радость, что по сути является несчастьем.

Кто еще в детстве сообразил либо усвоил, что свои истинные ценности

нельзя доверять корыстолюбивым оценщикам, у того зубы здоровые. Кто приходит к этому пониманию неважно в каком возрасте, у того перестают разрушаться зубы. Кто думает о себе, что он стал рассудительным, тогда как сам является угрюмым, никому не доверяющим мизантропом, у того зубы разрушаются. Это значит, что не стоит кичиться своей рассудительностью даже перед самим собой.

Алмаз — это конечный продукт самоочищения природы, то есть очищения духовного, а значит, являет собой совершенную уравновешенность физического уровня. Зубная эмаль не столь чистопородна, а потому легче повреждается, как и рассудительность, попавшая под влияние чужого ума. Она подвержена расщеплению, и в ней возникают трещины. Невидимые глазу трещины дают о себе знать повышенной чувствительностью зубов. Вначале зуб реагирует на холодное и горячее, а затем и на прикосновение. Это значит, что человек приобретает повышенную чувствительность ко всему, что касается его лично, то есть ко всему тому, на основании чего судят о рассудительности. Оценочные суждения губительны для рассудительности.

Бриллиант является ограненным алмазом. Если мы начинаем шлифовать алмаз, то есть совершенство, мы насильно превращаем его в еще большее совершенство. В процессе обработки у алмаза обнаруживаются слабые места, и он разрушается. Он мог бы еще укрепить свои слабые места, но ему не дали времени. Вот алмаз и сломался. Так и у человека ломаются зубы.

Есть люди, которые расписывают предстоящие на день дела по минутам и обязывают себя придерживаться этого графика. Рассудительный человек планирует день с учетом непредвиденных дел, а умный так не умеет. Чем больше Вы полагаетесь *лишь на ум при составлении планов по реализации сверхважных мелочей жизни, не давая себе передышки*, тем сильнее разрушаются у Вас **коренные** зубы. Если от коренных зубов остались одни обломки, Вы, наверное, и сами заметили, что стали часто и трагически вздыхать из-за того, что ни одно дело уже не ладится. С мелочами и то не справляетесь.

Когда Вы освобождаете **зацикленность на своем уме и опыте материальной жизни**, то обломки коренных зубов продержатся еще долго. Если корни зубов целы, то врачи надстраивают на этом фундаменте новые стенки. *Желание урвать кусок побольше при помощи ума*, при этом особенно не ломая голову, приводит к тому, что от **передних** зубов откалываются большие куски. Зуб ломается, когда человека совершенно внезапно охватывает желание урвать кусок побольше. **Кариес возникает, когда большой кусок не обламывается и душу начинает точить червячок разочарования.**

Отчего повреждается зубная эмаль? Оттого, что человек *желает доказать свою «бриллиантность», проща говоря, превосходство*. То есть желает выделиться, блеснуть среди других своим умом и красноречием. Откуда возникает подобное желание? Из *ощущения никчемности*, которое человек приносит с собой из предыдущей жизни и которое цветет пышным цветом с самого детства, *если к ребенку относятся, как к пустому месту*. Если его замечают, лишь когда семья отправляется в гости либо ждет прихода гостей. Чем в более раннем возрасте приходится доказывать свою «бриллиантность», тем в более раннем возрасте повреждается эмаль зубов. Это становится лазейкой для кариеса.

У многих людей зубы годами чувствительны к холодному, горячему или

сладкому, однако кариеса не возникает. Почему? Потому что если человек желает доказать свою «бриллиантность», но чувствует в той или иной ситуации, что это не удастся либо что люди все равно его пока еще не поймут, то он старается отшлифовать свой бриллиант еще больше, чтобы доказательство удалось. Подобное понимание заставляет человека заниматься собой, и ему *недосуг возвращать червячка зависти к чужому уму*. У него и без того хватает своих дел. В те минуты, когда вот-вот представится возможность доказать свою «бриллиантность», все чувства обостряются, однако выясняется, что люди опять-таки не готовы его понять, и зубная эмаль становится невыносимо чувствительной. Зубной щеткой не прикоснуться.

Особенно чувствительны дефекты эмали *шейки зуба*. Это означает, что особенно большой проблемой является попытка доказать свою «бриллиантность» тем людям, которые *заведомо относятся* с пренебрежением к его уму. Всякая шейка отражает отношение к соответствующей проблеме. Чаще всего повреждается внешняя или режцовая поверхность эмали. Это означает, что человеку нужно, чтобы *люди увидели его «бриллиантный» ум*. Если это желание высвободить, сперва проходит сверхчувствительность зуба, а впоследствии возможно и восстановление эмали. Если Вы скажете, что такое невозможно, то не забудьте уточнить, что такое невозможно *лично для Вас*. Тогда Вы не станете говорить за других.

Сверхчувствительные зубы рекомендуется чистить в течение некоторого времени пищевой содой либо зубной пастой с щелочной реакцией, чтобы нейтрализовать *резко повышенную кислотность*. *Кислотность являет собой чувство вины*. Ребенок ощущает вину перед своей рассудительностью из-за того, что позволяет людям считать себя глупым, то есть допускает упреки в свой адрес. На месте трещины в эмали легко образуется дырка, столь же легко, как возникает брешь в надтреснутой рассудительности. Замещение собственной рассудительности на чужой ум происходит так же болезненно или безболезненно, как и замена зубной ткани пломбой. Иной ходит к зубному врачу с большим удовольствием, а иной идет туда, как на смертную казнь.

Потребность следить за состоянием зубов есть *потребность* проявлять заботу о своей рассудительности. Нынче даже собакам стали уже чистить зубы. Почему зубы чернеют? Почему на них возникает грязный, дурно пахнущий налет, отнюдь не означающий того, что у человека гнилые зубы? Это означает, что человек защищает свою душевную чистоту внешней нечистотой. Иными словами, спасает свою рассудительность под видом кажущейся глупости. Так он отгоняет от себя докучливых умников. Мы же считаем, что глупые люди не чистят зубы потому, что они не знают, что зубы должны быть здоровыми.

Поглядите на ослепительно белые зубы народностей, живущих в согласии с природой, и Вы поймете, что им это знание ни к чему. Они и *не должны* заботиться о состоянии своих зубов, потому что в этих людях живет *потребность* заботиться о своей *рассудительности*, иначе им грозит гибель. Итак, ***чистить зубы необходимо, так как мы делаем чересчур большую ставку на ум и тем самым ослабляем зубы. Вместо того чтобы драить их с остервенением, займитесь лучше освобождением своего ума и рассудительности.***

Многие страдают из-за дурного запаха изо рта, чем бы и как бы часто они ни

чистили зубы. С точки зрения медицины, зубы, гайморовы пазухи, а также желудок у них в порядке, но иной раз запах идет такой, что человек сам его чувствует. Что это значит? Напомню, что состояние кожи отражает отношение человека к честности, а состояние слизистой оболочки — отношение ко лжи.

Неприятный запах во рту обусловлен состоянием слизистой оболочки и является сигналом опасности, предшествующим заболеванию слизистой. Запах предупреждает: не лги! Причиной лживости служит желание быть хорошим человеком, из-за чего человек скрывает свое плохое. Самая большая ложь — это когда человек говорит, что он не выносит лжи. В ком нет лжи, тот ясно видит чужую ложь и понимает ее причины, а значит, не вредит своему здоровью. Он относится отрицательно ко лжи, но не к лгуну.

Лжет тот, кто не осмеливается высказывать правду. Бывает ложь, которую мы считаем ложью и за которую требуем сурового наказания. А есть ложь, которую мы за ложь не считаем, и чем больше ее оправдываем, тем вероятнее она оборачивается тяжелой болезнью, опасной для жизни. Такая ложь происходит от того, что именуется вежливостью. Например, человек умалчивает о правде, чтобы не тревожить других. Либо переводит разговор на иную тему, желая отвлечь внимание от проблемы. Сюда также относится всякое дипломатическое поведение, когда все знают, как обстоит дело, но покуда слово не сказано, пальцем ни на кого не указывают.

К числу наиболее распространенных заболеваний слизистой оболочки рта относится афтоз. **Афты** являются собой **очень болезненные поверхностные язвочки на слизистой оболочке рта**, вызываемые вирусом. Вспомним, что **вирусное заболевание возникает, когда человек обвиняет самого себя**, а бактериальное — когда он обвиняет других. Таким образом, **афт возникает, когда человек, не терпящий лжи, молча проглатывает чужую ложь, хоть и считает это постыдным.** *Когда человек стыдится своего поведения, сожалеет о нем, дает ему оценку, тем самым он обвиняет самого себя.*

У иного человека один афт проходит, и тут же появляется другой. Это значит, что человек страдает оттого, что не осмеливается либо не умеет противиться лжи, хотя считает это необходимым. В ком зреет сильный внутренний протест против подлой лжи и вместе с тем осознание собственной беспомощности, у того разом высыпает множество афтов. Кто испытывает жгучую ненависть ко лжи и к самому себе, поскольку не смеет высказать правду в лицо лгуну, у того развивается **обширный афтоз с повышенной температурой**, не позволяющий из-за боли ни есть, ни пить. Ребенка, перенявшего у родителей подобную ненависть, следует непременно отвести к врачу, так как без еды и питья он долго не протянет. Ему необходимо снять боль слизистой оболочки.

Нередко появление афтов у малышей приписывают грибковому заболеванию. Грибковое заболевание означает губительную ожесточенность по поводу жизни. Испытывающий страхи родитель, в большей ли, в меньшей ли степени, непременно бывает ожесточен на жизнь. Поскольку он сделался невосприимчивым, его собственная слизистая оболочка уже не реагирует на каждую мелочь.

Ребенок, желая родителю добра, берет на себя его болезнь. Грибок препятствует излечению и без того болезненного афта. Чем острее детская боль, тем острее ожесточенность на жизнь у родителя, чаще всего у матери.

Описывая иного человека, мы говорим: так зол, что брызжет пеной. Если Вы

задумаетесь, то поймете, что со словами или кулаками обрушивается на виновного тот, кто во всем ищет виновных на стороне. *Исходит пеной тот, кто злится на себя из-за того, что не смеет обрушить на ближнего словесный гнев.*

Если человек не желает выказывать своей злости, афты образуются на слизистой рта.

Если человек желает выказать свою злость, афты образуются на губах и на лице.

Речь идет о желании продемонстрировать свою честность, справедливость и борьбу против несправедливости как добродетель. Если человек начинает высказывать свою злость и тут же замолкает, то его лицо скорее всего напоминает пенящееся горлышко пивной бутылки, ибо он еще больше распаляет свою злость своей половинчатой честностью. Подсыхающие пузырьки покрываются корочкой. Жуткий вид монстра проходит через несколько дней, не оставляя отметин, если человек осознает свою ошибку и высвобождением стрессов помогает исцелению кожи.

Итак, если человек обвиняет себя словами:

«Ну почему я не сказал ему!..», афты возникают во рту,

«Ну почему я сказал ему!..», афты образуются на лице,

«Ну почему я сказал ему!..», но при этом сказанное прозвучало в пределах вежливости либо нормального тона, то афты возникают на губах, то есть в пределах нормального тона.

Чаще всего на слизистой оболочке рта образуются вздутия. *Отек всегда означает печаль. Печаль является бессильной злобой*, но чем больше покорность человека, тем меньше он способен распознать в печали злобу. **Отек десен** свидетельствует о печали человека по поводу того, что он не сказал виновнику печали, что тот причинил печаль. Если человек опечален из-за некоей конкретной мелочи, то отекает десна вокруг одного зуба, а если опечален из-за всего, отекают все десны. Пока печаль не проходит, отечность не спадает. Когда возникает **желание чуточку опечалить виновника печали**, то есть желание отплатить ему той же монетой — что само по себе является мстостью — тогда **десны начинают кровоточить**.

У иного десны кровоточат всю жизнь, и ничего страшного не происходит. А у другого, едва десны начинают кровоточить, ставится диагноз — **пародонтоз**, хроническое заболевание тканей, окружающих зубы, которое ведет к подвижности зубов. Как видите, **стоит одному стрессу перерасти в другой, как возникают и другие болезненные явления**.

Если человек беспрестанно думает о мстительном ближнем и желает что-то предпринять, хотя бы объяснить ему, что так нельзя, если в минуту отчаяния возникает желание причинить ближнему боль, чтобы тот понял, сколько боли он причиняет другим, — то десны у него кровоточат постоянно, то больше, то меньше. Кто испытывает сильнейшее желание растерзать ближнего зубами, но желание сохранять репутацию человека интеллигентного вынуждает его стать бесчувственным, равнодушным сухарем, у того десны иссушаются, атрофируются. Возникает пародонтоз.

Чем сильнее и всеохватнее подобное саморазрушение, тем скорее начинают

выпадать зубы. Умерщвление собственных чувств во имя обретения интеллигентности являет собой воззрение, которое вызывает людское одобрение и которое крайне трудно изменить. Потому и пародонтоз крайне трудно поддается лечению и практически не поддается лечению медицинскому. Человек интеллигентный, то есть приятный внешне, ведет себя пристойно там, где это ему выгодно, — в обществе, с помощью которого он старается пролезть наверх. Там он своего оскала не показывает и способности покусать не демонстрирует. А хотелось бы.

Общаясь же с людьми недостойными, с теми, кого он считает ниже себя, глупее, незадачливее, с людьми заблудшими и грешными, тот же человек может говорить такие болезненные и ядовитые вещи, что у стороннего наблюдателя на глаза наворачиваются слезы. Кто желает больно ранить ближнего словами либо действительно так и поступает, у того хоть и болят челюсти и зубы, однако зубы пока еще не выпадают. Чем слова ядовитее, тем скорее выпадают зубы, причем так, что человек ничего не чувствует.

Нечувствительность усиливает ядовитость, а яд усиливает нечувствительность.

Человек, больной пародонтозом, бывает немногословен, но его слов опасаются, ибо в них при всей их вежливости звучат обвинение, оценка, упрек, недовольство, страдальческая горечь. Появление пародонтоза можно предугадать у человека уже в ранней молодости по такой черте, как равнодушие. Если человек в 20-летнем возрасте в ответ на, скажем, просьбу ближнего предоставить ему свободу действий, бросает свое излюбленное: «А, мне все равно. Делай как знаешь», то неудивительно, если в сорок лет у него развивается пародонтоз. Человек считает себя великодушным, предоставляя ближнему свободу действий, а великодушие является спутником гордыни. Гордыня — это желание быть лучше других. **У человека с комплексом неполноценности** гордыня гложет самое себя, покуда изо рта не выпадут зубы.

Человек, который в предыдущей жизни жил за счет чужого ума и выполнял чужую волю, выбирает родителей, подобных себе, с тем чтобы учиться самому и учить родителей. Судьба детских зубов находится в родительских руках, и родителям под силу предотвратить развитие нежелательных дефектов. Для этого нужно отказаться жить по чужой указке, а спрашивать в каждой конкретной ситуации совета сперва у своего сердца, а затем у спутника жизни. Действие с общего согласия и общими усилиями способствует совершенствованию родителей, что придает детям уравновешенности, то есть рассудительности.

Не следует забывать, что жизнь ребенка начинается с момента его зачатия. Если любящие родители с уважением относятся к рассудительности друг друга и во всем друг с другом считаются, то у эмбриона закладываются полноценные зачатки зубов, и у ребенка зубы вырастут сильными и здоровыми. Зачатки зубов начинают развиваться с конца шестой недели беременности. Они один к одному выражают взаимоотношения родителей. Если родители неспособны думать наперед, то впоследствии придется много потрудиться, чтобы привести в порядок зубы ребенка.

Есть нехитрый рецепт для родителей, желающих сберечь зубы ребенку: **не вгрызайтесь в рассудительность ребенка своей мудростью!** Научитесь уважать ребенка и его выбор. Если у Вас созрел хороший план, поинтересуйтесь у ребенка его мнением. Вы увидите, что ребенок всегда с

Вами согласится, поскольку явился на свет, чтобы все делать с общего с Вами согласия и двигаться в общем направлении. Если ребенка принуждать и подгонять, он начинает протестовать, и это Вас обижает, ибо Вы отождествляете себя со своим телом и Вам даже в голову не приходит, что ребенок протестует против принуждения, а не против Вас лично.

Дайте ребенку расти, вместо того чтобы воспитывать его насильно.

Если Вас покорило понятие насилия, то постарайтесь понять, что всякая попытка изменить ближнего по сути является насилием и препятствует его изменению. На свет мы являемся по своей воле, являемся для того, чтобы измениться, но когда нам это навязывается, это становится насилием. Чем больше оно применяется по отношению к ребенку, тем ребенок делается агрессивней. Сам он этого не понимает. Если Вас задевает слово «насилие», то это знак того, что оно задело таящуюся в Вас энергию насилия, следовательно, ее следует высвободить.

Между понятиями «расти» и «воспитывать» разница столь же большая, как между черным и белым. Для того чтобы расти, в первую очередь требуется время, а чтобы воспитывать, требуются розги. Помогут ли они, это уже вопрос иной. Об этом поговорим отдельно.

Первые зубы — **молочные**. *Энергия молока есть потребность в том, чтобы другие наладили мою жизнь.* Беспомощный ребенок нуждается в помощи окружающих. Со временем он и сам научится налаживать свою жизнь, и тогда молочные зубы начнут выпадать. Ломающиеся молочные зубы говорят о том, что родители перебарщивают со своей добротой. Если молочные зубы не желают выпадать и вынуждают остальные зубы расти вкривь, это означает, что ребенку привито устрашающее представление о самостоятельной жизни. Он боится, что своим умом ему не обойтись. Растущие вкривь зубы подобны сдвигу в детском подсознании, что по сути и есть рассудительность.

Растущие вкривь зубы указывают на то, сколько ребенку пришлось настрадаться еще в материнском чреве, со стиснутыми зубами наблюдая за лишенными всякого здравого смысла отношениями между родителями. Если после рождения у ребенка гноятся глаза либо они подвержены воспалению, это служит предупреждением, что зубы начнут расти вкривь. Родителю это должно говорить о том, что еще не поздно исправить ошибки, ведущие к дефектам детских зубов.

В последнее время ко мне стали обращаться взрослые люди, среди них даже те, кому за 80, в связи с тем, что у них как будто стали расти новые зубы, а затем выяснилось, что эти зубы всегда у них были, но **не прорезались** ранее. «*Что это значит?*» — спрашивают они у меня. А то, что человек до сих пор не осмеливался выказывать свою житейскую мудрость. Он привык в известных ситуациях всегда свою рассудительность подавлять. Ему приходилось вечно жить по чужой указке. Теперь же возникла потребность жить, будучи самим собой.

Боль, с которой такие зубы прорезаются, указывает на то, сколько нам приходится страдать, когда мы позволяем окружающим брать над нами власть. Мы настолько приучили их к этому, что они нисколько не сомневаются в своем праве.

Зубы, которые прорезаются в пожилом возрасте, обычно удаляют, так как они причиняют сильную боль. Это указывает на всю ту боль, которую человеку приходится выносить, подавляя свою рассудительность.

Зубные протезы, они же искусственные зубы, заменяют собственные. Внешне они идеальны, и чем их больше, тем больше внешней идеальности. Чем сильнее Вы желаете нравиться умным людям, тем безропотнее абсолютизируете чужой ум. Это может привести к тому, что Вы перестанете внимать голосу сердца. Если у Вас осталось еще хоть несколько собственных зубов, научитесь пропускать все знания через сердце, ибо так они становятся Вашей рассудительностью. В свое время Вы учились в школе, а значит, вобрали в себя мертвую мудрость. Теперь отпустите ее. И она станет живой мудростью.

Если Вы погубили свои зубы, то есть рассудительность, и их Вам удалили, и, пройдя через палочный строй страданий, Вы достигли нового уровня рассудительности, то протезы сидят, как свои. Вы не говорите о них «фальшивые зубы», то есть не протестуете против фальши, а счастливы оттого, что изобретена замена для недостающих у Вас частей тела. Вы не говорите «искусственные зубы», а значит, не похваляетесь творением, которое создано не Вами лично. Вы благодарны стоматологам — и новые зубы ничуть не хуже собственных.

В зубах отражается как прошлое человека, так и настоящее и будущее. Вряд ли Вы помните, как появлялись у Вас зубы. Но вспомните, как они появлялись у Вашего ребенка или внука. Точно так же проявляется и его рассудительность. У иных первые зубы прорезаются в возрасте нескольких месяцев, остальные зато заставляют себя долго ждать. Это значит, что проявления детской рассудительности не вызвали ощущения счастья. То, что является сокровищем, вызвало радость, а то и вовсе осталось незамеченным. Этот ребенок явился на свет, чтобы как можно раньше зажечь своей рассудительностью, ибо в прошлой жизни позволил окружающим взять над собой власть. Прорезавшиеся слишком рано зубы пусть послужат родителям предупреждением, которое гласит: не навязывайте мне свой ум, а научите развивать мою рассудительность.

Во многих семьях появление первого зуба у ребенка воспринимается как настоящий праздник. Не следует недооценивать проявлений у ребенка рассудительности, тогда и остальные зубы будут прорезаться легко. Нужно внимательно следить за развитием ребенка, придавать большое значение своеобразию его интересов. Это необходимо для того, чтобы способствовать развитию ребенка. В то же время нельзя превращать ребенка в пуп земли. В семье, где жизнь крутится вокруг ребенка, рано или поздно все идет кувырком. Большинство родителей вынуждают ребенка делать то, что кажется полезным и выгодным им самим. Чем сильнее принуждение и чем сильнее детский протест, тем хуже у ребенка состояние зубов. Судьба зубов зависит от того, как протекает беременность и первый год жизни.

У некоторых детей первые зубы режутся в годовалом возрасте или еще позже. Это значит, что у ребенка не было повода проявить свою рассудительность. Если процесс прорезания зубов сопровождается беспокойством, постоянной потребностью чесать десны, обильным слюноотделением, нарушением пищеварения и повышенной температурой, это говорит о том, что **ребенок боится обнаружить свою рассудительность**. Почему? Потому что родители кичатся своим умом, а ребенка ни во что не ставят. Если же зубы режутся столь незаметно, что обнаруживаются, лишь когда об них звякнет ложка, это значит, что ребенка уважают.

Я знаю детей, у которых первый зуб прорезался незаметно в годовалом возрасте, а спустя пару месяцев недели за две так же незаметно прорезались и остальные. Говорит это о том, что точно так же проявят себя его ум и рассудительность. Поначалу будут сложности, но затем все наверстается. Захотят ли родители дожидаться того нескорого дня, когда бутон детской рассудительности раскроет свои лепестки, либо же велят ребенку, как нынче принято, сызмальства бросаться на штурм знаний наперегонки со всеми, что рождает у него протест, — это зависит от родительской терпеливости.

Каким образом Вы характеризуете то, как у Вашего ребенка либо внука прорезались зубы, таким же образом проявляется у него ум. Поскольку зубы растут у всех детей, то не бывает детей без рассудительности. Сколь много детей с плохими зубами, столь же много детей с загубленной рассудительностью. Они бывают умные, но это не возмещает отсутствия рассудительности, либо бывают глупые, но наличие здоровых зубов не перевесит наличия глупости.

У зуба имеется верхушка и корни. У иного человека верхушки зубов хрупкие, чувствительные, ломаные, тогда как корни сильные. А бывает и наоборот. В какой бы связи ни употреблялось слово «корни» — в словах ли, в мыслях ли — оно всегда метафорически обозначает родителей. Сам же человек всегда соотносится с верхушкой, с венцом. Каким венцом Вы являетесь для родителей, зависит от Вас самих. Большинство зубов начинают разрушаться с верхушки, ибо человек недоволен своим умом.

Слишком длинные, кривые и с прочими особенностями зубные корни характеризуют родителей точно такими же словами. Если корни верхних зубов прорастают в верхнечелюстные пазухи, это значит, что Вы позволяете родителям таким образом вращаться в Ваше будущее, то есть укореняться в нем, что у Вас возникают по этому поводу осложнения. Зубы причиняют Вам такие же страдания, как причиняют родители.

Возникшее под здоровой верхушкой гнойное воспаление корня, как правило, приводит к удалению зуба. Стоматолог может пытаться сотворить чудо, но если человек невыносимо унижен тем, что родители либо пожилые люди упрямо отстаивают свою правоту, и больше не может и не желает этого терпеть, то гнойный процесс может привести к остеомиелиту челюстной кости и отправить человека к праотцам. Гнойное воспаление происходит от невыносимой униженности. В подобном кризисном состоянии лечение мыслями запрещается.

Наилучшим решением проблемы была бы ссора, при которой человек выплескивает свою невыносимую униженность и, не стесняясь в выражениях, режет правду-матку, хоть это и неинтеллигентно. Все же это лучше, чем смерть. В такой ситуации непременно нужна ссора, но только после нее следует сделать правильный вывод. Однако обычно его не делают. Однократный выплеск злобы хоть и помогает, но если затем человек продолжает обвинять других, она быстро накапливается, и исцеление отодвигается на неопределенный срок.

Желание прервать отношения с родителями приводит к тому, что человек лишается зуба. Если ребенка охватывает отчаяние из-за плохой черты родительского характера, то ребенок желает избавиться от родителя, хотя и не желает ему смерти. Тело улавливает суть дела, и человек избавляется от соответствующего зуба. Оно показывает, что бывает, когда мы отождествляем родителя с чертой его характера. Если человек чувствует, что

данный родитель ему не нужен, и если у него хватает смелости самому отказаться от родителя, то у человека зуб выпадает сам.

Поскольку большинство людей ждет, чтобы это болезненное решение приняли за него другие, то большинству стоматолог и делает эту болезненную операцию, словно говоря, что рассудительность и ум твоих родителей есть плоть от плоти твоей и ее негоже от себя отрывать, но если иначе нельзя, то никуда не деться. Иначе не выжить.

Нынче конфликт между родителями и детьми куда обостренней, чем когда-либо раньше. Доказательством этому служит тот факт, что наши предки умирали с собственными зубами, тогда как мы начинаем их лишаться уже с молодых лет. Мы не умеем любить своих родителей такими, какие они есть. Считаем себя лучше родителей и желаем их видеть по меньшей мере такими же, но не осознаем того, что являемся суммой родителей.

В свою очередь, родители не способны понять, что дети являются зеркальным отражением их собственной жизни. Кому не угодно глядеть на свое отражение, тот желает от зеркала избавиться. Существует поверье, согласно которому человека, разбившего зеркало, ожидает девять лет несчастной любви, а отказ от собственного ребенка обрекает на терзания совести в течение семи поколений. Во избежание такой беды есть очень простой рецепт: родителям нужно признать свои ошибки друг перед другом и перед детьми. Тогда и дети, видя наглядный пример, осмеливаются признать собственные заблуждения, не опасаясь того, что их сочтут плохими.

Мужество признавать свои ошибки называется честностью.

Честные родители подобны сильным корням, и они передают детям сильные зубные корни. Если дети с благодарностью принимают то, что им дают, то и верхушки зубов у них в порядке. Но если, будучи ослепленными внешним блеском окружающего мира, недооценивают даваемое родителями хорошее и плохое, а превыше всего почитают мудрость людей посторонних, то верхушки зубов у них разрушаются, невзирая на сильные корни.

Рассудительность либо есть, либо ее нет. О ней нельзя сказать, большая или малая, хорошая или плохая. Ее особенности отражаются в величине зубов и характеризуются при помощи земных понятий. *Длина зубов, их ширина и постановка* выражают протяженность, ширину и размещение рассудительности. **Человек с длинными зубами имеет большой потенциал духовных способностей.** Ломаные длинные зубы указывают на то, что потенциал разрушен, ибо человек принимает навязываемые ему знания. Чем хуже зубы, тем рьянее их владелец норовит словами укусить других людей. Чем больше человек норовит покусать окружающих, тем хуже зубы. Получается замкнутый круг.

У каждого зуба своя энергетика. Кто воспринимает духовность как одно большое целое, у того зубы одинаковой величины. Кому предначертано судьбой следовать одному или другому руслу духовности, у того зубы разной длины и ширины. Укорачивая те, что подлиннее, надпиливанием из соображений эстетических, человек усложняет для себя реализацию своего потенциала развития.

Широкие зубы указывают на потенциал материального развития. Они несколько крепче, по сравнению с длинными, ибо страх лишиться куска хлеба и последних одежек способствует разумному хозяйствованию, то есть способствует серьезному, идущему от сердца отношению к хозяйственным

проблемам. Если толковый хозяйственник подхватывает чужую мудрость, однако не пропускает ее через себя, то его предприятия прогорают, и вдобавок начинают болеть зубы, словно одного хозяйственного краха ему мало. Пословица гласит: где тонко, там и рвется. Это значит, что если в жизни что-то не так, то и здоровье тут же начинает барахлить. Люди умные никак не хотят увязывать между собой эти две вещи, тогда как жизнь все более красноречиво доказывает, что надо бы.

Редкая расстановка зубов говорит о том, что у рассудительности хватает пространства для материального развития. Тесно стоящие зубы говорят об обратном. Если зубам так тесно, что они налезают краем один на другой, это значит, что человеку не имеет смысла упираться из-за материальных дел — все равно у него ничего не получится. Такова судьба. Не исключено, что он обретет материальные ценности посредством духовности при условии, что ему еще в детстве позволяли идти дорогой духовного развития и не принуждали становиться сперва умным, затем богатым и наконец счастливым.

Если ребенок с неровными зубами обладает душой художника и ему позволяют реализовать свои фантазии в искусстве, то с развитием челюстной кости ребенок приобретает два красивых ровных ряда жемчужин. Кривые, теснящие друг друга зубы портятся быстрее всего. Почему? Потому что для большинства современных людей важнее всего преуспевание, и они не ведают, что означает духовное развитие. Чем больше приказов и запретов исполняет, стиснув зубы, ребенок, тем страшнее у него во рту коряги.

Работу можно выполнять с рассудительностью, а можно и с умом. **Состояние полости рта и зубов выявляет, в какой степени человек умеет планировать свои дела.** *Резцы иллюстрируют способность планировать общее, а коренные зубы — способность планировать частное.* Об этом я рассказывала ранее. Подобно тому как создание прекрасного проекта не означает, что при строительстве не потребуется работать головой, так и перемалывание пищи зубами само по себе еще не означает полного ее усвоения телом.

Внутреннее состояние зубов, с точки зрения медицины, зависит от наличия в организме кальция и фтора. Внешнее состояние зависит от чистоплотности. **Фтор обладает энергией движения к духовному, основанной на материальности.** Иными словами, фтор придает энергии развития форму растущей пирамиды, которая, как Вы знаете, основанием опирается на землю, а вершиной устремляется в небо. **Нехватка фтора** превращает строительный материал, из которого выстроена пирамида, в глину, которая при избыточном содержании воды, а значит, *печали*, расплзается по поверхности, словно тесто. А при недостаточном содержании воды, то есть когда человек *льет слезы от жалости к себе*, становится ломкой, крошащейся от малейшей нагрузки.

При **избыточном содержании фтора** пирамидальная энергия становится чересчур остроконечной, чересчур устремленной ввысь, чересчур агрессивной. Подобно тому как человек штурмует опорные столбы духовности, желая поумнеть, ибо считает ум духовностью, а духовность умом, так и добавляемый в продукты питания и в зубную пасту фтор атакует зубную эмаль, оставляя на ней коричневые пятна. Происходит это соответственно тому, какую цель преследует человек, желающий поумнеть. Когда фтор добавляют в питьевую воду в местности, бедной фтором, мы имеем дело с благодатной заботой о здоровье населения. Но то, что фтор

содержится во всякой зубной пасте, это уж слишком.

Изо рта пища попадает в пищевод. В процессе работы необходимо продумывать каждое движение. В маленькое отверстие большой кусок не пропихнешь, не повреждая при этом отверстия. Многие люди желают проглотить кусок побольше — *в переносном, духовном смысле*, и он застревает в пищеводе, но уже не в переносном, а *в прямом, земном смысле*.

Пищевод — это не просто канал, по которому проходит пища. Пищевод показывает, посредством кого или чего, то есть с помощью кого или чего, человек намеревается осуществить свой грандиозный план. У кого планы всегда непомерные, у того происходит **сужение пищевода**. Почему? Потому что непомерные планы сопровождаются *страхом не добиться желаемого*. Это вызывает постоянное спастическое, т. е. суженное, состояние пищевода, который от больших кусков пищи растягивается и травмируется.

Испытываемые человеком *обида и униженность из-за того, чего не добился*, вызывают воспаление на том же участке.

Человек, который не в состоянии отказаться от великих желаний, не отказывается и от больших кусков пищи. Отказываться не позволяет человеку убеждение, что он имеет право требовать желаемого, ибо отказ для человека, обуреваемого страхами, равносителен сдаче позиций, предательству. Измене, в том числе и тому, чего еще нет, — цели. Кому предательство ненавистно, тот не отказывается от своего, даже если оно тем самым истребляется. Это означает, что человек попадает в зависимость от своих желаний. *Состояние зависимости* приводит к тому, что пораженные воспалением ткани рубцуются.

Рубец стягивается, или сужается, столь же скоро, сколь скоро возникает ощущение, *будто жизнь держит меня за грудки и не дает идти вперед*. Держать человека за грудки может только чрезмерное чувство ответственности, оно же чувство долга. Чем активнее названные стрессы, тем вероятнее, что ткань подвергнется разъеданию, за чем последуют принципиально те же изменения в пищеводе. Напомню читателю, что страдания детям причиняют родительские проблемы.

Кто считает себя вправе *настаивать* на том, чтобы его планы безоговорочно принимались, чтобы для их осуществления создавались особые условия либо чтобы с планами повременили до лучших времен, у того возникают **дивертикулы пищевода** — мешковидные выпячивания. Большое количество заглатываемой пищи растягивает пищевод, еда попадает в дивертикул и не выходит оттуда, а затем начинает гнить и вызывает воспаление. Ощущение, *будто в груди застрял кусок*, может длиться годами, пока врач не догадается назначить специальное обследование пищевода. Если человек считает, что его планам не дают хода нарочно, что его *умышленно* желают таким способом оскорбить и над ним *поиздеваться*, то у него развивается рак пищевода.

Из пищевода пища попадает в желудок. У многих людей еда в желудке оказывается будто случайно, так как **желудок** не подготовлен к перевариванию пищи. Возможно, Вы помните, что **желудок заболевает, когда человек принуждает себя к работе**. Не будь страхов, не было бы и злобы, к которой относится и собственное принуждение.

Человек, не ведающий страхов, испытывает счастье оттого, что имеет возможность делать работу.

Если в человеке сидит *страх приступать* к чему-либо, то человек боится браться за любое дело, в том числе и работу. Его желудок подобен складскому помещению, в которое что-то набросали, словно в мешок, а что именно, его не касается. Он делает вид, будто занят более важными делами. Страх начинать новое вынуждает человека изобретать самые разные отговорки, чтобы не браться за дело, даже если замысел прекрасен. Отговорки могут звучать убедительно для окружающих, и лишь желудок знает истину, из-за чего и заболевает.

У человека, обладающего развитым *инстинктом собственника*, но не имеющего ничего за душой, вопреки желаниям, возникает полное равнодушие к чужим делам. В других он видит себя и безнадежно машет рукой, когда речь идет о чужих начинаниях. Со временем уже и собственные вызывают у него ощущение безнадежности, ибо без посторонней помощи ему не обойтись. Невзирая на все попытки заставить себя действовать, человека охватывает *состояние безысходности*, что приводит к *вялости желудка*. Вялый желудок растягивается независимо от того, есть в нем пища или нет.

Принято считать, что **увеличенный желудок** является следствием переедания. Так оно и есть, однако переедание является не причиной, а следствием. ***Переедание вызывается желанием иметь как можно больше.*** Это желание приказывает желудку стать больше — и желудок увеличивается в размерах. Вместе с тем рецепторы насыщения начинают требовать, чтобы желудок не пустовал. Рецепторы насыщения реагируют на ***нежелание произносить пустые слова и делать пустую работу,*** нежелание тратить время на пустое дело. Если человек испытывает эти оба стресса — *желание много иметь и нежелание делать пустое дело*, то в его желудке умещается невероятное количество еды и питья.

Кто желает много иметь, тот начинает требовать того же и от других, и те начинают протестовать. Так, у человека может ***быть протест против чрезмерных желаний и нежелание выполнять пустую работу,*** следствием чего является маленький, ***конвульсивно сжавшийся желудок.*** Человек перегружает его пищей, как перегружает и график дел на день. После еды в желудке не должно оставаться ни сантиметра пустого пространства. Если пустое пространство остается, у человека портится настроение. Если порция еды рассчитана не точно и человек из вежливости вынужден доест все до конца, то последние куски он будет есть через силу, однако настроение у него будет испорченным.

Уравновешенный человек скорый, но он не спешит, а потому и не становится медлительным. Испуганный человек спешит, покуда не обессилевает, после чего движется все медленнее и наконец останавливается. Точно так же работает его желудок. Насилу волоча ноги от усталости, мы принуждаем себя делать одно, другое, третье, в том числе заставляем себя принимать пищу, поскольку знаем, что она придает силы. Но никто не задается вопросом, нужно ли все это нашему телу, частью которого является желудок.

Уставший от принуждения желудок не успевает завершить свою работу к следующему приему пищи и *подаёт об этом знак ощущением сытости, однако к нему не прислушиваются*, ибо для работы человеку требуется побольше сил. Представьте себе резиновый мяч, в котором собирается еда. Набивают ли его одним разом или понемногу — результат один. Различие заключается лишь в содержимом и во времени, в течение которого изменяется и само

содержимое.

Поглощенное в спешке чрезмерное количество пищи выдаивает у желудка весь пищеварительный сок. Сок перестает вырабатываться, возникает сухость, и переваривание пищи прекращается. Пища начинает гнить. Гниющая пища застаивается в желудке. Привычка есть в спешке рождает привычку есть помногу, невзирая на то, что желудок еще полон.

Чрезмерный аппетит возникает не из-за нехватки калорий, а из-за нехватки жизненно необходимых элементов — минеральных веществ и витаминов. Речь идет не о количестве, а о качестве пищи. Переедание происходит не из-за того, что человек еще не наелся, а из-за того, что вместе с пищей человек недополучает необходимых веществ. И дело не в том, что в пище не содержатся вещества, которые уравнивали бы конкретный стресс, а в том, что тело не в состоянии извлечь данное вещество из пищи.

Почему так происходит? Потому что пища не может дать человеку необходимого, если человек не способен брать от жизни то, что она предлагает. *Пища дает нам все, что необходимо.* Чем выше требования человек предъявляет к еде, тем больше из еды извлекает. К сожалению, это обычно прямо противоположно потребности.

Уравновешенный человек *не испытывает от еды ощущения сытости*, а испытывает **чувство удовлетворения**, ибо пища ни на секунду не застаивается у Него в желудке. В действительности пищеварение является собой невероятно быстрый, непрерывный процесс, при котором расщепление, всасывание, усвоение и выделение происходят одновременно. Пища дает человеку в первую очередь то, что ему необходимо для жизни. Результат зависит от того, чем для человека является жизнь. Для одного это *только* существование физического тела, для другого — *прежде всего* существование физического тела, для третьего — только наличие духовного тела, для четвертого — прежде всего наличие духовного тела. Пища отдает все сполна тому, кто ничего не отрицает, осознавая двусторонность жизни, и понимает, что жизнь начинается с неба, но без земли не было бы и жизни. Подобно тому как небо дает земле, так и земля дает небу.

Скажите, пожалуйста, если бы Вам сейчас предложили выбрать между красотой и рассудительностью, что бы Вы предпочли? Жизнь на каждом шагу ставит нас перед подобным выбором. Если задающий вопрос уточнил бы, что рассудительностью именуют внутреннюю красоту, то Вы, пожалуй, задумались бы, прежде чем дать ответ. Поскольку же уточнения не последовало, Вы машинально отвечаете так, как подсказывает Мудрая Расчетливость. Она подсказывает, что важнее всего то, что *бросается в глаза*. Хорошему человеку, как и тому, кто желает стать хорошим, прежде всего в глаза бросается красота, ибо красота — это хорошо. Выбирая красоту, Вы начинаете ее культивировать и не желаете смириться с тем, что она оборачивается уродством.

Хорошему человеку, желающему блага, и в голову не приходит, что от блага можно и отказаться. Подобную мысль не допускают стрессы человека. ***И рассудительность тоже является благом, если ее оценивать земной меркой, но рассудительность нельзя получить, она является сама, если Вы ее достойны, поэтому ее невозможно оценивать.*** Если Вы желаете ею похвалиться и потому начинаете о ней судить, то оценить Вам удастся только ум, ибо рассудительность уже улетучилась.

Красота и рассудительность связаны с питанием как прямо, так и косвенно. Возможно, Вам поможет, если Вы скажете себе, что аппетит связан с желаниями и нежеланиями. О человеке, который начинает полнеть, говорят, что он *стал хорошо жить*. Это означает, что человек желал хорошего, получил хорошее, сам считает это хорошим и жизнь у него идет, как по накатанной колее. А сойти с накатанной колеи ох как непросто.

Толстый человек доволен жизнью, но недоволен собой.

Худой человек доволен собой, но недоволен жизнью.

Если бы Вы стали вместо былого благодушия *искренне* протестовать против плохого *во имя того, чтобы похудеть*, Вас сочли бы плохим человеком. Этого Вы не желаете. Остается одно — вести беседу со своими желаниями и нежеланиями, выявить их для себя и потихоньку высвободить. Не для того, чтобы обрести стройность и привлекательность, а для того, чтобы высвободить из себя как хорошее, так и плохое. Тогда Вы обретете внутреннюю красоту и рассудительность.

Желаю хорошего — значит потолстеть. Не желаю плохого — значит похудеть.

Кто дает, тому воздается, и он принимает воздаяние с благодарностью. Когда бедняк, никогда не евший досыта, но не забывающий возблагодарить Господа за хлеб насущный, оказывается за богато накрытым столом, он готов съесть все без остатка. А, начав есть, поклует чуточку, и все. Почему? Потому что он вобрал энергию пищи духовно, а духу известно, сколько для него необходимо физического, чтобы духовное и физическое находились в соответствии друг с другом.

Беден ли человек или богат, но если он счастлив, пищеварение у него нормальное, и он полностью усваивает энергию пищи, даже если что-то и не переваривается. Например, пищеварительный тракт человека не способен переварить целлюлозу, а использует ее в качестве емкости для транспортировки пищи. Человек с нормальным отношением к жизни принимает **энергию природной мощи**, заключенную в целлюлозе, и эта энергия рождает в человеке *веру в себя и в успех своих начинаний*.

Когда я увидела третью чакру как средоточие энергии вынужденного положения, я не понимала, почему она так именуется — **солнечное сплетение**. Ведь солнце — это дающий, который отдает, не спрашивая разрешения. Постепенно я поняла, что так как ищущие стрессы, вызывающие болезни, то и должна была увидеть *вынужденное положение* в противовес *свободе*, ибо они составляют две грани единого целого. Если человек уравновешен, то есть является Человеком, то его солнечное сплетение подобно излучающему лучи солнцу, то есть дающему, и тело человека функционирует подобным образом. Покуда мы видим лишь то, что Солнце дает Земле, но не видим того, что Земля дает Солнцу, мы не способны отдавать незримым образом, подобно Земле.

Если человек начинает жизнь с себя, его желудок в порядке. Это значит, если человек знает и чувствует, что все, что он делает, он делает для себя, то его желудок здоров. Как и человек, желудок не принимает в себя и не оставляет в себе ничего лишнего. О нем можно сказать, что он такой, каков есть. Он — это я сам. Такой человек ясно ощущает свои потребности, в том числе и относительно пищи.

Желая стать все более положительными, мы обычно запикиваем в себя больше, чем нужно — на всякий случай. В результате в теле накапливается и то, что не нужно или даже опасно. Этот балласт не может не обернуться избыточным весом и нездоровьем. Покуда мы еще держимся на ногах, чтобы творить благо для окружающих, заботу о своем теле мы откладываем на завтрашний день. Таким образом, **кто желает быть хорошим, толстеет и становится больным. А кто про себя знает, что он хороший, тот не должен толстеть.**

И физические болезни посещают его реже. Почему? *Потому что человек не копит в себе ничего для других.* Возможно, его называют эгоистом, который не думает о других, никогда ничего другим не дает и ничем не делится, но если такое отношение к нему окружающих не вызывает в нем злости, то он будет жить в полном здравии и дальше. Но если он жаждет людского общества, ощущает себя отверженным и в этом винит себя, у него возникают психические расстройства.

С той минуты, когда он начинает винить других, у него развиваются физические заболевания. Гордое презрение к виновникам его страданий и огромные усилия держаться мужественно в создавшейся ситуации в конце концов ведут к раку желудка. В каждом человеке уживаются доброта и эгоизм, и если они вступают в борьбу друг с другом, человек заболевает и психически, и физически, сбивая с толку врачей в постановке диагноза.

Ошибочный диагноз больше всего злит тех больных, кто сам в нем виноват. В зависимости от трансформации стресса, одна болезнь может за сутки превратиться в другую, а так как человек у врача каждый день не бывает и не ходит постоянно к одному и тому же, отсюда и представление, что все врачи дураки. Особенно сложно врачу ориентироваться, если в будничной жизни у больного семь пятниц на неделе, а к врачу он заявляется с лицемерной улыбкой на лице, мол, бедный я, несчастный. Иначе говоря, если Вы больны, будьте с врачом откровенны.

Помогая врачу, Вы помогаете себе. Ведь речь идет о Вашем здоровье. Почему врач обязан выуживать из Вас то, что Вы отчаянно стараетесь скрывать? Если *Ваше желание выказать себя с положительной стороны* привело к ошибочному диагнозу, то по крайней мере не обвиняйте врача. Обвиняющая злоба усугубляет болезнь, и в результате появляется еще один ошибочный диагноз.

Желание быть сильным способствует быстрому и легкому извлечению калорий. Но если пропадает воля к жизни, у человека пропадают всякие желания, включая желание быть сильным, и калории не усваиваются. Если Вы обращали внимание, старые люди любят держать во рту конфету. Они объясняют это тем, что во рту горько. Всосывание во рту сахара уравнивает страхи и злобу и устраняет ощущение горечи. Если старый человек перестает различать вкус, то есть если рот делается *нечувствительным из-за умерщвления чувств*, он становится равнодушным к конфетам. У человека пропадает потребность в жизненной силе, ибо исчезает воля к жизни.

Калории дают примитивную жизненную силу — энергию злости, с которой делаются дела материального мира, и не обижайтесь на меня за мою откровенность. Знайте — всё, что есть на свете, — нужно. В том числе и злоба — неотвратимая составная часть материального мира. Человек должен заботиться о том, чтобы она не разрасталась безмерно. Примитивная

жизненная сила нужна, чтобы мы были живы. Если мы живы, мы сами в состоянии позаботиться о том, чтобы примитивная жизненная сила не перехлестнула через край.

Уравновешенные стрессы с малой амплитудой колебаний обеспечивают устойчивость, которую содержат в себе в необходимой мере все энергии и которые могут пригодиться человеку в жизни. Если мы желаем быть сильными, но не желаем быть воинственными, то мы едим слишком много, и избыточные калории скапливаются в виде резерва сил в жировой ткани. Иначе говоря, желание быть сильнее, чем необходимо, вызывает ожирение. В этом случае толстый человек не борется физически, а борется духовно, и борьба сия именуется Исправлением Мира. Он борется внутренне со своими потребностями и запрещает им подавать голос. Точно того же он требует и ожидает от окружающих.

Полной противоположностью такого человека является тот, кто руководствуется ***нежеланием жить такой жизнью***. Этот стресс ведет к психической болезни, известной как ***anoreksia nervosa*** — отсутствие аппетита. Больной анорексией страшится еды больше, чем голодной смерти, поскольку живым он считает себя только при условии, что стройнее его нет никого на свете. ***Догматическая зацикленность на своей внешности основывается на чувстве вины***.

Бытует мнение, что людям красивым, богатым и умным везет всегда и во всем. А люди некрасивые, бедные и глупые всегда во всем виноваты. Человек, пострадавший из-за своей некрасивой внешности в предыдущей жизни, может иметь красивую внешность в нынешней, но в нем живет прежний стресс, и человек бывает недоволен своей внешностью. Если недостаток внешности состоял в избыточном весе, то немудрено, что в настоящей жизни человек отчаянно боится лишнего грамма веса. На деле же он боится оказаться виноватым. Боится снова оказаться обделенным всем тем, чем он был обделен в прежней жизни по его же собственной вине — из-за того, что был толстым.

Вместо того чтобы пускаться на ухищрения либо кормить больного анорексией насильно, его семье следовало бы в первую очередь заняться освобождением своей корысти. Также необходимо оставить привычку идеализировать красивую внешность. Стремление достичь цели путем пренебрежения всем, что наименее ценной вынуждает юное создание отказываться от всего, что идеально. И цель достигается — человек умирает. Мертвый человек куда идеальнее живого.

Если с самого рождения ребенку приходится выслушивать нескончаемые причитания, мол, ничего за душой нет, денег нет, все уходит на питание, попробуй прокормить тебя, обжору, то ребенок испытывает чувство вины всякий раз, когда отправляет кусок в рот. Еда встает поперек горла и не проходит дальше. ***Проблема экономии за счет питания*** возникает там, где жизнь сводится к накопительству. Современные методы лечения анорексии истребляют личность больного. Если у кого-то из молодых в Вашей семье имеются признаки анорексии, то знайте, что прежде всего родителям следует заняться исправлением своего мировоззрения. На первых порах молодого человека следует оставить совершенно в покое.

Сущность ***анорексии*** состоит в состоянии беспомощности и неборимой ***подавленности*** жизнью.

Сущность **булимии** состоит в борьбе против состояния беспомощности и подавленности жизнью.

Характерный при булимии неутолимый голод возникает в результате противоречивых стрессов и выражается в чередовании переедания и обильной рвоты. **Желание жить как можно лучше и нежелание жить той жизнью, какая есть**, в совокупности приводят к булимии. Желание бороться с жизнью накатывает, подобно морской волне, и человек набрасывается на еду, чтобы накопить сил. Ощущение, что это все не то, что для победы этого мало, вызывает у человека отчаяние, и если рвота не последует сама, он засовывает в горло пальцы. **Булимия — это борьба с собственными страхами.**

У человека множество всевозможных желаний. Кто *желает* быть человеком с головой, т. е. умным, у того болезни сосредоточиваются в голове. Кто *желает* быть хорошим подчиненным, исполнителем, рабом, дабы выслужить одобрение своего начальника, господина, хозяина и тем самым обеспечить себе хорошую жизнь, у того поражаются легкие. Кто *желает* выделиться скоростью своих ног, у того заболевают ноги. Кто *желает* улучшить свою жизнь работой, у того возникают проблемы с пищеварительным трактом. Если человек *принуждает* себя быть умным, образцовым, быстрым либо работающим, у того, помимо головы, легких, ног и органов пищеварения, непременно поражается и желудок.

Возможно, Вы заметили, что применительно к словам «подчиненный», «исполнитель» и «раб» я использовала слово «образцовый». Почему? Потому что **образцовость — это наивысшая оценка, даваемая раболепству.** «Молодец!» — говорят рабу, и он с облегчением втягивает в себя воздух, подобно лошади, которую похлопали по шее, разрешая ей дышать. Как лошадь, так и раба принуждают. Кто протестует, не желая быть лошадью или рабом, тому не позволяют дышать, а работу с него, тем не менее, спрашивают.

Чтобы человека не принуждали другие и тем самым не унижали, он начинает принуждать себя сам. Происходит это от желания скрыть свою униженность. Если он принуждает себя быть умным, образцовым, быстрым и работающим, то все названные выше органы поражаются один за другим. Если же человек решает внезапно усилить эти качества: ум, образцовость, быстроту и трудолюбие, то развивается системная болезнь, поражающая все перечисленные органы. Желание быть образцовым для окружающих поражает легкие. Желание быть образцовым для самого себя — желудок.

Резкое усиление одного желания вызывает заболевание одного органа или ткани.

Резкое одновременное усиление многих однотипных желаний вызывает системное заболевание.

Напомню, что, если человек желает быть хорошим, это происходит за счет других людей. Это означает, что человек кажется хорошим лишь в том случае, если кто-то рядом с ним плохой. Чем более хорошим человек желает быть, тем больше должно быть в его окружении плохих людей. Принуждая себя быть хорошим или очень хорошим, человек зарабатывает менее или более серьезную болезнь желудка.

1. **Кто принуждает себя быть хорошим, скромным, работающим**, у того

желудок подобен деревянному бочонку, что плавает в море нечистот. Чем дольше плавает, тем больше заполняется помоями, но наружу ничего не выплескивает. Древесина гниет очень медленно. Поэтому хороший человек, страдающий от окружающего зла, может ощущать себя обиженным жизнью и эту обиду проглатывать, чтобы не прослыть плохим, однако продолжает жить как ни в чем не бывало, невзирая на воспалительный процесс в желудке. Если гордость не позволяет человеку опуститься на ступеньку пониже, то человек духовно отдаляется от окружающих, уподобляясь подсыхающему бочонку, на который неизбежно летят брызги чужих нечистот. Иначе бочонок разохся бы.

Проглатываемая горечь разочарования вызывает выделение в желудке едкой кислоты, вынуждающей человека обличать других, чтобы возвыситься самому. Возникает язвенный гастрит, который велит человеку не задирать носа. Если человек этого не понимает, он старается подняться еще выше. Его желудок подобен пловущему по морю помоев бочонку, который, разохшись, трескается и идет ко дну. Так прекрасные цели человека оказываются перечеркнутыми язвой желудка и, случается, что навсегда.

Кто высвобождает из себя желание быть хорошим человеком, тот перестает принуждать себя быть таковым, и его желудок исцеляется.

2. В ком живет убеждение, что если не сделаю я, то не сделает никто, тот считает других ленивыми и неряшливыми и начинает их принуждать. Поскольку погонять людей — дело не из приятных, но приятен результат, человек принуждает себя принуждать окружающих — становится начальником, повелителем, властью, которая немыслима без приказов. У такого человека **желудок подобен закрытому каменному бочонку**, который в силу своей тяжести быстро идет ко дну. Если его там не тревожить, ничего особенного не происходит, разве что бочонок под давлением нечистот погружается все глубже, заполняясь грязью.

Покуда начальник, страдающий от опущения желудка, считает, что его команды движутся сверху вниз, с ним самим все в порядке. Если же жизнь доказывает, что его команды движутся снизу вверх, ему приходится заставлять себя подтягиваться. Его желудок ведет себя, как камень, старающийся всплыть над донной грязью, чем вызывает грязевую бурю местного значения и тем не менее снова идет ко дну. Если на своем пути он сталкивается с другим подобным себе твердым камнем, то ломается пополам и быстро наполняется нечистотами.

Когда в ходе борьбы за власть напряжение достигает критического предела и на пути человека встает подобный ему же «крепкий орешек», у человека открывается сильное кровотечение язвы желудка. Чем больше у человека власти, тем больше крепких орешков встречается на его пути и тем больше у него в желудке кровоточащих язв.

Кто высвобождает желание возвыситься над другими, тот не принуждает себя возвыситься, и желудок его исцеляется.

3. Кто принуждает себя быть сильным человеком, у того желудок подобен железному бочонку, который, плавая в нечистотах, хоть и ржавеет немножко снаружи, но вскоре вновь блестит от нечистот. Незаметный глазу износ замалчивается во имя внешней красоты. Сильный человек не извергает наружу проглоченные помои, ибо желает гордиться своей силой. Из помоев в итоге получается дерьмо и жидкость. Железо от

дерьма ржавеет одним образом, а от жидкости — другим.

Сильный человек говорит, что железо ржавеет и само по себе, намекая на то, что он смертен. Ему невдомек, что подобное безразличие к себе приближает смертный час. Дырку в железном бочонке залатать можно, но не чем-нибудь, а все тем же железом. Так глотая для залатывания дыр в желудке сверхэффективные лекарства, — действуют «железно»! — человек добивается лишь того, что заплат становится больше, чем первоначального железа. Железо незаметно проржавело и уже не держит заплату.

Железо — металл тяжелый, но не самый тяжелый, а потому у желающего быть сильным рак развивается не подспудно, а как следствие других болезней желудка.

Кто высвобождает желание быть сильным человеком, тому не приходится принуждать себя быть сильным, и желудок его исцеляется.

4. **Кто заставляет себя быть золотым человеком**, а золотому человеку положено иметь и золотые руки, у того **желудок подобен золотому флагманскому судну**. Он обязан всегда и во всем быть первым, ибо без него другие пропадут, и произойдет нечто ужасное. В море нечистот золото, окисляясь, тускнеет. Если что и доводится до блеска — для получения дополнительных баллов — так это надводная часть флагмана, но ни в коем случае не днище. Во-первых, потому что золотой человек старается не демонстрировать свое превосходство перед плохими людьми. Во-вторых, потому что золото стоит слишком дорого, чтобы его растрачивать впустую. Золотой человек не растрачивает себя на всякую ерунду и считает для себя унижительным, когда на него наваливают дерьмо. Если наваливают, он не отказывает.

Золотой человек не отказывает и в том случае, когда кто-то просит его одолжить золотую тачку, чтобы вывезти на поле свое дерьмо. Дерьмо подобно ртути, оно быстро превращает золото в прах. Если золотой человек, работяга, принуждает себя стать подвижным, как ртуть, то его желудок безо всякого предупреждающего сигнала SOS делается изъеденным, подобно днищу золотого корабля. Кто по жизни подвижен, как ртуть, и не в состоянии отказаться от уцелевшего золота, у того золото превращается в прах, хочет он того или нет.

Золото и ртуть относятся к числу тяжелых металлов. Чрезмерная их концентрация в теле ведет к раковому заболеванию. **Желание быть по-настоящему достойным человеком**, он же стресс, велит человеку **сгребать золото**, ибо золото — это ценность, благодаря которой человек якобы обретает достоинство. Желание это вынуждает человека жаждать золота, скупать его и навешивать на себя в виде украшений. Большой раком, который покидает сей мир вследствие концентрации золота в теле, может и вовсе не иметь золота.

Потребность быстро мобилизовать себя, находиться в постоянном движении и мгновенно вживаться в ситуацию являет собой энергию ртути. Страх превращает потребность в желание, из-за чего в теле человека накапливается ртуть. От одной концентрации ртути рак не развивается. Ртуть — это жидкий ядовитый металл. Ход его течения может нарушаться в силу самых разных обстоятельств, что вызывает самые разные виды отравлений, ведущих к смертельному исходу. Это означает, что человек умирает, прежде чем в теле возникает рак, от собственно критической концентрации ртути.

Рак представляет собой энергию застоя.

Когда на пути чересчур спешащего человека возникает непреодолимое препятствие, он перестает спешить и принимается препятствие устранять. И постоянная спешка точно так же ведет к тому, что человек начинает истреблять собственные «золотые» цели. Так ртуть разъедает содержащееся в человеке золото тем быстрее, чем быстрее человек пытается достичь своих целей. Слыхали ли Вы, чтобы о человеке достойном говорили: «Золотой человек»? Не слышали. О достойном говорят: «Светлый человек». Теперь Вам, наверное, ясно, почему над могилой умершего от рака нередко произносят: «Золотой был человек».

Желание быстро себя мобилизовать, всюду поспевать и вживаться в любую ситуацию, оно же желание стать подвижным, как ртуть, вызывает **ревматическое воспаление суставов**, что может привести к полной неподвижности больного, ибо малейшее движение отзывается острейшей болью в распухших, деформированных суставах. Появившиеся в продаже золотые уколы были призваны помочь ревматикам, но чуда не произошло. Почему? Потому что если такой человек не утрачивает желания блистать, подобно золоту, то содержащее золото средство способно ему помочь, но если у человека отсутствует желание нравиться окружающим и единственное его желание — выздороветь, то у него болезнь обостряется. Если у Вас сейчас возник страх заболеть раком, то высвободите его на пару с желанием быть золотым человеком, и избыточное золото выйдет из Вашего тела через органы выделения.

5. В природе существует много тяжелых металлов, и все они обладают своей энергией. Запомните, что слово **«тяжелый» означает печаль**. Печаль подавляет в себе живущий со страхами человек, который превратно понимает жизнь, а потому перед ней беспомощен. Стесняясь просить о помощи и скрывая свою беспомощность, человек обращает беспомощность в печаль. Печали он тоже стесняется и ее подавляет, отчего возникает жестокость. Если человек желает быть хорошим и не обрушивает жестокость на окружающих, то жестокость он проявляет по отношению к себе, покуда не осознает двойной ошибки.

Например, **желание быть первым во всем** велит человеку сурово спрашивать с себя по максимуму, отказывать себе в различных положительных эмоциях, с детства держаться учтиво и корректно и требовать того же от окружающих. Если те придерживаются иных правил, он выражает свое отношение к ним вежливым молчаливым презрением. То же самое он производит над собой.

Стоически-аристократическое страдание во имя возвышенных целей и вместе с тем презрение ко всякому внешнему лоску свойственны типу «платинового человека». Речь идет о типичном желании стать прежде идеалом, совершенством и лишь затем похвалиться своим совершенством. В результате у человека развивается **карциноматоз**, при котором в теле образуется избыток платины. Это говорит о том, что уподобление благородным металлам ставит существование человека под угрозу.

6. **Свинец концентрируется в теле у тех, кто относится к своим обязанностям со смертельной серьезностью**. Свинец — металл тяжелый, однако мягкий, податливый и легко разламывающийся. В народе его используют для предсказания судьбы, и судьба может оказаться счастливой, если сведет тебя с человеком такого типа. Он стремится отдавать

окружающим как можно больше и смертельно обижаются, если те не принимают предлагаемое. О таком человеке говорят: «тяжелый человек», даже если смертельная серьезность им скрывается. У окружающих возникает чувство вины, когда его благие побуждения не встречают у них ответного отклика и ему приходится отказывать, вины столь тяжкой, что, кажется, ее никогда не искупить. Человеку, который относится к жизни со смертельной серьезностью, прощение дается с превеликим трудом.

Итак:

Калории обеспечивают ткани тела в количественном смысле.

Минеральные соли обеспечивают качество.

Витамины обеспечивают в теле оптимальный обмен всех имеющихся в нем веществ.

Переваривание пищи происходит при помощи пищеварительных соков. Этих соков, известных науке и пока еще не известных, столько же, сколько на свете продуктов питания, подлежащих перевариванию. Если человек всю жизнь обходится без какого-то продукта, то этот вид пищеварительного сока пребывает в состоянии спячки, и пища, употребленная человеком впервые, выводится из тела в непереваренном состоянии. Если пища, которой он вынужден теперь питаться в силу обстоятельств, не вызывает у человека отвращения, то тело начинает вырабатывать необходимый пищеварительный сок. Врачебный диагноз может констатировать недостаточное количество пищеварительного сока либо его отсутствие, что само по себе является протестом против *некоей конкретной энергии*.

Помню, как в детстве у меня по вине взрослых образовался дефицит лактазы — фермента поджелудочной железы, переваривающего молочный сахар. То есть я, конечно, ничего не смыслила в этом, да еще с таким сложным названием, но одно я знала наверняка — если так пойдет и дальше, то к молоку я не прикоснусь до конца своих дней. Была я маленького роста, тщедушная, вечно болела, и мама старалась меня подкрепить. Я только и слышала, съешь ложечку за мамочку, а теперь за папочку, а теперь за... и так по кругу. И всегда меня утешали — если не съешь, случится что-то ужасное. Никто не учитывал, что детский желудок вмещает столько, сколько ребенку нужно.

Когда я в знак протеста стискивала зубы, едва не плача, то знала, что сейчас придумают что-то новенькое. И придумывали. Кто-то сказал родителям, будто молоко спасает от смерти, и развернулся эксперимент по моему спасению. Эксперименту способствовало то, что наша семья держала корову и молока было вдосталь. В это мероприятие были вовлечены все, кто переступал порог нашего дома. А еще учителя и директор школы. Я часами просиживала над стаканом молока. Выслушивала красноречивые умные лекции о пользе молока и была несчастна оттого, что эта полезная жидкость вызывает у меня тошноту.

Молоко действует так же, как *желание, чтобы окружающие наладили мою жизнь*. Это они и делали, делали от всей души. Но ведь я явилась на свет, чтобы самой налаживать свою жизнь. Из беды меня выручало мое тело: стоило мне выпить глоток на радость хорошим людям, как через пару минут я уже мчалась в уборную. Понос был такой, что выходила одна вода. Впоследствии тело научилось с легкостью переключаться с поноса на запор,

чем выручало меня всякий раз, когда мне приходилось съесть что-либо сытное, жирное, скользкое и прочее вкусное и питательное. К настоящему времени все эти напасти уже миновали, но мой пищеварительный тракт не забывает выручать меня. По привычке спасает и тогда, когда я принуждаю себя сама.

Пищеварительные соки бывают разные, и первыми переваривать углеводы и крахмал начинают те из них, которые образуются во рту. Здесь происходит всасывание растворившегося сахара, отчего моментально уравниваются страхи. Поэтому сладкое и потребляется всеми, для кого это не жизнеопасно. Основная часть пищеварительных соков подключается к работе в желудке, а наибольшее их разнообразие наблюдается в двенадцатиперстной кишке. Нормальное пищеварение — это по сути быстро протекающая цепная реакция.

Пребывающая в постоянном движении пища, не задерживаясь нигде ни на секунду, минует на своем пути зоны действия все новых и новых пищеварительных соков. В каждом из этих участков пища отдает некое питательное вещество, которое тело в состоянии принять именно данным участком. Это означает, что телу *дается* пища, и тело ее *принимает*. Тело *дает* пище пищеварительный сок, и пища его *принимает*, при этом она отдает частицу себя, и тело принимает то, что ему дают.

Так при обоюдной признательности обеих сторон протекает непрерывный процесс «я даю — ты берешь», покуда еще есть, что давать и что брать. У человека со стрессами процесс пищеварения нарушается. Нарушения эти отражают особенности его отношения к жизни.

Желудок является органом, характеризующим качество человеческой личности. У человека уравновешенного, то есть достойного, то есть у того, кто является личностью, желудок здоровый, и вырабатываемые им пищеварительные соки забирают из еды столько калорий, минеральных солей и витаминов, сколько требуется телу. Такой желудок подобен человеку, который знает, что жизнь начинается с него самого и что в первую очередь следует заботиться о себе. Он распаивает себя перед жизнью и благодарит жизнь еще до того, как та успеваешь ему что-либо дать — дать пищеварительный сок, прежде чем пища оказывается во рту. Человек, который благодарит тело и пищу за то, что они есть, тем самым способствует выделению пищеварительных соков.

Поскольку человеку свойственно выносить обо всем оценочные суждения, ему далеко не безразлично, какой пищей он питается. Покуда мы остаемся людьми *неуравновешенными*, одни и те же пищевые продукты, пользующиеся общим признанием, будут действовать на каждого по-разному. Кто-то излечивается благодаря данному продукту, а кто-то от него заболевает. Один прибавляет в весе, а другой худеет. В процессе перечитывания рукописи данной книги мне посчастливилось прочитать книгу, в которой рассказывается о связи между группой крови и перевариванием продуктов питания, а значит, здоровьем.

Речь идет о книге «Питайся правильно, соответственно своему типу» Питера Дж. Д'Адамо и Кэтрин Уитни. Из нее Вы почерпнете немало полезных сведений и найдете объяснение особенностям Ваших предпочтений в еде. Что касается местных продуктов питания, Вам следует научиться спрашивать себя, нужен Вам данный продукт или нет.

Читая книгу этих авторов, Вы, скорее всего, будете удивлены тем, что Вы как раз и едите то, что рекомендуется авторами, и терпеть не можете те продукты, которые охарактеризованы как нежелательные или вредные для Вас. Это значит, что группа крови и характер человека находятся в соответствии друг с другом. Следуйте своим ощущениям, и Вы оградите себя от многих проблем.

Поскольку же Вы как человек умный поступали так, как должно, то уготовили себе страдания, и теперь ошибку следует исправить.

Человек со стрессами благодарит лишь тогда, когда что-то получает, поэтому его желудок и не готов к приему пищи, и пища движется толчками. Есть много стрессов, влияющих на работу желудка, я же остановлюсь здесь на некоторых характерных особенностях.

Человек, который живет только во имя благополучия других, сам нуждается в малом и потому мало ест. Его пища быстро проскакивает через желудок, оставляя там ровно столько, сколько нужно, чтобы человек не протянул ноги. За других ведь питаться невозможно. Было бы можно, ел бы. Страх за дорогих сердцу людей не дает этому человеку покоя ни днем ни ночью. В суете он расходует всю энергию, полученную им из пищи, и, если не удастся немедленно подкрепиться, валится без сил. Тело у него худое и холодное, тогда как самопожертвование безгранично. В его случае уязвимым местом пищеварения становится двенадцатиперстная кишка, которая выражает отношение к окружающим, семье, друзьям, коллективу, единомышленникам.

Такой человек пребывает в здравии, покуда у него есть что отдать другим, когда же ничего больше нет, развивается болезнь двенадцатиперстной кишки. Но это еще полбеды. Беда наступает, когда люди начинают отвергать его щедроты, и все благие порывы концентрируются в двенадцатиперстной кишке. *Различие между жертвующими собой ради других материалистами и идеалистами заключается лишь в том, что первые пекутся о **земном** благополучии людей, тогда как вторые — о духовном.* Ни тем ни другим не приходит в голову поинтересоваться, нуждаются ли окружающие в подобной заботливости.

Человек, который стремится к личному благополучию, чтобы затем обеспечить благополучие окружающих, непременно зарабатывает болезнь желудка, ибо перегружает его, и работа желудка замедляется. О собственном благополучии человек обычно начинает заботиться, когда разочаровывается в своей деятельности на благо других. Чем дольше пища задерживается в желудке, тем больше утрачивается ее ценность и тем сильнее процесс брожения углеводов, которые преобразуются в спирт, а тот разлагается на огонь и воду, то есть на калории и жидкость.

Застаиваясь подолгу в желудке, белки превращаются в гниющие помои, из которых тело не может извлечь ничего, кроме калорий и жидкости. Все остальное уходит в дерьмо, а дерьмо превращать в золото умеет лишь земля. Подолгу застаивающийся в желудке жир меняется по своей структуре и уже не годится в качестве жизненно важного стройматериала для тела. Зато годится в качестве резервного материала для жировой ткани, куда его и спроваживают имеющиеся в желудке стрессы.

О толстом человеке говорят «отъел брюхо», как бы подразумевая то место, где начинается полнота. В действительности же место это расположено между

ушами, тогда как на уровне физическом таковым и впрямь является желудок и, соответственно, желание человека все сделать за других ради репутации хорошего человека.

Не думайте, будто к жировой ткани относится лишь слой подкожного жира, о котором принято говорить: «Фу, как противно...» Вполне возможно, Вам лично знаком человек такого типа: сам худой, а живот большой, и с ним человек постоянно мается. Человек прошел всевозможные обследования, но ничего не обнаружено. Речь идет о **человеке, живущем в состоянии постоянной самообороны**.

Сильным нужно быть для того, чтобы делать большие дела. Защищать себя требуется для того, чтобы выжить. Следовательно, для человека со стрессами первостепенное значение имеет самозащита. Как обороняющийся человек мыслит, так его тело и действует: жиры напрямик устремляются в **большой сальник**, который крепится к нижнему изгибу желудка и повисает, подобно защитному фартуку, прикрывая собой весь кишечный тракт. У человека, который имеет привычку заявлять: *«Я все делаю правильно!»* — этот фартук особенно длинный, широкий и толстый, словно указывающий на то, что этот человек отождествляет себя со своими делами и не ошибается абсолютно никогда. Убежденность человека в том, что он поступает правильно, служит ему и щитом, и орудием нападения.

Чем больше у человека живот, тем менее он способен понять, что обороняться должен тот, кто испытывает страх, придумывает себе из страха врагов и затем притягивает их к себе. Такой человек постоянно обосновывает и оправдывает свои действия либо бездействие. Обоснование и оправдание также являются формами самообороны. Если такой человек Вам знаком, не осуждайте его, а воспринимайте его как наставника, который говорит: *«Ты тоже человек со страхами, и если бы ты затеял нечто великое, то, как и я, на пути к цели встретил бы препятствия либо препятствующих и автоматически встал бы на защиту своих идеалов».*

Кто защищает свои идеалы физически, у того живот тугой и стойкий к ударам, как у всякого борца. Кто защищает свои идеалы духовно, у того живот большой, мягкий, рыхлый, чтобы удар врага не причинял боли. Люди с духовными идеалами стараются делать хорошее, не делая при этом плохого, и сознают, что притягивают к себе удары».

Кто желает защитить себя от людей, тот подобен борцу сумо. Если у вас верх живота свешивается вниз, то Ваша энергия самозащиты концентрируется в основном в малом сальнике. **Малый сальник** соединяет малый изгиб желудка и двенадцатиперстную кишку с печенью. Чем сильнее желание быть хорошим, тем больше Вы притягиваете к себе врагов и тем рыхлее делается малый сальник, смягчающий удары.

Подавляемая печаль и обида из-за того, что люди остаются такими, какие они есть, и, невзирая на Ваши старания, не меняются ни на йоту, оседает в сальниковой сумке малого сальника, отчего тот со временем раздувается, точно мяч. Ощущение мяча в животе — чувство неприятное, но еще неприятнее, когда мяч надут. Поговорите со своим малым сальником и попросите у него прощения за то, что загнали в него желание переделать окружающих. Когда Вы даете ближнему оценку, считая его хорошим либо плохим, тем самым в Вас проявляется подсознательное желание сделать его нормальным.

Малый сальник соединяет желудок, двенадцатиперстную кишку и печень. Иначе говоря, человека, коллектив и государство. А еще точнее — человека, семью и государство, ибо семья является самым маленьким коллективом, а государство — самым большим. Желание видеть всех этих людей иными, чем они есть, являет собой на деле желание видеть иными себя. Вместо того чтобы заниматься собой, мы начинаем себя переделывать. И опять все сводится к нашей работе.

Работа является возведенной в почет деятельностью, которая в своей нейтральности не должна бы ни у кого вызывать раздражения и которая позволяет делать добро. Тем не менее, чем выше Вы пробиваетесь в жизни, заставляя себя трудиться, тем сильнее у Вас пучит верх живота. Он наставляет: всегда высвобождай из себя работу, тогда почувствуешь, нуждаешься ли ты в ней. Может, будет лучше, если ближний или ближние сами выполнят ее себе во благо. Ты же тем временем сможешь заняться собой. Только здоровее станешь и не будешь провоцировать нападки со стороны окружающих.

Подведем итоги.

Чем сильнее страх перед людьми, тем сильнее печаль, она же бессильная злоба на людей, и тем больше малый сальник, раздувающий верх живота. Чем сильнее страх, что моя работа недооценивается, критикуется, опорочивается, высмеивается, тем сильнее желание защитить сделанное и тем больше становится большой сальник, раздувающий низ живота.

Пример из жизни.

Людам неуютно, чтобы кто-то указывал на их ошибки, даже если это делается с целью их надоумить. Поэтому на своих лекциях мне приходится наблюдать самые разные реакции, хотя я ни на кого не указываю пальцем. Вместо того чтобы молча прокомментировать: «А у меня тоже живот большой. Пора освободить свою самозащиту», — слушатели включают систему самообороны. На меня не раз нападали с вопросом: «Что же, уже и защитить себя нельзя? Пусть со мной делают, что хотят, а я им за это еще и спасибо должен сказать?» Вопрос сам по себе уже выражает самозащиту.

Атакующий тон, который говорящий обычно отрицает, провоцирует атаку. Вопрос, выражающий страх, содержит в себе обвинение и провоцирует обвинительные нападки. Все эти принципы, составляющие подоплеку заданного вопроса, провоцируют нападение. Ссылка на всех есть *трагическое преувеличение*. Самооборона такого человека по сути является нападением, что вынуждает к самообороне уже другого человека. Желание быть сильным и всему противостоять, то есть самооборона пассивная, превращается в самооборону активную, нападающую, до поры словесную, а там уж недолго и кулаки пустить в ход.

Отвечаю: «Да, Вы не должны себя защищать, но Вам нужно защищаться, раз уж Вы спровоцировали чьи-то нападки. Сейчас иначе уже нельзя. Большинство баталий словесные. Если начинаете ссылаться на свои знания и права, то еще хуже раздражите противника, ибо его гордыня не выносит чужой гордыни. Если Вы принимаетесь оправдываться, аргументировать, объяснять, доказывать, то и это является не сдающей свои позиции самообороной. А если спрашиваете: «В чем моя ошибка?» — возникает перемирие. Когда Вы высвобождаете из себя энергию самозащиты, то сами

удивляетесь тому, сколь миролюбивые слова приходят Вам на ум. Именно те слова, которые нужны для того, чтобы избежать или разрешить конфликт».

Всякого рода оправдания, доводы, объяснения, увещевания, выдвигание разных вариантов, посулы, предупреждения, ссылки на чьи-то потребности, раскрытие чужих тайн, чтобы только добиться своего, — все это используется для того, чтобы заговорить человеку зубы, и является собой самое элементарное принуждение, к которому также прибегают в целях самозащиты по принципу: я — тебе, ты — мне.

Пример из жизни.

Через час после начала лекции один из слушателей встал и покинул зал. Он был явно недоволен. После лекции ко мне подошла сидевшая рядом с ним женщина и сказала, что тот был сильно раздосадован. Сказал, что нечестно делать кого-то из присутствующих козлом отпущения и мусолить его в присутствии всех. Женщина добавила, что если бы этот человек не высказал своего мнения, то она сама скорее всего покинула бы аудиторию, ибо считала точно так же.

Я спросила, разве она не обратила внимание на то, что в начале лекции мною было подчеркнуто, что у каждого есть в наличии все стрессы и каждый может почувствовать себя задетым. Женщина ответила, что обратила, но когда мои слова стали попадать в яблочко, у нее возникла такая злость, что предупреждение начисто вылетело из головы. Реплика соседа заставила ее одуматься, но воинственное настроение осталось.

Страх перед людьми способен превратиться в активную самозащитную злобу даже при том, что человек знает про наличие у себя этих стрессов. Это значит, что **от знаний пользы мало, если их не применять на практике**. Обретенные знания могут дурно действовать. Например, могут спровоцировать взрыв агрессивности, если у слушателя больна печень. Либо если у него в желчном пузыре камни. Кстати, камни — признак горделивости.

Каменная болезнь говорит о том, что человек желал во что бы то ни стало возвыситься над плохим человеком и его желание сбылось. В противном случае у него не было бы желчных камней. Если у него накопилось достаточно смелости и он чувствует, что сил возвыситься над плохим человеком хватает, то он способен в гневе наброситься на того, кого считает плохим. Так что даже чтение лекций дело отнюдь не безопасное.

Движение калорий у материалиста и идеалиста происходит прямо противоположным образом. У человека, который ищет счастья в физическом труде и спорте, калории из желудка первым делом устремляются в мышцы, придавая физическую силу гладким мышцам мускулов и внутренних органов. Как только человек начинает разочаровываться в жизни, его мышцы подвергаются ожирению, ибо он начинает подсознательно протестовать против того, что прежде идеализировал.

У человека, разочаровавшегося в материальной стороне жизни и начинающего идеализировать духовность, калории направляются в первую очередь в жировую ткань. До мышц они так и не доходят, если человек начинает отрицательно относиться к своей физической жизни. Поставьте себя на место тела, и Вы поймете, что поступили бы так же, как и оно. Если Вы видите, что все физическое отрицается, а значит, и от Вас, или тела, также стремятся избавиться, то следует копить силы, чтобы подольше выстоять, —

ведь такова бытующая логика мышления.

Быстрее всего на калории распадаются углеводы, медленнее всего — жиры. В иных тканях жир не разрушается даже в критическом состоянии голода — следовательно, отложение запасов в жировой ткани является наиболее надежным способом обеспечить выносливость. Если разочарованный в жизни человек не желает жить, то телу известно, что на самом деле он не желает жить *подобной* жизнью. Поскольку же жизнь можно изменить, покуда человек жив, тело старается поддержать в человеке жизнь.

Проблемы ожирения мне приходилось освещать много раз, и, прежде чем растолстела сама, я пыталась понять, почему многие великие деятели духовного мира были такими толстыми. Теперь я знаю, что, помимо множества прочих стрессов, в них жило *убеждение — если не сделаю я, то не сделает никто — а также потребность защищать свои духовные достижения*, ибо новое и непонятное всегда стараются уничтожить.

Кто видит духовное состояние мира, теми овладевает **идея спасения мира**. Они убеждаются в том, что мир услышит их, если они станут знаменитостями, то есть именитыми личностями. Реализация этой идеи сводится к тому, что человек начинает исправлять личный земной мир либо то же самое делает для ближнего.

Знание, что если не сделаю я, то не сделает никто, действует подобно плетке надсмотрщика. Ежедневные же удары плеткой приводят к тому, что человек делается нечувствительным, и та же мысль оседает в душе молчаливой тревогой. Она вынуждает человека помогать даже тогда, когда помочь не умеет. Заставляет думать и искать выход, опираясь на чувства, знания и опыт. Если Вы так и поступаете, то считаете естественным, что так же поступает и ближний, особенно если он из числа страждущих. Вы прислушиваетесь к совету бывалых людей и находите решение. Ближнему последовать бы Вашему примеру, однако он идет путем наименьшего сопротивления. Все бы ничего, но вскоре он требует Вашей помощи, что вызывает у Вас досаду. Если отказать, вся вина ляжет на Вас.

В такой ситуации и впрямь нужно защитить себя. Если Вы высвободите стрессы, именуемые **спасением мира** и **исправлением мира**, то перестанете притягивать к себе тех, кто ждет его спасения и исправления, и Вам уже *не от кого* будет защищаться. Если же Вы желаете кое-чему этих людей научить, не высвободив предварительно стрессов, то люди не примут Ваших наставлений.

Плохо, когда окружающие не делятся с Вами своим хорошим, но гораздо хуже, когда Ваше хорошее не принимается. Все это хорошее застаивается в Вас, превращаясь в губительное плохое. В итоге спасать приходится того, кто ратует за спасение мира, и исправлять того, кто ратует за его исправление.

Жертвование *телом* во имя духовности — это ошибка. Однако куда большая ошибка — губить *себя* во имя духовности. Мы не можем развивать духовность, не имея тела, и не можем развивать тело, когда нет духа, то есть меня самого. Они неразделимы. Вы можете сказать, что все это Вы уже знаете и не надо так часто этого повторять. Да, но от знания пользы мало. Начните отпускать на свободу эти знания, и Вы почувствуете, что это такое. На душе делается легче, тело становится здоровее, и Вы обнаруживаете, что стали мыслить иначе. Вы полностью преображаетесь.

Желание доказать справедливость своих идей велит человеку **пробиваться** в жизни. Это означает мобилизацию силы воли для реализации своих ощущений. Пробиваться можно самыми разными способами.

Кто брыкается, подобно норовистой лошади, разгоня конкурентов, у того повреждаются **пятки**.

Кто пробивает дорогу локтями, у того поражаются **локти**.

Кто наносит мягкий, но мощный удар кормой, желая сбить с курса мешающих, тот наносит вред своему **заду**.

Кто хочет трудом доказать правильность своих идей, у того пробивные способности выражаются во вспученном **верхе живота**. При этом человек непременно чувствует, что его несправедливо ущемляют. Желание пробиться своим трудом в ранг преобразователя мира оборачивается уродливо вспученным верхом живота, что не позволяет толком наклоняться. Живот вынуждает человека держаться прямо и глядеть на мир иными глазами. Кто из преподнесенного урока делает неверный вывод, тот превращается в спасителя мира и вдобавок к недугам верха живота зарабатывает болезнь **желудка**.

Кто желает грудью пробить себе дорогу, чтобы доказать, что он что-то из себя представляет, у того поражается **грудь**. У мужчин большей частью поражается то, что внутри грудной клетки, а у женщин — то, что снаружи.

Кто желает пробиться вверх собственной головой, то есть умом, у того повреждается **голова** либо **мозг**. Чтобы пробиваться, человеку нужна сила.

Чем больше недостаток в минеральных веществах и витаминах, тем труднее человеку оставаться человеком. Это значит, нарушаются наиболее тонкие функции, свойственные человеку, — восприятие и мышление, и человек вновь набрасывается на еду. После еды он хоть недолго, но ощущает себя вновь человеком. Растянутый до предела желудок может вызывать острейшие боли во всей брюшной полости. Прежде неумеренный в еде человек вынужден отказываться от еды, если ему мила жизнь.

Если человек в таком состоянии не задумывается о своих ошибках, а, наоборот, клянет свое нездоровье, ибо оно не позволяет осуществить великие планы, желудок принимает форму, именуемую **каскадом**, — желудок вытягивается в срединной своей части до состояния разрыва. Подобное состояние желудка говорит о безысходности и тупом безразличии ко всему, что не касается человека самого. Иными словами, это говорит о высшей степени себялюбия, то есть эгоизме. О пассивном эгоизме.

Кто *желает избавиться* от своего пассивного эгоизма, у того возникает рвота. Рвотой человек ослабляет на время чувство отвращения, он же страх перед завтрашним днем, но если человек относится к числу тех, кто живет в прошлом и от всего отмахивается, то он и впредь будет маяться как душевно, так и физически.

Если человек *перестает надеяться на что-либо или кого-либо*, желудок *прекращает переваривать* пищу, и та не проходит дальше. Жизнь как будто останавливается. В таком положении человек ищет понимания. Жалость хоть и приходится ему по душе, но проблемы не решает. Если поделиться своей бедой с ближним, наступает кратковременное облегчение, но затем

становится еще хуже. *Жалость и предложение о помощи способствуют налаживанию работы желудка.* Бодрое «ничего, оклемаешься» обозначает больного. Он чувствует, что в его недуг не верят, обращают в шутку, и это оскорбительно. Такой человек нуждается не столько в словах, сколько в том, чтобы ближний молча и ласково прижал его к своей груди, поглаживая его медленно и успокаивающе по спине.

Страх «меня не любят» делает человека активным. Страх «я никому не нужен» — пассивным.

Опущение желудка и атрофический гастрит являются болезнями, сопутствующими пассивности. Такой пассивности, при которой человек внешне кажется согласным абсолютно со всем. Если же он внутренне упрямо продолжает отрицать собственную вину в постигшем его несчастье, ему не помогут никакие слова и никакое лекарство. Пассивность может обратиться в свою противоположность, и то же самое может происходить с болезнью. Это значит, развивается **язвенный гастрит**.

Кто принуждает себя превозмогать страх, тот принуждает себя также браться за работу. Каждое утро повторяется одно и то же, и в итоге возникает язва желудка. Она либо так и остается у человека, либо чередуется с язвенным гастритом, если пробудившийся от пассивности человек после приступа агрессивности чувствует себя виноватым и вновь впадает в апатию. О нормальном переваривании пищи в случае обеих крайностей не может быть и речи. Так, выделение пищеварительного сока может колебаться от нуля, то есть от полного отсутствия, до столь высокой концентрации кислот в пищеварительном соке, что слизистая разъедается до язвы за несколько часов.

Язва начинает кровоточить, когда человек вынуждает себя мстить кому-либо. Кто пускает ближнему кровь, у того язва не кровоточит, ибо его плохое выливается в виде крови, текущей из чужой телесной раны. Физическая рана ближнего становится для него собственной душевной раной, терзающей человека в виде чувства вины, покуда вина не искупается. А кто вынашивает в душе жуткую месть, тот вследствие жуткого **кровотечения желудка** может отправиться к праотцам, несмотря на то, что не успел сделать ничего дурного. Мысль равнозначна поступку. Если ближний либо ближние в этом уроке не нуждаются, то нет и адресата.

Кровожадная жестокость, предназначенная для нанесения душевного удара, бумерангом возвращается на свой физический уровень, чтобы мыслящий материальными категориями человек понял, какой силой обладает мысль. Проклятие типа «Я еще покажу им, на что я способен!» — способно вызвать желудочное кровотечение даже в том случае, если человек желает доказать в отместку другим, что он не слабак, как те считают.

Страхи блокируют нормальную жизнедеятельность и рожают чувство вины. Чувство вины вынуждает что-то предпринимать, чтобы не быть виноватым, чтобы душа обрела покой. Страх оказаться без вины виноватым отзывается болью в сердце. Хоть сердце и велит человеку действовать по-человечески, то есть прежде всего обдумывать свои действия и лишь потом — делать, он, тем не менее, прежде всего принимается за работу. Ведь физический труд успокаивает лучше всего. Так подавляются малые стрессы, и они *должны* вырасти в большие. В столь большие, что сердце уже не успокаивается от работы. Человек с больным желудком не находит успокоения в работе.

Человек, ощущающий себя виноватым, способен столь искренне верить в правоту чужого мнения, что ему и в голову не приходит, что он не виноват. Он оценивает себя так, как оценивают его окружающие, провоцируя их на это своими страхами. Большинство обвиняющих, то бишь оценщиков, делает это неосознанно, ибо не ведают, что в других они видят себя. Меньшая часть обвиняет осознанно, чтобы спихнуть свою вину на другого. Так человек, чистосердечно признающий свои ошибки, вбирает в себя чужие обвинения. Поэтому запомните, что **ощущение собственной вины и убежденность в собственной вине — это разные вещи. Ощущение следует исправить духовным его высвобождением. Убежденность следует исправить физически исправлением своего проступка.**

Высвобождая ощущение вины, Вы перестаете испытывать стыд за содеянное и спокойно исправляете свой проступок. Тогда и окружающие будут относиться к Вам по-человечески.

Больной желудок указывает на то, что человек *винит себя за состояние дел*. Чтобы вину искупить, он заставляет себя чем-то заняться, и чем больше заставляет, тем серьезнее заболевает. Человек, стремящийся сделать свою жизнь полноценной, признает свои огрехи и неделанные дела, и даже если он совершенствует жизнь неторопливо, поскольку всего разом не переделаешь, то адресованное ему обвинение в корыстолюбии звучит для него как гром среди ясного неба. Ведь он тоже видит в ближнем себя. Подобная наивная, простодушная доверчивость есть изначально в каждом человеке, поэтому и приходится немало страдать детям и подросткам.

Люди в возрасте, которые находят дело по душе, а значит, обретают себя в работе и принимают за нее с рвением, также не замечают вокруг себя растущей зависти, покуда зависть на них не наезжает. Кичливость, зависть и рвачество идут рука об руку. В ближнем такие люди видят самих себя. Не так давно я пережила подобный наезд и потому принялась изучать причины, из-за которых навлекла на себя нападение. Подаваемые желудком знаки говорили, что это не мелочь, которой можно пренебречь и за которую можно автоматически простить. Я стала изучать чувство вины в его связи с желудком.

Кичливость не признает бескорыстия и не верит в него ни при каких условиях. Кичливый человек сводит чувства к деньгам, и обвинения его основаны на зависти, даже если само слово «деньги» им не произносится. **Сведение духовных ценностей к земным категориям**, то есть пересчитывание всего на деньги, действует на желудок, словно пушечный выстрел. Об этом стрессе речь пойдет в первой главе следующей книги. Человек, пораженный этим выстрелом, испытывает режущую боль от всякого проглоченного куска, когда тот попадает в желудок. Так дает о себе знать острый гастрит.

Гастрит приобретает особенно тяжелую форму, если человек всецело посвящает себя другим. Такие люди отказывают себе всегда и во всем, пока не исполнят долг. Точно так же поступает и желудок, который не вырабатывает пищеварительного сока, прежде чем человек не искупит свою вину, несмотря на то, что человек ест больше, чем прежде, чтобы не ослабеть. Слабый не в состоянии доказать свою невиновность.

Без вины виноватый, который заставляет себя доказывать свою невиновность, зарабатывает атрофический гастрит, связанный с пониженной кислотностью. Его тянет на кислое, ибо кислое

уравновешивает чувство вины. С той минуты, когда человек начинает себя винить, возникает избыточное выделение кислот, и открывается гастрит с повышенной кислотностью. Таким образом, принуждение себя из чувства вины — это одно, а принуждение, вызванное обвинениями в свой же адрес, — совсем другое.

Тяга к кислому может быть столь велика, что человек пьет какую угодно кислоту. Мне доводилось встречаться с людьми, которые из года в год пили раствор уксусной кислоты и жидкость из-под маринованных овощей, чем полностью разрушили слизистую своего желудка. Для повышения кислотности желудка необходимо потреблять *нейтральную* кислоту. Таковой является лимонный сок, который рекомендуется пить в разведенном состоянии не менее чем за полчаса до завтрака. Ваше пищеварение значительно улучшится. А вкусный апельсиновый сок может произвести обратный эффект.

Во рту происходит размельчение и растворение пищи. В желудке происходит расщепление пищи на питательные вещества.

Если человек доволен собой, у него вырабатывается *ровно столько* желудочных кислот, сколько необходимо для переваривания пищи. Если же *страх* оказаться виноватым подавляется настолько, что оборачивается *убежденностью* в своей вине, то желудочного сока, или желудочной кислоты, вырабатывается, соответственно, больше. Убежденность в собственной вине не что иное, как обвинение в свой же адрес.

Напоминаю, что **кислое являет собой энергию чувства вины и кислота — энергию обвинения.** Так деятельность желудка сама по себе уже компенсирует чувство вины, ибо работа есть работа. Если деятельности недостаточно, то есть если пищи поступает мало, желудок начинает поедать самого себя. Точно так же, как и человек, который, если нет работы, начинает винить себя, терзаясь угрызениями совести, и с теми же чувствами принуждает себя браться за всякие ненужные дела. Перепроизводство желудочной кислоты происходит от непомерного чувства вины, что само по себе является жестокостью по отношению к самому себе и ведет к язве желудка. ***Жестокость всегда вызывает рану.***

Чувство вины перерастает в обвинение самого себя. Обвинение — это уже злоба. Больных людей тянет на кислые напитки, ибо так они подсознательно приглушают чувство собственной вины, но вместе с тем усиливают энергию злобы. Чем болезнь тяжелее, тем больше следует избегать кислого. Например, больному раком нельзя есть даже незрелые бананы, не говоря уже о яблоках, ягодах и цитрусовых. Раковым больным показана щадящая овощная диета, без животных белков и жиров, не имеющая пряного привкуса. То же относится фактически ко всем болезням. Все те вкусные вещи, которые люди натаскивают заболевшему человеку, являются попыткой заглушить чувство их собственной вины.

Один страдает от избыточности желудочных соков, другой от их недостаточности. Что это означает? Есть две категории людей: одни берут вину на себя, другие не берут. Первые еще не пострадали в достаточной мере от нагнетания чувства вины, поэтому зачастую берут на себя вину чужую. Так становятся без вины виноватыми и принимают обвинять себя — ну зачем я так сделал.

Всякое чувство вины рано или поздно превращается в обвинение. Поначалу человек винит себя, отчего развивается язва желудка как следствие

жестокое обращения с собой. Далее он принимается винить окружающих, чем наносит им раны. Кому **душевные**, а кому **телесные**. Вероятно, Вам доводилось слышать, как разгневанный человек угрожает другому отравить его жизнь — и отравляет. Чем иным, кроме как обвинениями, удалось бы ему спровоцировать чувство вины у противника? Как водится, обвинения эти заслуженные. Бог с ним, с провокатором, но вот у его оппонента наверняка возникает избыточность желудочной кислоты, чтобы у него появилось занятие, которое отвлечет мысли от провокатора и заставит думать о себе.

Те, кто не берет вину на себя, натерпелись от обвинений в такой степени, что у них развивается недостаточная кислотность. Обвинение порождает **самооправдание**, которое является наиболее распространенной формой самозащиты для цивилизованного человека. Словесное отрицание вины свойственно детям и тем, кто желает быть честным. Постоянный страх перед очередными обвинениями ведет к умеренному самооправданию.

Человек, желая оправдаться, принимается *разъяснять, обосновывать, доказывать, ссылаясь на логику и знания*, и чем чаще достигает цели, тем тверже убеждается в том, что был прав. **Чем чаще человек одерживает верх в спорах, тем это опаснее для него.** Так незаметно возникает самоуверенность, которая оценивается тем положительнее, чем она непоколебимее. А как обстоит дело в действительности?

Самоуверенный человек постоянно думает о работе и делах с оглядкой на недоброжелателей и их возможные обвинения, чтобы каким-то образом себя защитить. **Самоуверенность — это средство обезопасить себя, оградить себя крепостной стеной.** В старину люди возводили крепости — известно для чего. Нынче крепостей не строят, ибо люди осознали, что это не помогает. Если же Вы продолжаете возводить вокруг себя крепость, то неизбежно должны оправдывать свою затею и поступок, испытывая ледящий душу страх.

Самоуверенный человек считает себя сильным, а у сильного уверенность почти всегда железная. Если он ошибается, то неопровержимо доказывает, что виноваты окружающие. **Самооправдание вызывает пониженную кислотность желудка.** Одним из явных признаков самоуверенного человека является **атрофический гастрит**, при котором желудочная кислота оценивается как нулевая, а также развивается малокровие вследствие нехватки витамина В₁₂.

Железо придает крови силу.

Малокровие есть следствие избыточной силы.

Витамин В₁₂ являет собой энергию самозащиты. Себя защищает тот, кто живет со страхами.

Жизнь со страхами — главная ошибка человека, и она тянет за собой все остальные.

Незаметно для себя такой человек перестает быть дающим. Поскольку невозможно жить, ничего не отдавая, человек отдает что похуже, уверяя всех, в том числе и себя, что отдает лучшее. Подобная позиция ведет к развитию малокровия. Предвестником малокровия служит бледный цвет кожи, особенно кожи лица, что может длиться годами, прежде чем возникает анемия.

Если ребенок имеет бледный цвет кожи либо ему хотя бы раз диагностировали малокровие, то родителям настоятельно требуется высвободить свою самоуверенность. Предвосхищая тему, подчеркну, что особенно важно высвободить самоуверенную **ревность, ибо она ведет к наиболее тяжелым болезням крови.**

Если у Вас после еды возникают боли вверху живота, ощущение вздутости, отрыжка, застаивание пищи в желудке и чувство непроходимости, заметное на глаз вздутие верха живота, тяжесть на сердце, то освободите свой страх оказаться виноватым, свое самооправдание, непогрешимость, самоуверенность. Чувство вины — это стресс сердца, связанный с любовью, а также стресс желудка, связанный с работой. Страх оказаться виноватым ведет к аритмии сердца, поэтому после основательного приема пищи сердце может столь же основательно забарахлить. Если человек пребывает в уверенности, что приличную порцию заслуживает лишь тот, кто делает большую работу, то сердце его за это наказывает, и наказывает прилично.

Если Вы намерены возразить, что, дескать, знаете, что Вы не из числа непогрешимых и что непогрешимых людей вообще не бывает, то от Вашего знания пользы мало. Освободите свои знания, и Вы почувствуете, как желудок начинает переваривать пищу. Это значит, что Ваша самоуверенность разрослась до того, что уже не позволяла понимать жизнь. **Пониманию мешали знания.** Это то же самое, как если бы знать и понимать, что такое еда или продукты питания, но не знать, что такое питательные вещества. А если и знать, то не понимать, что такое белки, жиры и углеводы и для чего они нужны.

Одним из широко распространенных признаков самоуверенности (он же чрезвычайно тяжелый стресс) является знание, что **если не сделаю я, то не сделает никто.** Его название следует начертать золотыми буквами, ибо так полагает каждый, кто что-то совершил или чего-то добился. Чем сильнее страх, тем непоколебимее это укоренившееся убеждение, независимо от уровня развития. Иными словами, так может мыслить работник и физического, и умственного труда. Подобное представление ведет к душевным либо физическим болезням, сопоставимым с тяжестью железа, которые делают с человеком то, что человек делает с железом, желая согнуть его.

Кто носит этот стресс в себе либо выражает его открыто, у того имеется богатый арсенал вспомогательных средств. Выражать его принято уверенно, убежденно, одобрительно, нервно, обиженно, устало, с горечью, по-рабски, с задней мыслью, печально, жалея себя, с дикой яростью, шантажируя, жестоко, смеясь над собой либо окружающими, с вызовом, с целью провокации, с упором на собственную никчемность, озабоченно, язвительно, высмеивая собственную глупость, с ложной скромностью, с видом незаслуженно обиженного человека и т. п.

Каждый из названных стрессов придает основному стрессу некий энергетический нюанс. Материализуются они в болезнь желудка, отчего ухудшается состояние всего тела. Если поначалу от душевных переживаний заболевает тело, то впоследствии тело усугубляет душевное нездоровье. Это повторяется снова и снова, и с каждым разом на все более низком и серьезном уровне, покуда тело не погибает. *Чем человек уверенней в том, что к нему относятся несправедливо, тем тяжелее болеет.* Так человек расплачивается за догматизм своих убеждений.

Всякое абсолютно твердое убеждение есть зло, ибо человек перестает развиваться. К чему вообще думать, раз я знаю, что дело обстоит именно так, а не иначе! У меня и без того много важных дел. Это значит, что всякое жесткое представление являет собой сумму подавляемых стрессов. За ними скрывается злоба, и чем дольше ее вынуждают таиться, тем в большее зло она превращается. Знания и убеждения не углубляются, а уничтожаются. В итоге у человека — в нынешней ли, в будущей ли жизни — появляется сомнение: а так ли все в жизни, как мне представлялось?

Малосимпатичная энергия подавления стрессов носит симпатичное название — самоуверенность. Так ее назвали по внешним признакам. Самоуверенный человек ни в чем не сомневается и считает себя непогрешимым. Если он абсолютизирует материальность, то, встав из-за обеденного стола, он бросается работать, поскольку твердо знает, что если не сделает он, то не сделает никто. Поначалу стресс проявляется в виде самовосхваления, а со временем, усиливаясь, — в виде порицания окружающих. Радость от собственной беготни оборачивается печалью из-за того, что никто не помогает. Когда в семье, школе либо рабочем коллективе заводится человек, который хочет все делать сам и беспрестанно талдычит, мол, кто же сделает, если не он, то вскоре, опасаясь этих слов, Вы начинаете его ненавидеть и в знак протеста перестаете делать даже крайне важные дела. Человек, который выполняет за других их работу, не в состоянии справиться с собственными ответственными заданиями. В интересах коллектива Вам приходится делать работу за него, и вскоре Вы начинаете мыслить точно так же, как и он.

Вспомните свое детство, и Вы поймете, откуда у Вас взялся данный стресс. Если бы не сигналы со стороны моего желудка, я бы так и продолжала заниматься делами, что *казались мне* важными. Я ведь не трублю на всех перекрестках, что мне приходится делать дело за других. Наоборот, во мне ширится протест против такого положения дел, поскольку моя мать изо дня в день судила да рядила по этому поводу, распаляясь в жалости к себе. Напомню, что если ребенок дает себе клятву *никогда не быть таким, как мать*, он полностью подавляет в себе соответствующий материнский стресс. Окружающие говорят о нем, будто он и не ребенок своей матери.

На деле же стресс подавляется до тех пор, пока не перехлестывает через край. Будучи внешне полной противоположностью матери, ребенок боится выплеска материнских эмоций, вызванных ее стрессом, а также выплеска эмоций со стороны подобных ей людей. Своим страхом он лишь провоцирует их к этому, вбирает в себя выплеснувшуюся из них энергию, та становится его собственной, и так раз за разом, покуда не *наступает предел*, и человек взрывается. В итоге он уподобляется матери, и его стресс, в зависимости от уровня развития, либо выплескивается на других, как это происходило у матери, либо копится внутри из соображений приличия. Точно так же превратно действует на нас отец, если считает, что ему приходится все делать, так как никто ничего не делает. Окружающая среда вносит еще и свою лепту. Чтобы от всего этого спастись, человек заставляет себя развиваться, поднимается на чуть более высокий уровень и обнаруживает, что никто не умеет того, что умеет он. ***Подсознательная мысль о том, что всеобщий уровень возможно поднять, лишь шагая общим строем, и рождает у человека желание, чтобы все последовали за ним.***

Поскольку каждый человек бредет в своей духовной темноте, пристально вглядываясь под ноги в поисках собственного пути, он не видит света, которым делится с ним ближний, и не умеет им воспользоваться для

обретения себя. Ближний же пугается того, что его светом пренебрегают, и начинает навязывать его другим. Много ли света, мало ли — речь сейчас не об этом. В человеке растет убеждение, что он-то и должен это делать, ибо никто не делает.

Как и остальные стрессы, данный стресс имеется у каждого человека. Нет смысла обвинять других, поскольку в других мы видим собственное отражение. Чем лучше я хочу быть, тем больше во мне этот стресс. Хорошая сторона этого плохого состоит в том, что большой стресс позволяет мне преодолеть большую ступень на пути развития, если только я раньше не помру. Это значит, кто берет на себя слишком много, тот не одолевает ступени и будет вынужден повторить попытку в следующей жизни. Путь к усвоению каждого стресса состоит из череды ступеней. Один стресс мы преодолеваем, шагая по ступеням твердо и решительно. Другой стресс выбивает нас из сил. К третьему мы и не пытаемся подступить. Устремляясь к четвертому, преодолеваем несколько ступеней. Каждый из нас движется по-своему.

Итак, чем больше у человека желаний, тем больше он убеждается в том, что, если не проявлять инициативы, все останется несделанным и цели ему не добиться. Желание быть хорошим человеком велит ему показывать личный пример и браться за дело самому. Так человек взваливает на свои плечи груз обязанностей, сам с себя спрашивает и, если не справляется, начинает протестовать, мол, если не я, то все останется несделанным. На самом деле ничто не осталось бы несделанным, как не остается и тогда, когда человек покидает этот свет. Желание добиться всего по-быстрому и с меньшей затратой сил рождает мысль воспользоваться чужим трудом. Поскольку желание быть хорошим человеком пересиливает желание эксплуатировать окружающих, человек не знает покоя ни днем ни ночью. Желание добиться своего перерастает в желание привлечь людей к работе примером трудолюбия, и человек подстегивает себя к труду, превращаясь в собственного надсмотрщика.

Затаенная корысть отпугивает людей. Так работающие родители отпугивают друг друга и своих детей от того, в чем все нуждаются и ради чего явились на этот свет. Никто не доволен ни собой, ни другими. Так уклоняются от совместных начинаний в школе, где за работу не платят, и в коллективе, где за работу платят. Тот, кого сторонятся, приходит в ярость — никто ничего не делает, все приходится делать самому. Он чувствует, что не потянет большое дело, и не понимает, что бегут не от него, а от его корысти. Принуждая себя к работе, человек преследует определенную цель — добиться любви, уважения, почета, превосходства, похвалы, богатства, славы, значимости. Кому же ради этого стараться, если не самому.

Рассмотрим простейший пример этого стресса. Женщина создана кормилицей семьи. Она готовит еду. Чем больше она уверена в том, что не готова она еды, никто к плите не подойдет, тем больше уверена в том, что в ее отсутствие муж и дети питаются бутербродами. Следовательно, она права. А раз человек прав, его мысли дальше этого не идут. Стресс движет матерью и через нее — всей семьей, и дочери, скорее всего, не проявляют интереса к кулинарии. Зачем им возиться с кастрюлями, ведь тогда мать не сможет твердить свое излюбленное «кроме меня никто ничего не делает». Иная молодая женщина жалуется на то, как трудно ей было вживаться в семейную жизнь. Мать не подпускала ее к плите, и готовить ей приходилось украдкой в моменты, когда матери не было дома. Мать выгоняла дочерей из кухни, ибо

никто не готовит так вкусно, как она сама. Приготовленная дочерью еда критиковалась и забраковывалась, хотя другие ели и нахваливали.

Или еще один пример: мужчина создан, чтобы строить. Отец, который считает, что никому не сделать того, что может он, дразнит своего маленького сына неумехой, но к инструментам не подпускает. Отец боится, что ребенок затеряет либо испортит инструмент. Чего бояться, то и происходит. Виновным оказывается ребенок. Бывает, отец всю жизнь попрекает ребенка тем случаем и прячет от него инструменты, а на людях говорит — если бы не он, все бы в доме обвалилось, никто ведь рук ни к чему не приложит. Так у родителей-работяг вырастают неумелые, ленивые прожигатели жизни, которые не находят себе места в жизни.

Человек без стрессов — это просто человек, который чувствует, что умеет делать какое-то дело лучше всех, но не считает себя оттого лучше других. Он счастлив, что ему дана возможность уметь то, чего не умеют другие, и совершенствовать это умение в работе. Счастлив, что есть чем поделиться с другими. Его не задевает то, что окружающие не осознают его исключительности, ибо знает — исключительность человека в том и состоит, что он умеет делать что-то лучше всех остальных. Он не ждет, что люди начнут интересоваться его способностями и прибегут к нему учиться, ибо понимает, что люди приходят тогда, когда в них созрела потребность в его навыке. Такой человек притягивает к себе подобного же человека. Оба они вносят каждый свою лепту в совместное начинание, и сообща получается совершенный результат.

Приходилось ли Вам в жизни соприкоснуться с подобным человеком? Возможно, и приходилось, но если Вы познакомитесь с ним поближе, то поймете, что ошиблись. Если бы мой друг желудок не углядел, что мне нужно изучить эту проблему, то не стал бы меня вразумлять. А я не стала бы высвобождать знание, что если не сделаю я, не сделает никто.

Пример из жизни.

Я выпустила этот стресс из плена и стала наблюдать за его повадками и действиями, которые менялись не столько внешне, сколько в моем восприятии, по мере того как стресс высвобождался. Подобно тому, как по поведению человека, глядя на него со стороны, можно определить его настроение, так и поведение стресса в ипостаси тела может говорить безо всяких слов. Поначалу он повел себя подобно спокойному человеку, который покорно делает то, что, как ему известно, другие не умеют и потому не делают.

Ему было тяжело и грустно оттого, что нет единомышленников, с которыми можно совместно решать проблемы. Он оправдывал окружающих тем, что они не научены. Потому они и не делают, что не умеют. Я позволила стрессу отойти еще немного в сторону, и вдруг меня осенило, что я ведь точно такая же. По характеру спокойная, с людьми считаюсь — словом, хороший человек, хоть и слишком тяжелый и печальный. Тяжесть и печаль ведь одно и то же.

Тогда я стала смотреть, как ведет себя мое убеждение «если не сделаю я, не сделает никто», когда оно находится у меня в заточении. Оно вело себя беспокойно, все чего-то искало и порывалось бежать. Чтобы этого не произошло, оно, обливаясь слезами, собственноручно соорудило для себя в тюремной камере дополнительную клетку из нержавеющей стали, наподобие тех, в которых содержатся животные. Я выпустила своего пленника из клетки

и камеры и поняла, что первоначальной тюрьмой являлся **страх на подсознательном уровне**. Находясь у него в плену, человек мало-помалу превращается в животное. Если же животным быть не желает, то **сознательно** выстраивает себе *клетку*, имя которой — желание быть хорошим человеком. Обратите внимание — я высвободила всего-навсего знание «*если не сделаю я, не сделает никто*», но зато куда оно вывело. Вот уж действительно, если не я сама превращаю себя в пленника собственных стрессов и желаний, то никому это не под силу — ни духовно, ни физически.

Присмотрелась к стрессу снова. Оказавшись на воле, он не поспешил прочь, а замешкался. Я поняла, что он боится уйти. Почему боится? Боится, что если уйдет, то уже не сможет говорить с важным видом, дескать, если не делаю я, не делает никто. Я была поражена тем, сколь велико во мне желание важничать. *Ведь это — желание чем-то похвастаться*. Оно идет от комплекса неполноценности, от ощущения никчемности. Я разъяснила своему стрессу также и эту проблему — и он пошел своей дорогой. Поначалу медленно, нехотя, но чем дальше уходил, тем легче становился его шаг. У меня словно осклизлый камень с души свалился. Когда я вечером стала мыться, то с удивлением обнаружила, что кожа верхней части живота из сухой и шершавой сделалась шелковистой.

Этот стресс я высвобождала много раз по несколько дней кряду — приходилось выкраивать свободные минутки, а их всегда не хватает. Каждое новое видение вызывало у меня недоумение: «*Опять ты здесь! Я ведь столько раз тебя освобождала, а ты тут как тут, только чуть в ином обличье*». Примерно каждое десятое видение вызывало у меня изумление либо испуг и вместе с тем вразумляло меня, ибо я еще не успела заняться изучением сути этого стресса. На мое самокопание, в ходе которого выявлялось то положительное, то отрицательное, мой пищеварительный тракт реагировал соответствующим образом и всегда бурно, пока не настал день, когда я почувствовала то же самое, что и отпущенный мною на свободу пленник: я счастлива тем, что мне дана возможность владеть языком стрессов лучше кого бы то ни было.

Мне больше не приходится говорить себе, что я не имею права судить о людях, какие бы поступки они ни совершали, как о людях умных или глупых, хороших или плохих. Значит, **живущий во мне хороший человек уже не должен призывать к порядку живущего во мне плохого человека**. Осознание и ощущение того, что я счастлива, что имею возможность делать свое дело, исключает мысли о том, что я обязана делать, ибо другие не делают, не умеют, не могут, не удосуживаются, не хотят, не догадываются, не помнят, не желают преодолеть собственную лень.

Общение с этим стрессом стало для меня с тех пор жизненно важным делом. Занимаясь одним лишь этим стрессом и его высвобождением, я высвобождаю потихоньку и другие, ибо каждый стресс связывается, переплетается с другими, образуя хитросплетения житейских узоров. Если некий участок тела дает о себе знать, то ему известно, что в данный момент основная проблема сосредоточена в нем, и он говорит: «*Милый человек, свой урок по становлению человеком начни с меня*».

Желудок являет собой орган одиночества человека, он же орган эгоцентричности. Это значит, что в нем собирается все, что связано с личностью, и оно никуда не девается, покуда проблема не разрешается. Человек и личность — это две грани единого целого. Подумайте, что

означают для Вас эти два понятия.

Поджелудочная железа — это орган, позволяющий судить о том, насколько человек способен выносить одиночество, способен быть личностью. Если с человеком все в порядке, то и желудок его в порядке, а если с человеком все в порядке как с личностью — в порядке его поджелудочная железа. В обоих случаях здоров и весь организм. Иными словами, материальная жизнь начинается с мелочей, и если с ними все в порядке, то и большие дела в порядке. Кто страшится быть незначительным, тот увязает в мелочах, хоть и желает быть значительным.

Желудок и поджелудочная железа — органы материальные.

По большому, то есть **жизненному, счету мелочами занимается желудок, а большими делами — поджелудочная железа.** По малому же счету, то есть **в смысле переваривания пищи, большими делами занимается желудок,** тогда как **поджелудочная железа занимается ничтожными мелочами.**

В житейском смысле прожить можно и без желудка, но в смысле переваривания пищи без желудка жить очень трудно, ибо без переваривания не прожить. Как бы старательно ни работали зубы и язык, подготавливая пищу к перевариванию, человек с удаленным желудком должен всегда считаться с окружающими. Поэтому очень важно высвободить представление *«если не сделаю я, не сделает никто».* В противном случае человеку грозит опасность оказаться в таком положении, когда за него все приходится делать окружающим, ибо сам он уже ничего не может.

Коротко говоря, если человек невысокого мнения о своей внешности, умственных способностях либо материальном положении, он начинает утверждать себя с помощью работы. Если это ему удастся, человек нажимает на полный газ и начинает работой пробиваться в жизни. Желудку ничего не остается, кроме как заболеть. Первыми признаками того, что с желудком неладно, являются ощущение набитого желудка и пучащий верх живота.

Страх повышает скорость, а чувство вины усиливает нагрузку, о какой бы функции тела либо участке обмена веществ ни шла речь. **Страх убыстряет обмен веществ и истощает тело, чувство вины действует противоположным образом.** Оно подобно тяжелому грузу, что замедляет движение и оседает на грунт. Чувство вины — это та же почва, на которой произрастает человек.

Толстого человека, особенно ребенка, вообще не следует ни обвинять, ни оценивать, ибо от этого его чувство вины только усиливается. Он становится еще толще, а поскольку чувство вины притягивает к себе обвинение, то человек и становится мишенью для обвинений. В свою очередь, худого человека не следует пугать, так как с ростом страха он худеет еще больше, но поскольку своим страхом он провоцирует пугающих, то его и пугают.

Первый из страха принимается все делать сам, поскольку считает, что другие все равно ничего не сделают. Второй из чувства вины взваливает на себя ношу потяжелее и также считает, что если не сделает он, то не сделает никто. Человек со страхом несется на предельной скорости, а когда силы иссякают, начинает обвинять других. Человек с чувством вины отдает всего себя до последней капли, валится без сил, но молчит, не жалуется, ибо боится обвинений. Его горечь остается при нем, незаметно делая свою

разрушительную работу. Поэтому у толстых чаще встречается незаметно развивающийся рак желудка, чем у худых.

В желудке начинается расщепление пищи на питательные вещества, что продолжается на каждом последующем участке пищеварительного тракта. Каждый участок производит свой пищеварительный сок, что позволяет извлечь конкретное вещество из пищи, и всасывает это вещество в тело. Клетчатка продолжает свое движение, словно конвейер, одновременно притягивая к себе то, в чем тело более не нуждается.

Нормальное переваривание расщепляет еду.

Ненормальное переваривание разрушает еду.

Кто **принуждает себя из страха**, у того желудок вырабатывает избыточное количество кислот. А если испуганный человек к тому же обзляется, концентрация кислот повышается, и пища сжигается. О таком положении дела свидетельствует **изжога**. Подобно тому как пригоревший в духовке пирог уже нельзя разъять на составные части, так и пища на пути своего дальнейшего следования не расщепляется на части. Известно, что *подгоревшая пища канцерогенна*. То же относится к продукции желудка с повышенной кислотностью. Пригоревший пирог мы отправляем в мусорное ведро, а пригоревшее содержимое желудка — в кишечник.

Для кого безразличны близкие и безразлично будущее, у того поражается кишечник. Если кто **принуждает себя** вкалывать из **чувства вины**, тому это же чувство запрещает делиться грузом забот с окружающими. Точно так же, как и груз, ведет себя и пища, которая разрушается в процессе гниения вследствие пониженной кислотности либо отсутствия кислотности как таковой и которая оседает в теле, поражая в первую очередь желудок. Процесс протекает тем более скрыто, чем сильнее толстый человек желает утаить свои проблемы и чем более ему удастся обмануть всех, в том числе и себя, своим радостным видом. **Знание, что у меня все хорошо, равносильно смерти.**

Кто *из страха* заставляет себя *оказываться виноватым*, у того может болеть весь пищеварительный тракт, от желудка до прямой кишки, да так, что никто не разберет, в чем дело. То страх берет верх над чувством вины, то чувство вины перевешивает страх, а то возникает протест против той или иной ситуации.

Скапливающиеся в пищеварительном тракте стрессы вызывают тошноту, и это состояние может продолжаться долгое время, однако до рвоты дело не доходит, если человек не осознает того, что он держит в плену любовь к своим делам. *От подобных страхов любви плохо. Освободите свою любовь, тогда ей уже никогда не будет плохо.* Тогда Вы станете относиться с любовью к своим делам и начинаниям, а также делам и начинаниям ближних и перестанете хвататься за дела без нужды. Сможете со спокойной душой взирать на то, как суетится близкий человек, точно муравей, и осознаете, что ему сейчас так надо, а Вам не стоит бросаться делать это дело за него.

Тошнота возникает также от *испорченных продуктов*, ибо подобное притягивает подобное. *Испорченный человек потребляет испорченную пищу, не ощущая того, что она испорчена. Кто не разбирается в себе, не разбирается и в партнере, будь то человек или еда. Еда портится от плохого хранения, то есть хранения, не соответствующего потребностям.* По той же

самой причине портится и человек. Кто его плохо хранил? Прежде всего он сам, еще в предыдущей жизни, затем родители, а далее опять сам своими плохими мыслями. Тошнота подает знак, что сейчас самое подходящее время взяться за исправление ошибок.

О приступах тошноты говорят также: еда **полезла обратно**. Рвота и приступы тошноты всегда связаны с диафрагмой, чьи судорожные сокращения помогают по принципу вакуумного насоса очистить желудок в неестественном для него направлении. Причиной рвоты является *желание избавиться от обид и несправедливостей*. Кто опустошает себя рвотой, тот на время от них избавляется.

Кто боится, что от несправедливости так просто не избавиться, хотя и хотелось бы, того преследуют приступы тошноты, но до рвоты дело не доходит, поскольку пищевод свело спазмом страха. Если человек считает, что из его начинаний так или иначе ничего не выйдет, то находящаяся в пищеварительном тракте пища словно пригвождается к месту, и ни спереди, ни сзади ничего не выходит. **Страх «ничего не выйдет» материализуется на материальном уровне, и из человека ничего не выходит.**

Доверяйте себе, однако не будьте самоуверенны, тогда не придется нарушать данное слово и сожалеть о содеянном. Вера в себя позволяет человеку сохранять достоинство и не позволяет давать обещания относительно того, что от него самого не зависит. **Человек, верящий в себя**, чувствует, что когда-нибудь придет счастье. Он идет навстречу счастью.

Самоуверенный человек ставит перед собой конечную цель, держится за нее обеими руками и жизнь за нее готов отдать. Покуда речь о готовности отдать жизнь за благое дело ведется ради красного словца, все как будто в порядке, но стоит замаячить смерти, как человек готов от всего отказаться, лишь бы уцелеть. Умереть хотят лишь те, которые испытывают невыносимые душевные терзания из-за чужих обвинений, ибо хотят избавиться от страданий, но двух благ разом человеку не дано. Эти два блага — смерть и избавление от мучений.

Все, что человек делает, он делает — в смысле духовном — только для себя, тогда как в земном смысле — как для себя, так и для других. Раб в земном смысле делает все для других, однако в духовном — все же только для себя. Человек, который считает, что он должен делать потому, что никто другой не делает, превращает себя в раба. Принуждение вызывает протест. Если человек, страдающий от чужого принуждения, открыто выражает свой протест, это рождает насилие. А кто страдает от собственного принуждения, тот оставляет протест при себе, но насилием его не именуется.

За работой всегда следует результат. Честь и слава за ожидаемый результат неизменно выпадают застрельщику, и чем его фигура крупнее, тем больше исполнители задвигаются в тень. Если же желаемый результат не достигнут, вперед выталкивают виновных. В обоих случаях имеется повод заявить: *«Если не сделаю я, не сделает никто!»* — но подоплека этих слов будет разная. Из этого человек делает вывод, что поступил правильно. Если он сам в это верит, его самоуверенность возрастает. Если верят окружающие, у них укрепляется убеждение, что иначе и нельзя было поступить. Это заставляет человека подхлестывать себя еще больше, и ему начинает казаться, что он делает это не только для себя, но и для других. Рано или поздно силы иссякают, и возникает протест: почему я? С этой минуты развиваются

болезни желудка.

Знанию «если не сделаю я, не сделает никто» неизменно сопутствует недоверие. **Недоверие есть самозащита — стресс, от которого человек запирается в себе.** Недоверие в отношении дел являет собой стресс привратника желудка, который вызывает спазм привратника вплоть до полной закупорки. Например, если беременная женщина никому и ничему не доверяет, то у ее ребенка может развиться такое состояние привратника, что и капля воды не пройдет. В этом случае необходима безотлагательная операция, иначе ребенок погибнет.

Холодная учтивость, безучастный совет, сдержанная деликатность — все это формы самозащиты и недоверий. **Недоверие — это страх довериться.** Чего человек боится, то к себе и притягивает. Этим страхом Вы притягиваете к себе тех, кого не надо, и они злостно злоупотребляют Вашим доверием. Кто просто передает сказанное Вами другим, кто добавляет что-то от себя, кто полностью перевирает Ваши слова, кто пользуется полученной информацией в корыстных целях, кто предает. В любом случае, если Вы *желаете* кому-то доверять, то потом Вы будете раскаиваться, и рано или поздно Вас посетит мысль, что доверять никому нельзя. Доверять нужно. Если верите, то и доверяйте, но куда Вас одолевают страхи, Вы лишь *желаете* верить и доверять. Доверять *хочется*, ибо человек в этом мире живет не один. *Хочется* делиться своими радостями и заботами, а если заботы никого не интересуют, то хотя бы одними радостями. Но когда Вы начинаете делиться, сразу замечаете, что спровоцировали чью-то зависть. Вы ощущаете себя несчастным, поскольку у Вас нет ничего, чему можно было бы позавидовать, однако завидуют. Почему так происходит? Потому что Вы искренне *желаете* быть честным. *Желаете*, но не задумываетесь о том, нужно ли Вам это, нужно ли именно в данный момент, нужно ли в компании именно этих людей.

Желание быть честным рождает желание откровенничать. Откровенность являет собой постижение окружающего мира чувствами. Чувствами руководствуются в физическом мире, где принято все оценивать. И если человек желает быть хорошим, он выставляет напоказ свои достоинства, а недостатки прячет. Желание быть честным непременно выражается в виде косметического дефекта либо кожного заболевания.

Чем сильнее человек желает откровенничать, тем сильнее он желает на самом деле облегчить свою душу, показать, что там скрывается, и тем самым продемонстрировать свою честность. Чем эмоциональнее откровения человека, тем хуже он помнит, о чем говорил.

Изливая душу, человек обычно наговаривает на себя, сгущает краски, чтобы за свое признание получить у слушателей добавочный балл — и получает. Позже выясняется, что Ваши откровения стали общественным достоянием, будучи искаженными до неузнаваемости. Вы зализываете свои раны и думаете, что пострадали из-за собственной доверчивости, чем укрепляете свое недоверие. **Доверие и откровенность — это две противоположности, составляющие единое целое.**

Недоверие современного человека обретает невероятные масштабы, можно сказать, оно стало тотальным. С этим мне приходится сталкиваться изо дня в день, и я вижу, как оно мешает человеку исцелиться или поправиться. Иной готов скорее умереть, чем поговорить с родителями, но без разговора с родителями на душе легче не станет. Говорить же с родителями невозможно, ибо их непонимание оборачивается обвинениями. Что с того, что ребенок и

не помышлял их обвинять. Мне об этом рассказывать не нужно, ибо я сама рассказываю о стрессах, живущих в человеке. Если они очень болезненные или странные, тогда я спрашиваю, правильно ли я вижу, и человек обычно открывается передо мной.

Иному родителю даже после смерти ребенка нельзя сказать того, в чем ребенок мне доверился, хоть это и следовало бы сделать. Поэтому иные тайны так и остаются навсегда тайнами. Бывают и прямо противоположные ситуации — родитель не смеет раскрыть свои мысли ребенку, поскольку знает, что его ждет суровое осуждение. Люди не смеют делиться даже прекрасными, трогательными воспоминаниями. Если я говорю пациенту: *«Ваш ребенок отзывался о Вас теплыми, добрыми словами»*, тот сразу вскидывается: *«Как это— говорил? Я об этом ничего не знаю»*. Говорить можно тому, кто воспринимает сказанное беспристрастно, не давая никому оценок, не делит людей на основе сказанного на хороших и плохих. Меня тоже не обошли стороной трагедии, связанные с недоверием. Многие, кому я разъясняю сущность *их* стрессов, не понимают, что речь идет об *их* собственных стрессах, иначе говоря, об их плохом отношении к кому-то или чему-то. Поскольку человек состоит из своих родителей, а отношения с родителями у большинства не в порядке, я рассказываю о том, как стресс влияет на отношение к родителям. Если человек отпускает этот стресс на свободу, то осознает, сколь превратно он понимал своих родителей, и отношения выправляются. Точно так же, сидя на своей кочке, человек оценивает супруга и детей.

Мне без конца приходится повторять, что плох не сам человек, а наше мнение о нем. *В пылу доверительности и самолюбования* мои пациенты не думают о том, что, если магнитофонную запись нашей беседы давать слушать другим, люди узнают о плохом отношении, которое человек до сих пор скрывал. Владельца записи причислят к разряду плохих людей. Бывает, что пациент тиражирует материал, составляющий его неувоенный урок, для всех, кто: упоминается на пленке, а значит, с кем у него проблемы и с кем он проблемы хотел бы решить. Это значит, что владелец пленки раскрывает свое отрицательное отношение самому объекту данного отношения, не подозревая о том, что тем самым скрытая злоба превращается в открытую. Объект слушает записанное на пленку нелицеприятное мнение о себе и преисполняется праведным гневом.

Проявляя подобную наивность, пациенты навлекают на себя проблемы, в которые втягивают всех, кто хоть как-то готов им помогать. Потом виноватым оказывается помощник. Ему шлют письма либо звонят по телефону: *«Боже правый, что мне теперь делать! Теперь этот человек так зол на меня и на Вас, что просто не знаю, что он предпримет! Хорошо, что сейчас иные времена! А я так ему доверял(а) и желал(а) только добра»*.

Что я могу на это сказать? Только то, что кашу, состряпанную простодушным человеком, приходится расхлебывать как мне, так и ему самому. Следует понимать, с какого конца начинается жизнь. Если человек недостоин правды, не следует ее ему доверять, а если доверяешь, приходится страдать, чтобы получше узнать человеческую породу. Сама я приосвобождаю свою недоверчивость, а также желание доверять, но делает ли это сам страждущий, — неизвестно.

Наивный человек легко подпадает под чужое влияние, и этим злоупотребляют. Стоит высказать ему с сердечным упреком, мол, почему ты

мне не доверяешь, как он сразу проникается доверием, хотя еще совсем недавно человек этот злоупотребил его доверием. Желание понравиться своей доверчивостью матери, отцу, сестре, брату, подруге, коллеге, супругу, детям и прочим знакомым неизменно сопряжено с мучительными душевными ранами, равнозначными душевному предательству.

Больше всего боли причиняет мать, которой нельзя довериться, но которой дети желают доверять, как святыне. Злоупотребление доверием со стороны матери умерщвляет душу ребенка и возвращает в нем злость, а порой делает из него преступника. Если Вы желаете почитать мать как святую, то высвободите из себя как *свою мать*, так и *желание доверять матери*, покуда не почувствуете, что именно можно доверить матери. Мать — самый обычный человек, у которого имеются свои недостатки и достоинства, и это следует учитывать, чтобы ни себе, ни ей не сделать больно.

Недоверие рождает непонимание, а непонимание усугубляет недоверие. Зная, чего хочет ближний или что ему нравится, человек не смеет высказать свое мнение и позволяет тащить себя на поводу, словно барана, куда ближнему заблагорассудится. Меня поражает взаимное недоверие между бездетными супругами. Ясно видно, что жена хочет ребенка только ради мужа. А тот вообще ребенка не хочет. Оба они *устали от чувства вины*, которое вынесли из детства, и *пребывают в апатии*. Вместо того чтобы развязать язык и откровенно высказаться по жизненно важным вопросам, они заявляют ко мне требовать того, чего сами не желают. Всякое подобное предприятие лишь усиливает недоверие.

Мы боимся высказать ближнему то, что у нас на душе и что для нас очень важно, ибо боимся ближнего обидеть, а в итоге лишь губим себя. Осмеливались ли Вы сказать заботливо хлопчущей матери: оставь меня в покое и дай побыть наедине с собой, потому что сейчас это для меня важнее всего? Осмеливались ли Вы сказать супругу, сколь плохо Вы о нем думаете? Что Вы не понимаете, что это значит, но надеетесь, что он Вам поможет разобраться? Осмеливались ли Вы сказать ребенку, что в минуту крайнего отчаяния Вы желали от него избавиться? Вероятно, не осмеливались. Если Вы хоть раз пытались откровенничать, желая облегчить душу, то уже никогда не захотите вновь увидеть эту трагическую картину. Лучше будете ходить с камнем на сердце и говорить, сколь дорога для Вас правда. Допустим, кто-то из членов семьи, поверив Вашему правдолюбию, высказывает Вам же нелестное суждение о Вас. И что же? Вы закатываете ему такую трагическую сцену, что она до конца жизни останется в памяти обоих.

Что не забывается, то не прощается. Что не прощается, к тому относятся беспощадно.

Страх перед ссорой смыкает Вам уста, и Вы молча переживаете, покуда не лопаются терпение. Слова, созвучные Вашей потребности, которые в малых дозах слегка задела бы ближнего, извергаются теперь на него грязным потоком неразумных обвинений. Сами знаете, что бывает в таких случаях. Страх довериться вырастает в недоверие. Державший Вас в неослабном напряжении страх в результате бессмысленной ссоры оборачивается знанием, что ближнему ничего нельзя доверять. Вы желали наладить отношения, а добились их полного разрыва. Ведь обмен холодными репликами ради соблюдения приличий для Вас общением не является.

Так застоявшаяся информация накапливается до известного предела, и в сети

возникает короткое замыкание, от которого перегорают провода, они же нервные клетки человеческого тела. Былое напряжение и боль сменяются состоянием бесчувственности, под сенью которой незаметно развивается даже такая тяжелая болезнь, как рак.

Недоверие дает о себе знать непонятным давящим ощущением в локальном участке центра верха живота. Поскольку недоверчивость — это страх, он боли не причиняет, однако тяготит, ущемляет, мешает, отвлекая на себя внимание от важных вещей. Чем тверже Ваша уверенность в том, что никому нельзя доверять, тем сильнее напряжение в поясе вплоть до **несгибаемости**. Неважно, худой ли Вы или толстый. Иной человек говорит: сгибаться-то я сгибаюсь, когда наклоняюсь, но предпочел бы это место не тревожить. Другой в оправдание своей неспособности согнуться ссылается на застывшую спину либо боль, которая по сути является все той же проблемой.

Чем сильнее недоверие, тем дольше пища вынуждена застаиваться в желудке, вызывая ощущение его наполненности, вздутие в подгрудной области, выпячивание и утолщение верха живота, а там уже и симптомы, характерные для болезни желудка, и нарушение обмена веществ во всем теле.

Если недоверие рождает злобу, возникают болезни, при которых воспаляется привратник желудка, а также развивается язва, которая при заживлении рубцуется, и тогда на помощь должен прийти хирург. Если желудок больной, то больна и поджелудочная железа, и тогда человек теряет форму. При всем желании ему не удастся вернуть животу плоскую форму. Ношение пояса, ремня либо корсета может восприниматься более мучительно, чем смерть.

Чем больше человек желает лишь одного хорошего, тем менее он способен обходиться малым. **Неспособность обходиться малым ведет к утолщению талии**. Печаль, она же бессильная злоба, из-за того, что все равно ни одно из желаний не сбудется, превращает талию в бочонок.

Особенности талии говорят об особенностях настоящего в целом и об особенностях текущего момента в частности.

Покуда человек просто счастлив, **талиа** у него **тонкая и гибкая, словно тростинка**. Если человек принуждает себя ловко повернуть некое дельце во имя подлинного блага, **талиа** у него **тонкая и негнущаяся, словно рукоятка кнута**. Кто жалеет себя в такой ситуации, тот расхаживает с **запавшим животом**. Страх не добиться желаемого хорошего и ощущение трагедии — «*Господи, что же теперь будет?*» — делает талию болезненно тонкой. Трагизм являет собой испуганное чувство вины.

Кто желает добиться хорошего, чтобы поделиться с другими либо перед ними похвалиться, у того талиа становится тонюсенькой. О таком человеке говорят — красиво-то красиво, да дотронуться боязно. Как знать, еще переломится. В этом страхе есть доля истины, ибо когда трагика перерастает в трагедию, это может повлечь за собой катастрофические последствия. Чем больше человек гордится своим красивым тонким станом, тем с большим правом он настаивает на исполнении своих желаний и тем страшнее его гнев, если желание не достигается. Причем такой человек всегда уверен в своей правоте, ибо окружающим он желает только хорошего.

Кто в детстве *досыта* насмотрелся на людей, истязающих себя подобным образом, тот, еще будучи ребенком, дает себе клятву: когда вырасту, сам

налажу свою жизнь. С этой минуты болезненно худой ребенок начинает раздаваться как на дрожжах. В каком бы возрасте человек ни решил, что **настрадался досыта** и больше страдать не желает, результат оказывается таким же. На душе становится легко, зато тело тяжелеет — из-за неумения обходиться малым. Такой человек может жить и дальше легко и радостно. Чем больше он посвящен в проблемы, которые бывают у людей с красивой внешностью, тем больше радуется тому, что ему-то всего хватает, и не ворчит по поводу своего тела. Все бы хорошо, если бы не тихо скапливающиеся стрессы.

Такой человек не доверяет наладить свою жизнь никому. Чем сильнее недоверие, тем тверже уверенность, что если не сделаю я, то не сделает никто, и тем сильнее, в свою очередь, недоверие. Эти два стресса не могут жить друг без друга. Высвободите их, наблюдая за ощущениями вверху живота. Высвобождайте их перед едой, во время еды и после еды, и Вы почувствуете, что желудок и пищеварительный тракт с каждым разом все более избавляются от мучителя, который не давал Вам в последнее время покоя ни днем, ни ночью. Умерится излишний аппетит, и Вас перестанет тянуть на что-нибудь особенное.

С точки зрения медицины, возбудителем болезни является некое внешнее воздействие, иными словами, во всем виноваты микробы. Я уже рассказывала о том, как чувство вины и обвинение губят сердце, но сердце не может обходиться без желудка, как и желудок без сердца. Чувство вины, связанное с делами и бездействием, подстегивает желудок точно так же, как человек принуждает себя к работе, чтобы быть менее виноватым. Чувство вины по энергетике является кислым, обвинение же — кислотой. Но **не всякое кислое является кислотой**.

Желудочная кислота представляет собой такую среду, в которой не выживает ни один микроб, потому долгое время не могли обнаружить микробов, вызывающих желудочные заболевания. В желудке были выявлены лишь возбудители кишечных инфекций, спешащих скорее проскользнуть к месту своего обитания. Не так давно выявлена бактерия *Helicobacter pylori*, и ей инкриминируется воспаление слизистой желудка, язвенная болезнь как желудка, так и двенадцатиперстной кишки. Как видно по названию, место ее обитания — выходная часть желудка, что означает на латыни *pylorus*. Это та бактерия, чью спячку прерывает недоверие, и оно же велит ей размножаться, чтобы она, словно охранник, набросилась бы на моего врага. Поскольку мои враги — это я сам, которого отождествляю с телом, а также другие тела, именуемые людьми, то задача охранника заключается в том, чтобы лишить обоих врагов боеспособности. Так заболевают желудок и двенадцатиперстная кишка. С высвобождением недоверия *Helicobacter pylori* может вновь отправляться на покой.

В пищеварительном тракте множество бактерий. Конкурируя между собой — а эта конкуренция приводит к нарушению микрофлоры, именуемой **дисбактериозом**, — они способствуют образованию **газов**. Если у человека возникают *противоречивые суждения* относительно деятельности окружающих, то его бактерии начинают враждовать друг с другом. Они уже не помогают друг другу в процессе пищеварения, а принимаются друг друга дубасить. Ведут себя точно так же, как и организм хозяина.

Чем яростней сражение, тем больше газов. Чем яростней война против лжи, тем газы вонючее. Чем выше желудочная кислотность, тем больше

истребляется желудочных бактерий. Иными словами, чем больше человек принуждает всех вокруг крутиться, осыпая их обвинениями, тем больше он себя губит. Чем ниже желудочная кислотность, то есть чем больше человек ощущает свою вину во всякого рода делах, тем в желудке больше бактерий, которые способствуют брожению. Газы могут возникнуть у человека уже в ходе длительной трапезы. Например, если работяга, у которого работы невпроворот, вынужден сидеть за праздничным столом целый вечер, у него возникают мучительные газы. А если он к тому же из приличия хвалит праздник, хотя сам предпочел бы заниматься своим делом, газы у него приобретают столь резкий запах, что ночью не продохнуть. Если ситуация повторяется несколько раз, человек имеет полное основание оставаться дома и заниматься своим делом, тогда, как другие домочадцы веселятся в гостях. И ему хорошо, и им.

Работяга, занятый любимым делом, ощущает себя превосходно, зато вряд ли счастлива его жена, сидящая за столом в одиночестве, тогда как другие танцуют. Если человек желает и дело делать и веселиться, ему приходится нелегко. Особенно если он уже не первой молодости, когда ходят на дискотеку. Чем люди старше, тем больше праздники для них связаны с едой. За работой человек ощущает себя лишь рабочей скотиной, которой не положено ни минуты радости. А за праздничным столом ощущает себя, словно в камере пыток. Если не есть, приходится краснеть из-за бурчания в животе. К тому же как тут побороть желание отведать аппетитно пахнущие блюда, радушно предлагаемые со всех сторон. Если Вы испытываете подобные проблемы, высвободите из себя как работу, так и веселье. **Что создается духовно, то с легкостью обретает земные измерения.** Один вид деятельности не будет помехой другому. К тому же трудящийся человек может уже не бояться, что он перепутает по времени работу и веселье.

Люди, которые находят в работе спасение от житейских проблем, не осознают того, что работа выполняется ими со страхом и злобой. Это значит, они борются с несделанными делами, именуя это работой. В этом случае проблемой является несделанная работа. Не будь этой проблемы, не было бы и необходимости превращаться в *рабочую скотину* во вред желудку. Если человек высвобождает какие угодно *земные* проблемы *духовно*, то работу он выполняет не ради работы самой и не ради бегства от неприятностей, а ради того, чтобы заниматься собой.

Чем человек умнее, интеллигентнее и благовоспитаннее, тем сильнее он мучается от газов. Еле слышный звук воспринимается с трагизмом. Не умея видеть в других себя, человек даже новорожденному и то выговаривает: «*Ой, ну как ты так посмели.* Если нечаянные звуки исходят от старика, у рафинированных людей может на весь день испортиться настроение. А все потому, что человек, который отчаянно стремится доказать свою благовоспитанность, борется против проявления своей *неблаговоспитанности в окружающих*: в людях, животных, птицах. **Открыто бороться неприлично, даже если это означает скрытый надлом.** Так пострадавший от происходящей вокруг борьбы зарабатывает рак пищеварительного тракта. Вот и получается, что хороший человек умирает из-за плохих людей, а плохие знай себе дерутся дальше.

Чем с более легкой душой мы приступали к работе, тем лучше к ней относимся и тем уравновешенней работает желудок. Уравновешенный человек выполняет свою часть работы и уступает очередь другим. Для него естественно, что один он не сумеет или не сможет со всем справиться. Он

доверяет другим. Его желудок точно с такой же естественностью передает пищу двенадцатиперстной кишке, передает постепенно, по мере того, как делается дело. Также и микробы передают работу другим, действуя, словно конвейер, на всем протяжении пищеварительного тракта. Каждый знает свое место, выполняет свою часть работы, и в итоге дело доводится до конца.

Когда Вы высвободите свое недоверие, будете ли Вы общаться только с теми, кому можно доверять и кто не причиняет неприятностей? Нет, Вы научитесь понимать, *кому и что можно доверять*. Есть большая разница, доверяю ли я человеку в одном либо не доверяю ему в остальном. Если доверяете, то знаете точно, в чем ему можно доверять. Вас не тревожит, что в других вещах доверяться ему нельзя. Вы совершенно естественно воспринимаете то, что человека не следует обременять непосильной ношей. Обременяете тем, что ему по силам, и отношения между вами нормальные, доверительные. Высвобождение стрессов позволяет воспринимать всех и вся такими, какие они есть, не требуя от них никаких гарантий.

Доверие бывает самое разное. Можно доверить человеку хранение тайны, выполнение работы, организацию некоего дела, начало или завершение некоего предприятия, представительство, руководство, приобретение опыта, улаживание мелких вопросов либо проведение в жизнь большого дела, ответственность за судьбу какой угодно суммы денег, собственное здоровье, заботу о ближнем, присмотр за ребенком, воспитание детей, уход за больным.

Зная человека, мы доверяем ему, к примеру, выполнение работы, однако не заставляем его руководить неким делом. Руководить он не способен. Другому же мы доверяем руководство, поскольку нам известны его способности руководителя, а также неспособность к практической работе. Жизнь доверяет человеку занимать свое место и не говорит: большего я тебе не доверю. Если человек добровольно учится чему-то еще, ему доверяют нечто большее.

Вход в желудок предназначен для того, чтобы перекрыть дорогу тому ненужному или вредному, что человек проглатывает *сдуру*, и дать возможность проглоченному вернуться назад *по-умному* — тем же путем, как оно и пришло. Чтобы человек, который наносит себе как личности вред собственной глупостью, не смог затем излить свою злобу на других, чтобы не истребил в себе личность.

Рвота является защитной функцией организма, но она не срабатывает, если человек выискивает чужие ошибки и хочет выплеснуть на окружающих собственные помои. Есть люди, у которых ни с того ни с сего выворачивает желудок. Это значит, что человек *не желает в данную минуту ссориться с людьми*, хоть и считает их плохими, неправыми, несправедливыми и т. п. Есть и такие, кто постоянно придирается к ближним на словах, однако и страдает от постоянной рвоты. Это значит, что в них перемежается *желание, чтобы люди сделали лучше от моих слов, и желание быть хорошим самому*.

Чистота — вещь хорошая. В нашем случае человек очищает себя, чтобы тут же вновь замараться. Для такого человека жизнь — это борьба, и он борется, ибо не умеет иначе. Если лишить его еды, рвота не утихнет. Вода и та вызовет рвоту, поскольку он усваивает энергию воды как печаль, а печаль равнозначна непомерной беспомощности. Борец же согласен скорее умереть, чем признаться в своей беспомощности. И лишь ослабев от голода, он начинает думать о себе и забывает про борьбу с окружающими. Прекращается также и рвота.

Подобное состояние может привести к смерти, поэтому таких больных в целях спасения кормят парентерально — вводят через капельницу питательные растворы прямо в кровь. Во избежание подобного кризиса Вам следует отнестись к первым же признакам тошноты как к сигналу-предупреждению и сделать соответствующий вывод.

Короче говоря, **рвота есть страх за последствия, за завтрашний день, то есть за будущее.** *Разовая рвота* говорит о том, что человек страшно боится, что теперь будет, и хотел бы загладить содеянное им, сделать так, будто ничего и не было. *Хроническая рвота* свидетельствует о необдуманности. Человек сперва говорит и лишь затем думает и постоянно укоряет себя за такую манеру. В следующий миг повторяет то же самое.

Человек без страхов доверяет коллективу, учитывая его положительные и отрицательные стороны. Дружелюбное общение позволяет людям проявиться с лучшей стороны, без оглядки на свои недостатки. Так же дружелюбно функционирует и двенадцатиперстная кишка — **дуоденум**.

Напряженные взаимоотношения в коллективе вызывают состояние напряжения в двенадцатиперстной кишке.

Первичным коллективом является семья, где закладываются отношения к любому коллективу. Чем меньше у человека времени для себя, тем враждебней он относится к коллективу и тем серьезнее поражается двенадцатиперстная кишка.

Напряжение, он же страх, не позволяет решить ни одной проблемы, ибо не дает разглядеть причину проблемы, а значит, ее суть. По мере роста напряжения возрастает неудовлетворенность, и болезнь усугубляется. Окончание желудка есть начало двенадцатиперстной кишки, следовательно, недоверие к окружающим властвует и в двенадцатиперстной кишке. Как только человек оказывается не в состоянии делать необходимые дела совместно с другими, так сразу смесь пищеварительных соков, скапливающихся в двенадцатиперстной кишке, теряет способность полноценно переваривать пищу. Когда пища в кишке успевает перевариться в количественном отношении, тогда и человек совместно с другими людьми заканчивает работу, но вот будет ли он удовлетворен качеством пищеварения, как, впрочем, и качеством работы, — это уже вопрос иной.

Количественное изменение пищи должно происходить в полости рта, пищеводе, желудке.

Качественное изменение пищи должно начинаться в двенадцатиперстной кишке.

У человека здорового так оно и есть. Качественное изменение предполагает изменение свойств. Это значит, что дуоденум старается уравновесить ошибочное, неуравновешенное, оценивающее отношение человека к вещам. Дуоденум учит нас тому, сколь необходимо для людей единение, чтобы иметь возможность развиваться дальше. **Развитие подразумевает в первую очередь изменение качества жизни.** Покуда мы будем всех и вся оценивать, мы останемся на материальном уровне и развиваться будем лишь количественно.

Как человек оценивает коллектив, так оценивает и пищу. В зависимости от того, насколько коллективу удастся изменить ошибочное суждение человека, его двенадцатиперстная кишка превращает пищу в питательные вещества для

тела. Это происходит, если человек не слишком выбит из колеи и позволяет себя переубедить.

Почему необходимо менять свойства пищи? Потому что ломоть хлеба и кусок мяса не могут попасть в мышцы и кости человека в том виде, в каком они лежат перед ним на тарелке.

«Своим» признается то, что похоже на тебя. Безоговорочно «своим» признается то, что безоговорочно похоже на тебя, то есть похоже настолько, что его не надо бояться. Пищу следует расщеплять для того, чтобы белки могли беспрепятственно воссоединиться с белками, жиры — с жирами, углеводы — с углеводами. То же относится ко всему остальному, что содержится в пище. **Подобно тому как мы делаем людей приемлемыми для себя, так же ведет себя и дуоденум.** Поскольку орган он коллективный, то в одиночку ничего не делает, только с помощью желчного пузыря и поджелудочной железы.

Желчь расщепляет грубые структуры.

Ферменты поджелудочной железы расщепляют тонкие структуры.

Как Вы уже знаете из предыдущей книги, в желчном пузыре скапливается мужской гнев. **Желчь являет собой мужской гнев.** Гнев происходит от ощущения беспомощности, из-за того, что человек не может делать того, чего желает, когда желает и как желает. Разгневанный человек не признает, что самым большим препятствием является он сам. Видит он только других, не себя. Поскольку мы живем также и в физическом мире, то выходит, что гнев неизбежен. Важно его высвободить в начальной стадии, а не держать при себе, взращивая в огромную сокрушительную силу. Размашистая поступь и легкость в работе, даже если кому-то это не нравится, способствуют высвобождению гнева в зачатке. Человек, который старается потрафлять чужим желанием, блокирует свое естественное движение, в результате чего желчь перестает вырабатываться во время приема пищи, как ей положено, либо вырабатывается, но не так, как надо. О подобном образе мыслей свидетельствует светлый цвет кала.

Желчь поступает из печени. Если в печени засело желание сокрушить и уничтожить все плохое, то желчь крушит и уничтожает пищу, отказывая ей в любви. Додумайте сами, что тело сможет усвоить из такой пищи. Тело нуждается в дружелюбном распределении — белки в одно место, жиры в другое, углеводы в третье. Это повышает эффективность и быстроту процесса переваривания. Из-за гнева же тело вынуждено из кучи мусора выискивать то, что ему необходимо. Даже обитатель свалки не в силах рассортировать всю гору мусора. Как же может справиться с этим тело? Неотсортированный мусор остается гнить в куче. Слизистая пищеварительного тракта должна смириться с подобным унижением. Должна, но смиряется ли — вопрос другой.

Кто во время еды отрекается от своей естественности в угоду утонченным манерам, у того нарушается естественное выделение желчи. Кто жрет как свинья, у того она точно выделяется. По-свински ест тот, в ком назрел протест против фальшивой благовоспитанности. Своими манерами за столом он желает выразить свой протест, желает спровоцировать конфликт, который вывел бы правду наружу. Чем протест сильнее, тем желчи выделяется больше. У человека, ведущего себя подобным образом, кал наверняка имеет темно-коричневый цвет.

Чрезмерное выделение желчи вызывает **отрыжку**. Отрыжка может сопровождаться столь противным запахом желчи, что с таким человеком никто не желает есть за одним столом. Это является прекрасным средством отпугивания неприятных людей, в обществе же людей приятных отрыжка заметно уменьшается, а если протест не чрезмерен, то и вовсе проходит.

Все, что человек в себе сдерживает, когда-нибудь перехлестывает через край. Порыв гнева вызывает конвульсивное опорожнение желчного пузыря, за чем следует отрыжка, которая ставит интеллигентного человека в очень неловкое положение. Во время еды это было бы еще простительно, но только не в ходе важного разговора. Отрыжку может вызвать любая напряженная ситуация, не имеющая никакого отношения к еде.

С усилением гнева человек начинает все чаще срываться. **Кто скрывает кипящий внутри гнев за улыбчивой маской, у того желчь выплескивается в кровь.** От желчных пигментов слизистая и кожа окрашиваются в желтый цвет. Подобно тому как к разгневанному человеку, который оскверняет любовь своей желчной злобой, эта самая злоба рано или поздно возвращается, так и желчь, вырабатываемая печенью, совершает круг и возвращается в печень, и печень заболевает.

Печень больна, если человек ненавидит государство. Ненависти предшествует ситуация, когда человек желает от государства что-то получить, но не получает и оскорбляется. Знание, что от государства все равно ничего не получишь, может сохраниться у человека еще от предыдущих жизней. Соответственно этому представлению он выбирает себе родителей, мыслящих подобным же образом, и в итоге печень у него заболевает еще в детстве. Кто клянет государство на чем свет стоит, тот клянет нездоровые ощущения всякий раз, когда они возникают, и печень у него не заболевает в полном объеме. Кто любит позабавить людей рассказами о свинских делах государства, тот должен быть осторожным в отношении еды и питья, иначе его вновь скрутит приступ печени.

Печень выводит из тела материализованную злобу и гнев. Их выведение блокируется страхом — страхом перед государством. Не будь этого страха, не было бы и ненависти к государству. Человек относился бы к государству с пониманием, ибо оно необходимо. Все болезни можно излечить, если сохраняется очистительная функция печени. Если же печень полностью отказывает, то для смерти иной болезни уже не нужно.

Как только прекращается выведение из тела ненужных продуктов жизнедеятельности, а значит, прекращается высвобождение злобы, оно же обращение плохого в хорошее — ведь в принципе все это одно и то же — так тело умирает, чтобы духовный человек не погиб от рук земного губителя.

Следовательно, если кто зол как черт на одного человека либо нескольких людей, однако почитает государство и родину, как святыню, тот исцеляется от какой угодно тяжелой болезни. Если кто-то, например, некий государственный деятель, выводит его из себя, и он отождествляет этого человека с государством, то злоба на государство в тот же миг принимается подтачивать его печень. Чем больше число тех людей, которых Вы считаете плохими, тем больше в Вашей печени плохого, ибо не кто иной, как люди, и образуют государство. Подумайте хорошенько о своем отношении к государству. Проведите параллели со своим здоровьем. Задумайтесь о болезнях, бытующих в кругу Ваших знакомых — Вам ведь известен склад

мыслей этих людей. Сейчас во всем мире большое число чрезвычайно тяжелых болезней, но мы этого не замечаем, поэтому в проблемах своей страны мы виним государство. Государство может быть каким угодно, но *злоба человека к государству обитает в самом человеке и разрушает человека ровно в той же степени, в какой человек желает это государство разрушить.*

Государство не может сделаться лучше, если от него только требуют и ничего не дают взамен. Если человек *желает*, чтобы его государство перестало существовать, то гибнет его печень. Вместе с печенью гибнет и тело, чтобы одним разрушителем государства стало на свете меньше. **Государство нельзя сокрушить, его нужно изменять.** Когда человек меняется сам, для него меняется и государство.

Если человек боится за государство, у него уменьшается печень.

Если человек злится на государство, его печень увеличивается.

Испуганный человек боится за государство, ибо от благополучия государства зависит его собственное благополучие. Страх вынуждает подмечать все, что составляет угрозу государству. Если *желание быть хорошим* не дает человеку излить свою желчь по поводу разрушения государства и унижения его граждан, то у него заболевает печень. *Желчные протоки сужаются, если человек не желает выплескивать горечь*, и желчь вынуждена проникать в кровь. Иного выбора у желчи нет. Собственное унижение притягивает чужую униженность, и в совокупности они образуют воспаление.

В государстве от этого ничего не меняется, однако человек со страхами попадает в еще большую зависимость от положения дел в государстве, ибо страх за государство растет. Чем страх сильнее, тем сильнее уплотняется в печени *соединительная ткань, которая еще больше сужает желчные протоки.* У человека, беспокоящегося за положение дел в государстве, печень может стать точно такой же, как само государство, и может случиться, что государство даст человеку новую печень. **Взаимная приязнь оборачивается заботливостью.**

Если же человек продолжает мыслить по-старому, то и новая печень держится недолго. В пересаженной печени развивается та же болезнь, из-за которой собственная печень оказалась непригодной. У кого страх за государство превращается в злобу на государство, тот зарабатывает прямо противоположные болезни, и тому государство новую печень не предлагает. И правильно делает, ибо такой человек новую печень не примет.

Печень, как и любой другой орган, не кусок мяса, который переносят из одного живота в другой. Печень также обладает сознанием, которое воспринимает то, как к нему относятся как к символу государства. Если сам человек этого не знает, печень его наставляет. Пересаженная печень не заболевает сразу после пересадки лишь в том случае, если личность донора оказывается сильнее личности реципиента. В этом случае с пересадкой печени у человека меняется характер. Меняется вплоть до неузнаваемости, да так, что человек уже не вписывается в собственную семью. Особенно если семья враждебна к государству.

Когда нас кто-то обижает, мы ждем помощи от государства. Если оно не бросается тут же на помощь, мы недовольны. Когда я говорю пациенту с больной печенью, что печень символизирует государство, он отрицает какую-

либо злобу на государство. Когда я говорю ему, что он ненавидит несправедливость, он с жаром соглашается. Человек не понимает, что он **отождествляет государство и несправедливость**. Государство для него — творец законов, оно призвано обеспечивать благополучие своих граждан. Если не обеспечивает, значит, оно несправедливо. Опасаясь худшего, человек старается не злиться на государство, однако не может не злиться на несправедливость. Из страха перед государством человек не смеет выражать протест, что усиливает печаль из-за своей беспомощности. Сам же протест подавляется страхом прилюдно обнаруживать собственные ошибки и заблуждения. Так беспомощного человека одолевает бессильная злоба, она же печаль.

Печень — это средоточие злобы и гнева. Любая злоба начинается из-за беспомощности перед своими проблемами. Поскольку печаль являет собой скопление **жидкости** и отекает, то печень отекает. Стремясь скрыть свое жалкое положение в вопросе о несправедливости, человек желает скрыть от чужих взоров выпирающую наружу печень, его тянет загородить живот руками либо втянуть его в себя — лишь бы никто не заметил. Обе позы притягивают к себе внимание. Гордость не может этого допустить.

И гордый человек распрямляется, недоумевая, отчего так больно и нехорошо мышцам спины. Хочется сесть, развалясь поудобнее, тогда легче будет дышать. Устраивается, и впрямь становится легче. Подобное решение проблемы входит в привычку, и человек, вместо того чтобы двигаться, сидит сиднем, забившись в укромный уголок.

Все как будто в порядке. Отгоняя печальные мысли, человек не замечает собственных тяжких вздохов, которые свидетельствуют о чувстве вины. Замечают домашние, но когда спрашивают, в чем причина, человек отвечает, что все в порядке, только вот на душе тревожно от всеобщей несправедливости. Так человек заглушает печаль, и та превращается в тревогу. Отечность в печени уплотняется. А все потому лишь, что человек ждет, когда же восторжествует справедливость и повсюду будет наведен порядок. Чтобы устранить несправедливость, нужно заявить о ней во всеуслышание, и человек принимается жаловаться в полный голос. Чем громче в нем говорит обида на врачей, которые не могут излечить его от болезни, тем сильнее поражается печень. Чем больше печаль, тем невозможнее вылечить человека от какой бы то ни было болезни.

Если из всех Ваших злоб наибольшей является **печаль из-за несправедливости**, то Ваше нездоровье ограничится **отеком печени** и более серьезной болезни уже не последует. Если Вы признаетесь в своей печали и не будете стараться ее заглушить, то не дадите повода для образования камней. Если Вы не лелеете втихомолку свою печаль, терпеливо дожидаясь конца несправедливости либо крушения государства, то не будет причины для возникновения рака. Вы просто-напросто делаетесь человеком, которого переполняет печаль из-за увеличенной печени. Если освободить печаль по поводу несправедливости, то пройдет и это.

Когда человек попадает в зависимость от государственной власти, развивается **цирроз печени**, при котором в печени разрастается соединительная ткань, характеризующаяся функциональной недостаточностью. Печаль из-за зависимости от государственной власти, она же жалость к своему государству, скапливается в брюшной полости в виде жидкости, в результате чего возникает асцит — водянка живота. Кто,

несмотря на сожаление, все же любит свое государство, тот может прожить с циррозом долгие годы, если врачи удаляют жидкость из брюшной полости.

Будучи в США и Канаде, я занималась больными, которые, к моему удивлению, успешно преодолели раковое заболевание, а кое-кто и несколько разных раковых заболеваний, причем лечили их либо только хирургическим путем, либо в сочетании с химиотерапией и облучением. Их оптимизм не шел ни в какое сравнение с оптимизмом раковых больных в Эстонии. Я спрашивала себя, отчего у наших онкологических больных от первого же рака образуются метастазы, ведущие к быстрому летальному исходу, тогда как у американских рак словно блуждает по телу, и вместо метастаз развиваются новые формы рака.

Поскольку вся жизнь зависит от отношения и общения, то же происходит и в случае раковой болезни. Там у них гораздо сильнее вера во врачей и в медицину, чем у нас, поэтому они принимают то, что дают им врачи. Как там, так и здесь врачи в равной мере являют собой дающих. Если врач говорит американцу: тебе нужно как можно быстрее выбираться из той стрессовой! среды, которая послужила причиной болезни, то американец снимается с места. Америка — страна большая, на другом ее конце жизнь совершенно иная, и больной надолго избавляется от прежних стрессов. Ведь врачи остались вдалеке. Если же больной не изменяет себя и не меняет своего отношения, все повторяется, с небольшими вариациями, и развивается уже новый рак.

Житель Эстонии считает местную медицину скверной и, к сожалению, отождествляет врачей с медициной. Если он после долгих колебаний и страхов решает все же лечь в больницу, то ни на какое сближение с теми, кто призван ему помочь, не идет и перед ними не раскрывается. Ему удаляют пораженный участок, назначают химиотерапию либо облучение, однако ожидаемый лечебный эффект не достигается, а побочные явления прогрессируют. Во всем этом, по мнению как пациентов, так и врачей, виновато государство. Приступы злобы, вспыхивающей против государства, отзываются вспышками метастазов в печени, ибо государство — это мы сами. Повторяю еще раз: **засевшая во мне злоба — это моя злоба, и прежде всего, а также больше всего она вредит мне самому.**

Человек желает быть человеком и требует, чтобы государство этому способствовало. И если государство этого не делает, он считает себя вправе требовать, ибо знает свои права. *Как было бы чудесно, если бы кто-то, но не я сам, сделал из меня человека.* **Нежелание быть таким, какой я есть, и желание попасть в мир, где нет забот, приводит человека к наркотикам.**

Распространение в среде наркоманов **желтухи** указывает на ту желчь, какую у человека вызывают большие людские массы, а значит, государство. Можно ли изменить государство в лучшую сторону? Нельзя, если каждый из нас не сделает из себя человека. Прежде чем что-либо требовать от государства, нужно ему отдать. Что отдать? В первую очередь, любовь, тогда мы способны постичь суть момента и сообразоваться с возможностями. Небольшие возможности позволяют сделать большое дело, если делать надо. Если же мы пока не начали делать, значит, в том нет необходимости — время не пришло.

Злоба против государства и несправедливости может проявляться весьма своеобразно. Например, одна женщина заболела желтухой, когда муж стал

прикрывать свои отлучки из дома государственной работой, тогда как на самом деле посещал любовницу. Женщина давно подозревала, что у мужа кто-то есть, и не находила себе места, выискивая вину всех сопричастных, в том числе и свою. К сожалению, вину она вину всех.

Скопившаяся в печени злоба, которую она понемногу выплескивала в порывах гнева, застревала в печени и бурно разрослась, когда женщина возненавидела государство *из-за мужниной лжи*. Человека можно обругать в лицо, но как обругать в лицо государство? Чтобы избавиться от злобы на государство, нужно бы обругать в лицо каждого его гражданина, но поскольку это нереально, человек от ненависти заболевает. Гнев не нашел выхода, но зато нашел вход.

Жажда мести, направленная против государства, вызывает **кровотечение в печени**. Если человек желает продемонстрировать свою жажду мести на людях, кровь выступает на поверхность печени. Находящиеся под капсулой печени **гематомы, то есть застарелые кровоизлияния**, проходят, лишь когда человек высвобождает желание отомстить государству. Поскольку зло порождает зло, число гематом возрастает.

В ком вспыхивает желание отомстить государству, но он боится это желание обнаружить, у того гематомы образуются в ткани печени и потому легче рассасываются. Зачастую эти участки прорастают соединительной тканью. Это значит, что из-за своей вспышки человек попадает в зависимость от государства. Они оба — как печень, так и государство — имеют жизненно важное значение, и без них нам на нынешней стадии развития пока не обойтись.

Если Вы открыто желаете зла государству, сидеть Вам за решеткой за государственную измену. Откровенная злонамеренность сродни злодеянию. Если желаете зла государству в глубине души, заработаете рак печени. Тюрьма она и есть тюрьма, земная ли, как в первом случае, духовная ли, как во втором. Выпустят ли Вас из тюрьмы, зависит от Вашего отношения к государству. Если Вас выпустили, а Вы своей злонамеренности не высвобождаете, все повторяется сначала, но уже гораздо суровее. Злонамеренность по отношению к одному гражданину государства равнозначна злонамеренности по отношению к одной клетке печени. Болезни как раз и начинаются с одной клетки, как и преступления начинаются с одного незначительного проступка.

Печень расположена под грудобрюшной преградой, то есть под **диафрагмой**. О диафрагме Вы, скорее всего, почти ничего не знаете. Между тем Вам знакома икота, а она вызывается судорожными сокращениями диафрагмы. Ну а о том, что диафрагма — это жизненно важный орган, без которого не прожить, как не прожить без сердца, Вы и не догадываетесь. Заболевание печени всегда связано со стрессами диафрагмы, то есть с ее поражением. Об этом поговорим в следующей книге.

Поджелудочная железа является органом личности человека. Если мы преисполнены верой в свои начинания, то не подвержены влиянию со стороны, и поджелудочная железа у нас в порядке. Вера и самоуверенность — разные вещи, разные грани единого целого. О поджелудочной железе я подробно рассказывала в предыдущей книге в связи с сахарной болезнью.

Поджелудочная железа вырабатывает инсулин — белковый гормон, регулирующий содержание сахара в крови и поступающий непосредственно в

кровь. Любой вид поступающего в тело сладкого приносит извне *смелость*, что уравнивает страхи. Чем меньше у человека смелости, тем больше он ее жаждет. Подлинная смелость являет собой беспрепятственно текущую энергию. *Кажущуюся смелость мы поглощаем ежедневно вместе с сахаром*. Но наступает момент, когда сахар перестает усваиваться и не доходит до клеток. Даже не превращается в жиры, поскольку нет инсулина.

Инсулин подобен охраннику, который приходит на помощь, когда видит, что человек *сам* старается наладить свою жизнь достойным образом, пусть даже при этом совершает ошибки. Как только он видит, что *человек делает добро чужим, чтобы стало лучше самому, но вскоре разочаровывается и начинает требовать, чтобы окружающие занялись налаживанием его жизни, — помощь от инсулина прекращается*. Возникает сахарная болезнь, чтобы человек уяснил, что по-настоящему хорошим является то, что человек созидает по велению сердца собственными руками. *Когда человек делает дела за других, он втайне всегда желает, чтобы другие сделали за него его собственные дела*. Работа за других — это своего рода аванс, который выплачивается из расчета на будущее. Чем больше мы занимаемся чужими делами, тем скорее обнаруживается изнанка.

С той минуты, когда человек начинает требовать от других ответной благодарности, у него начинается диабет. От того, сколь решительно человек настроен, зависит начальная стадия болезни, которая может протекать в скрытой либо же обостренной форме, опасной для жизни. Если, к примеру, женщина старается доказать, что она хорошая жена, то муж заботу не замечает и принимает ее *не так, как хотелось бы жене*. В сердцах жена делает разворот на 180° и заявляет: *отныне я палец о палец ради тебя не ударю. Ты меня не любишь, живи как знаешь, но о семье, будь добр, позаботься*. Выслуживающая любовь рабыня сделалась повелительницей, упирающейся на свои права. Не правы они оба. А что в итоге? Если раньше у их ребенка в крови постоянно не хватало сахара, то теперь содержание сахара превышает норму. Прежде его было не оттащить от сладкого, а нынче он сладкое на дух не переносит.

Пример из жизни.

Как-то раз я изучала реакцию подростка на хвалебные отзывы его родителей — он у нас такой молодец с самых малых лет! — и почувствовала, что его отношение мешает ему вылечиться от диабета. В мальчике ощущалась горделивость, которая словно говорила: *«Я мог бы быть плохим, как другие мальчишки, но я стал хорошим, как вам того хотелось, и за это вы должны быть мне благодарны»*. Когда мы заговорили с родителями о его болезни, мальчик вежливо нас прервал и спросил разрешения выйти, поскольку ему было скучно. Родители восприняли это как должное и лишь пояснили, что в машине у него осталась компьютерная игра, которой он сильно увлекается.

Восхищение сыном застило им глаза, и они не догадывались, что компьютер является средством спасения от родительской благодати. От меня же мальчик улизнул потому, что увидел во мне человека, который якобы желает разъяснить ему, умному и хорошему, что он что-то делает не так. Это его не устраивало. И уж тем более не устраивало то, что в интересах здоровья ему нужно было что-то делать самому. Я ответила ему: *«Пожалуйста, если это для тебя важнее»* — с упором на «важнее». Он усмехнулся и пошел к двери. После его ухода родители принялись внимать мне, стараясь не пропустить ни единого слова, чтобы досконально во всем разобраться, а дома продолжить

заниматься тем, чем занимались всегда, — *жить за сына его жизнью*.

Может ли этот подросток излечиться от диабета? Не может, ибо не ликвидирована причина. Причина же состоит в том, что *потребность исправить ошибки своей собственной жизни* родители превратили в *желание исправить жизнь ребенка*.

В такой слепоте от благих помыслов бывает очень трудно понять, что есть добро и что есть зло. Не будет никакого толку, если родители механически высвободят свои стрессы, вызванные чувством вины, так как стрессы эти будут возвращаться снова и снова. Одновременно с высвобождением стрессов следовало бы изменить кое-что и на физическом уровне — в повседневной жизни. Ведь произошло все оттого, что родители, когда в их взаимоотношениях возник кризис, бросились наперегонки доказывать ребенку свою положительность, чтобы скрыть друг от друга ощущение кризиса. Ребенок имел все, что хотел, но не научился что-либо ценить. Если ребенок не созидает ежеминутно что-либо своей головой и руками, он не способен оценить то, что ему дают. Он перестает быть творцом и начинает требовать большего. Естественным продолжением подобного отношения к жизни и является диабет.

Если сущность диабета еще как-то возможно объяснить человеку здоровому, то больному — практически невозможно, ибо его понимание блокируется страхом оказаться виноватым. Всякое пояснительное слово воспринимается им как упрек, и это задевает за живое его гордость. Уязвленная гордость лишает способности размышлять, и поэтому больной диабетом, независимо от его возраста, никак не уразумеет, что разобраться в своих стрессах *нужно для собственного же блага*. Во мне он видит обвинителя.

Многие уже постигли, что принуждать себя и других — это плохо. Хорошие люди стараются этого избегать. Они поступают прямо противоположно — наставляют ближнего, мол, **не делай много, но делай хорошо**. Такое отношение является ***благодатной почвой для возникновения диабета***. *Делай много и не делай много* — это ведь две грани единого целого. Следовало бы спросить у себя, а нужно ли вообще это делать. Диабетом болеет человек, который явился на этот свет, чтобы делать мало, но зато хорошо. В родители он выбирает тех, кто исповедует те же принципы, ибо так проще шагать одной дорогой.

Принцип *«не делай много, но зато хорошо»* начинается с запрета. Когда запрещается малое хорошее с целью получить большое хорошее, заболевает поджелудочная железа, ибо она не выносит запрета. Если маленькому ребенку, который не знает отказа ни в чем, запретить какую-либо пустяковину, у него может моментально заболеть живот. Если это случается несколько раз и родители подмечают, что происходит это сразу после запрета, то ребенка принимают ругать, так как жалобы на боль в живот воспринимаются как шантаж, чтобы добиться своего. Ведь больному ребенку ничего не запрещают. На деле же у ребенка действительно болит живот, поскольку поджелудочная железа — орган, очень чувствительный к боли. Это означает, что у человека легкоранимая личность.

Запреты и приказы во имя блага являются признаком хороших родителей. Мы же не приказываем делать плохое — говорят они в свое оправдание. Так вжившиеся в свою роль и идеалы родители начинают приказывать ребенку делать то, что он и без того делает, и в ребенке пробуждается протест. Протест этот может выражаться в старании делать лучше прежнего. Главное,

чтобы было сделано так, как велено. Желание превзойти самого себя вырастает в эгоизм — знание, что я лучше всех. **Личность поражается себялюбием**, эгоизмом, и поджелудочная железа заболевает. Она не может оставаться здоровой, потому что здоровая поджелудочная железа соотносится с совершенной личностью.

Число людей, живущих по принципу «делай мало, но зато хорошо», растет изо дня в день. *В погоне за качеством они забывают, что и количество имеет значение.* Так они забывают родить второго, третьего, четвертого ребенка. Либо забывают об их существовании. Позабытому ребенку везет, поскольку у него не возникает той же болезни, что у сестры или брата. Если же невнимание его задевает, он, увы, заболевает иными болезнями.

Если Вы придерживаетесь принципа *«лучше меньше детей, но зато они будут хорошо воспитаны»*, то высвободите его, иначе навлечете на семью беду. Жизнь не позволяет во имя одной цели жертвовать другой. **Не нужно воспитывать из ребенка личность, нужно позволить ему самому развиваться в личность.**

Каждый человек что-то умеет и чего-то не умеет. В жизни могут пригодиться всякие умения, поэтому нужно научиться развивать те навыки, которыми человек не владеет. К сожалению, тяга к материальному благополучию извращает потребности человека. В детях, подростках, а также в самих себе люди развивают те навыки, благодаря которым можно выделиться на общем фоне, и не желают разбазаривать драгоценное время на развитие необходимых житейских умений. Человек, который что-то умеет, с радостью делает это дело за других, и те его нахваляют. Настает день, когда человек ощущает, что сыт по горло собственным односторонним развитием и что хотел бы заняться чем-то иным, но не умеет. Неосознанная злоба на собственное неумение выливается в поиски виновного в возникшей проблеме.

Виновными оказываются те, на кого я потратил время и силы. *Я делал для вас, а теперь делайте вы для меня!* Те, кому адресуется мое требование, глядят на меня, как на ошалелого. Они тихо занимались себе натуральным хозяйством, радуясь плодам своего труда, и не просили, чтобы я что-либо за них делал - я сам вторгся на их территорию. Они и сами умеют делать то, что я им навязал, но они мне позволили этим заниматься — уж очень мне хотелось. Если они и придут мне на помощь либо возьмутся делать не сделанные мною дела, я не обрадуюсь, потому что ничему новому не научусь.

Запомните следующее. Какое бы сильное отчаяние Вы ни испытали в тот момент, когда у Вас раскрываются глаза на истинное положение вещей, прежде всего высвободите свое отчаяние и, когда успокоитесь, начинайте жизнь сначала прямо с сегодняшнего дня. Возможно, что Вы ишачили на других и все за них делали, однако делали лишь в физическом смысле, тогда как в духовном все это Вы делали только для себя.

Внешнюю секрецию поджелудочной железы составляют пищеварительные ферменты, которые смешиваются с желчью и поступают в двенадцатиперстную кишку. Они расщепляют пищу на первичные составляющие столь окончательно и совершенно, что тело способно их усвоить, если человек этому процессу не препятствует, если он пропускает через себя чей бы то ни было приказ или запрет, сохраняя невозмутимость. Смелый человек, то есть тот, кто живет по потребностям, воспринимает приказ и запрет как жизненно важное наставление. Как десять заповедей.

Для человека со страхами — а это тот, кто живет желаниями, — приказ и запрет звучат принуждением, а оно всегда вызывает протест. Протестуют даже против десяти библейских заповедей. При малейшем внутреннем протесте человек прежде всего замыкается в себе в порядке самозащиты, а уже затем восстает против агрессора. *В ком живет протест, для того и пища является агрессором, ибо принуждает заниматься ею, принуждает ее переваривать. Сколь бы полезной ни была пища, поджелудочная железа восстает против нее.*

Иначе говоря, она отказывается вырабатывать в достаточном количестве ферменты, необходимые для расщепления пищи.

Если человек желает, чтобы с ним обращались по-человечески, достойным образом, но получает обратное, то у него поражается поджелудочная железа. Чем больше у человека гордости, тем серьезнее болезнь поджелудочной железы. Внезапный и абсолютный протест против всего вызывает ситуацию, при которой поджелудочная железа перестает что-либо вырабатывать. В результате возникает **острое воспаление поджелудочной железы**. Если та же самая проблема продолжает тлеть под слоем пепла, то список продуктов, пригодных для этого человека, начинает день ото дня сокращаться.

При хроническом воспалении поджелудочная железа относится к пище столь же придирчиво, как и человек к окружающим. Если человеку уже никто не нравится, то ему приходится покинуть сей мир, поскольку поджелудочная железа перестает функционировать. Если он начинает желать зла тем несимпатичным людям, которых записал себе во враги и чьи *издевательства* ему приходилось постоянно проглатывать, то у него развивается *рак*. Вскоре из-за рака поджелудочная железа будет вынуждена прекратить жизнедеятельность.

Подытожим. Желудок, поджелудочная железа и двенадцатиперстная кишка напрямую связаны между собой. Человек как индивид и человек как личность напрямую связаны между собой посредством других людей. То, что индивид дает людям, люди возмещают личности, но уже в более совершенном виде.

В свою очередь, поджелудочная железа незаметным для глаза образом дает желудку через кровь то, что ему нужно, чтобы жить и делать свою работу.

Личность, в свою очередь, дает индивиду посредством видимой глазу деятельности то невидимое, что нужно индивиду, чтобы жить и работать. Таким образом, окружающие являются жизненно необходимой составной частью моего здоровья и счастья, и от того, как я к ним отношусь, зависит мое бытие — жить мне или умереть.

Большинство людей мечутся между хорошим и плохим. Они желают хорошего и устремляются за ним либо протестуют против плохого и прячутся от него подальше. Точно так же происходит выделение пищеварительных ферментов — заграбастать все хорошее и отпихнуться от всего плохого. У каждого пищевого продукта есть свой особый энергетический букет, у каждого питательного вещества — свой. Бесчисленное множество продуктов питания содержат все три питательных вещества: белки, жиры и углеводы. Их, в свою очередь, можно подразделить на растительные и животные.

Бывает, что какая-то еда с самого начала приходится человеку не по вкусу, а если его вынуждают ее есть, в нем зреет протест, ведущий к полному неприятию данного продукта. Так возникает окончательный протест против

одного вида энергии, именуемый аллергией. Питательное вещество с той же энергией входит в состав многих продуктов. Если сперва они просто не нравятся человеку, то позже он их на дух не переносит и в конце концов желает их истребить, поскольку есть их надо, а у него к ним тяжелейшая форма аллергии. Никому и в голову не приходит, что неприятие пищи возникает из-за того, например, что человеку неприятно выполнять чужие распоряжения. Первоначально это не имеет никакого отношения к еде.

Аллергия к еде — серьезная проблема. Если белки, жиры и углеводы можно заменить друг другом, чтобы человек не отдал концы, то с витаминами и минеральными веществами дело обстоит сложнее. Современная наука способна высчитывать дневной рацион необходимых для каждого человека веществ. Например, Вы — взрослый человек среднего роста, стройного телосложения и занимаетесь физическим трудом. В день Вам требуется одна таблетка белков, две таблетки жиров и полторы таблетки углеводов, а отдельно еще витамины и минеральные вещества. Всего таблеток эдак с пятьдесят.

Или возьмем меня. Я взрослая, среднего роста, с немалым избытком веса, и работу, которую я делаю, ученые за работу не считают. Мне нужна одна таблетка белков, полтаблетки жиров, четверть таблетки углеводов и витаминов — точнейшим образом рассчитанная доза витаминов и минеральных веществ. На круг выходит гораздо меньше таблеток, так как должна же я иметь приличную внешность. Казалось бы, глотай себе таблетки и живи припеваючи, только вот я бы наверняка сразу же и померла бы. Вы бы, возможно, продержались еще некоторое время. Почему?

Потому что жизнь состоит не только из материального. Тело — это конструкция, которую мы можем соорудить, словно из кубиков, если точно знать, куда что ставить. Это знание дает наука. Если же мы не учитываем того незримого, что вдыхает в данное тело жизненный дух, то от знаний нет никакой пользы. С развитием науки и знаний усугубляется однобокое материальное — потребительское — отношение к жизни. Если анализ показывает, что у человека недостаток в каком-то веществе, то виновата еда, хотя человек питается в принципе тем же, что и всегда.

Когда я в 1980 году заболела и анализы показали, что у меня не хватает массы всяких там веществ, то я покрутила пальцем у виска, показывая озадаченным коллегам, где у меня не хватает больше всего. Они как один замахали на меня руками: « *Что Вы, что Вы! Там у Вас все на месте*». И хотя в итоге был поставлен диагноз — предынфарктное состояние, я продолжала ощущать, что в голове чего-то не хватает. Как Вы можете догадываться, так оно и оказалось. Не хватало самоуважения. Как может человек оставаться самим собой, если он себя не любит? Как он может быть здоровым? Как он может существовать, если отдает всего себя ближним, не спрашивая, нужно ли им это?

*Интеллект сводит духовные недостатки к физическим. Работа над собой заменяется работой над другими. Чем больше это практикуется, тем больше потребность устранить недостатки. Так были изобретены **пищевые добавки**, что само по себе вещь хорошая, но если их прочувствовать, волосы встают дыбом. Если еще с толком изучить их состав, волосы так и останутся стоять дыбом.*

Такое большое количество хорошего в одной склянке не может быть хорошим. Столько хорошего, как это перечислено на этикетке, нельзя

потреблять никому — это лишает тело восприимчивости к тому, что ему нужно и что не нужно. Может случиться, что необходимое вещество оказывается вредным, если тело в данный момент в нем не нуждается. Если человек не приемлет чего-то душой, то как может тело усвоить то же самое, взятое из склянки? Возможно, Вы задаетесь вопросом, почему вообще производятся пищевые добавки, раз они не помогают?

Все на этом свете делается из *благих побуждений*. Если человек доведен до крайнего истощения голоданием либо болезнью, ему нужны пищевые добавки до тех пор, пока он не встанет на ноги. Если в них верить, эффект бывает особенно сильный. Физическое тело получает недостающие вещества. Если человек осознает причину своего кризисного состояния, он тем самым устраняет духовный дефицит. Если же не осознает, ему приходится к хорошему прибавлять все больше хорошего же, покуда не возникает неизлечимая болезнь. Болезнь возникает от зашлакованности тела. В странах благоденствия люди едят лишь самое качественное вкупе с самыми качественными пищевыми добавками, и никто не задумывается, откуда в теле берется столько шлаков.

Тем, кто бросает деньги на ветер, приобретая красиво оформленные баночки с пищевыми добавками, я бы посоветовала вернуться к простой пище и чуточку потрудиться над гарнирами. Тогда вы будете лучше относиться к еде и лучше ее усваивать. Еще лучше было бы приготовить еду из того, что растет на грядках. А лучше всего — выращивать продукты самому. Если это нереально, то выращивать зелень на подоконнике может каждый. Но если и это невозможно, приобретайте сушеную, замороженную либо законсервированную продукцию *местного* производства — ту же зелень и фрукты-овощи.

Люди поразумнее, к счастью, должным образом оценили отечественные товары. Люди же испуганные за неказистым внешним видом местной продукции не видят ценного содержания, как не видят скрытого плохого за эффектным внешним видом импортных товаров. Точно так же растрачиваются ферменты поджелудочной железы, которым приходится расщеплять ненужные телу вещества, например, консерванты и прочую химию. Об их усвоении же и говорить не приходится.

Консерванты изобретены с благой целью, а то, что с ними перебарщивают, — дело уже иное. Простой критикой мы ничего не добьемся. Научитесь их распознавать, избегать, а также выводить из тела. Каким образом? Постарайтесь прочувствовать, какую энергию они в себе несут, и отпустите эту энергию на волю, тогда и химия выведется наружу. Если Вы считаете, что не сумеете, то хотя бы распахните дверь темницы и скажите пленникам-консервантам: *«Вы свободны!»*

Желали бы Вы, чтобы жизнь была вечной? Если Вы ответили утвердительно, то имели в виду физическую жизнь. Если отрицательно, то имели в виду также и физическую жизнь. Если ответили, не задумываясь, то на самом деле ответило Ваше подсознание. Оно отвечает так, как Вами понимается жизнь.

Желание, чтобы жизнь была вечной, привело к изобретению мумификации. Именно энергией мумификации и обладают консерванты. Кто не знает меры в своем желании жить вечно, у того консерванты оседают в теле и постепенно бальзамируют, да так, что тело, будучи погребенным в землю, сохраняется в виде мумии. Обычный труп, разлагаясь, превращается в землю.

Неразложившийся же труп опасен для окружающей среды как источник загрязнения.

Этот недостаток призваны устранять антиоксиданты, однако они слабее человеческой воли. Не могу отрицать, что антиоксиданты — вещь хорошая, но опять же их положительная функция недолговременна. Под их воздействием хорошее становится лучшим. А что наступает после подъема? Спад, не правда ли? Вскоре изобретут вещества уже против антиоксидантов, и вся эта химия опять обрушится на тело. Чтобы покончить с подобным расходом денег и предательством по отношению к себе, следовало бы исправить умонастроение.

Антиоксиданты — это витамины, которые укрепляют иммунную систему и как будто должны предотвращать возникновение рака. Они должны бороться со штурмующими клетки ядовитыми соединениями, именуемыми свободными радикалами. *Наиболее сильными антиоксидантами считаются витамины С и Е, а также бета-каротин.* Кстати, **антивеществами витаминов являются консерванты.** Вывод делайте сами.

Во всем мире широко рекламируются заменители сахара, проверенные и одобренные медициной. С точки зрения калорий и привлекательных форм тела они хороши, но не настолько, насколько принято считать. В прочих отношениях они представляют собой опасность. Что я имею в виду?

Заменители сахара приводят к тому, что стенки капилляров пропитываются кровью. В результате стенка капилляра разрушается, подобно тому, как разрушается в стене деревянного дома пораженная грибками балка. Чем капилляр тоньше, тем быстрее разрушается. Поскольку капилляры глазного яблока, почек и мозга наиболее хрупкие, то они и повреждаются чаще всего.

У диабетиков кровеносные сосуды и без того хрупкие из-за повышенного содержания сахара в крови, поэтому **диабетикам ни в коем случае не следует потреблять заменители сахара.** Диабет говорит человеку: если уж ты желал сладкой жизни и оттого заболел, то исправь свою ошибку хотя бы тем, что перестань подслащивать себя изнутри и тем самым себя обманывать. Сладкое оно и есть сладкое, не все еще составные части крови открыты наукой.

Заменители сахара обладают энергией снятия всяких забот. В стенках здоровых кровеносных сосудов содержится *энергия распределения каждому по потребностям.* Испуганный человек боится недополучить того, что ему нужно, и точно того же боятся стенки его кровеносных сосудов — и не получают. Сложите эти энергии вместе и постарайтесь прочувствовать, что получается в результате. Стыдно сказать, но я своим внутренним взором увидела, что в совокупности получилась энергия птичьего помета. *Птица являет собой энергию беззаботности.* Человек не птица, и энергия птичьего помета его телу не нужна.

Выше говорилось о том, что **у каждого пищевого продукта своя энергия.** За один прием пищи мы поглощаем тем более сложный энергетический букет, чем пища разнообразнее. Чем больше человек налегает на пищу животного происхождения, тем сильнее подавляется страх, что повышает внутреннюю взрывоопасность. Неумение сосредоточиться полностью на еде, то есть посвятить себя исключительно ей, оборачивается тем, что человек кидает в себя пищу, но это отнюдь не означает, что пища будет переварена. Наспех

проглоченная еда хоть и следует куда ей положено, но закисает и загнивает.

Своим невниманием мы унижаем еду, как и нас самих унижает людское невнимание. Сами того не замечая, мы мстим еде. *Ощущение беспомощности, вызванное тем, что мы не в состоянии унизить унижающего, оборачивается приступом гнева, в результате чего желчь выплескивается наружу.* Только теперь у сдержанного человека начинается процесс переваривания пищи. Конечно, это не восполняет ущерба от испортившейся пищи.

Далее пища поступает в тонкую кишку. **Тонкая кишка** указывает на отношение человека к труду матери, жены, вообще женщины. Женские дела считаются мелочами материального мира. Можно предположить, что подобное отношение сформировано мужчинами. На самом деле это мнение самих женщин. Чем сильнее становятся эмоциональные, то есть женские, желания, тем ничтожнее кажутся работы, именуемые женскими. Презрение к житейским мелочам может сложиться у ребенка еще в материнской утробе.

Отрицательное, ироническое, высокомерное отношение к женскому труду — это то же самое, что **отрицательное, ироническое, высокомерное отношение к тонкой кишке**. Возникающие болезни отражают данный образ мыслей.

В тонкой кишке начинается процесс всасывания, усвоения всего необходимого. Кто жаждет совершить нечто великое, могучее, вечное и мелочей не видит в упор, у того центр пищеварения сосредоточивается в тонкой кишке. Если он не желает отвлекаться на мелочи, не желает тревожиться из-за них, то в действительности не желает, чтобы несделанные мелочи вызывали у него чувство вины. Такое нежелание, оно же желание избавиться от мелких помех, может вызвать сильный понос в момент наивысшего упоения большим делом.

Если нежелание замечать пустяковые дела выражено не столь сильно, поноса не возникает. Зато возникает другое, менее заметное. Эстонская поговорка гласит: **«голод глаза застит»**. Таким образом, если человек стремится лишь к великому и прекрасному, его тонкая кишка перестает извлекать из пищи вещества, необходимые для зрения на близкое расстояние. Зато он прекрасно видит крупные предметы на большом расстоянии. Если тяга к большому и прекрасному растет, тогда то, что еще вчера казалось большим и прекрасным, сегодня таковым уже не считается. Иначе говоря, человек перестает видеть то, что видел прежде. Зрение ухудшается.

Корыстолюбие бывает разных оттенков, и им соответствуют разные болезни. Если корыстолюбие перерастает в жадность, то чем сильнее желание человека заполучить что-то как можно скорее, как можно больше и как можно лучшего качества, тем меньше в тонкой кишке оказывается веществ, пригодных для усвоения. Бездействующая тонкая кишка начинает вариться в собственном соку, подобно женщине, которой нечем заняться. У женщины, которая не терпит праздности и самолюбования, тонкая кишка заболевает. Это значит, что если женщина ищет счастье лишь на материальном уровне, ей необходимо выискивать деятельность, пусть даже это будет работа над собой.

Женщина, которая счастлива тем, что ей что-то дают, не пользуется этим в одиночку. Она счастлива, если может поделиться с другими. Женщина созидает великий духовный мир, ее физический мир начинается с мелочей. Если она находит счастье в домашних хлопотах, тонкая кишка у нее в

порядке. Если она говорит, что ей нравится хлопотать по дому, а у самой домработница, то она лжет, и в ее тонкой кишке затаивается болезнь. Женщина, которая работает и проклинает свою женскую долю, наверняка хватается рукой за живот.

Женщина, которая не доверяет мужчинам и мужским делам и потому вторгается на мужскую территорию, не дает мужу исполнять свою мужскую роль. У нее также заболевает тонкая кишка, ибо она пренебрегает женской работой.

Если женщина выполняет мужскую работу, ибо в данный момент иначе нельзя, и не *делает проблемы из того, что ей приходится заниматься не своим делом*, то кишечник у нее в порядке.

Женское корыстолюбие, нацеленное на крупную добычу, тормозит продвижение пищи. Подобный образ мыслей отражается в неприятном ощущении вздутости вверху живота и вокруг пупка, возникающем после приема пищи. Хочу заполучить все, так как доверять никому нельзя, хочу сама со всем управиться, не хочу просить помощи со стороны — такая позиция оборачивается отчаянием, когда женщина видит, что самой ей не справиться. Отчаяние из-за своей женской беспомощности приводит к тому, что вскоре после еды вся пища выводится наружу в виде поноса, однако ощущение вздутости не проходит. Это — *печаль из-за того, что все получилось прямо противоположно потребности*.

Всасывание — процесс длительный. Как Вам известно, у плохого ноги быстрее. Так в результате поноса из тела выводятся необходимые ему вещества, тогда как ненужные остаются внутри, раздражая слизистую кишечника. Высвободите свое *ощущение вздутости*, тогда живот опадет, словно лопнувший воздушный шар, причем без отрыжки и без газов.

Если человек живет со знанием того, что всякого рода мелочи — это его удел, ибо никому до них нет дела, то он повсюду сует свой нос. Он не осознает, насколько надоедлив, пока ему не скажешь прямо — не мешай. Испуганное рвение — это трагедия.

Трагизм являет собой перебарщивание, при котором из мухи делают слона, а из пустяка — проблему вселенского масштаба. Трагизм бывает разного рода, а **трагизм, связанный с трудом и делами, обитает в тонкой кишке**, ведь недаром тонкая кишка выражает отношение к мелким, а значит, женским работам, и все нездоровые симптомы либо болезни тонкой кишки неизбежно связаны также с женским трагизмом, о чем мы поговорим в следующей книге.

Трагизм проявляется во внезапном смятении чувств, потоотделении и сверхэмоциональных словах *«Господи, что теперь будет!»* либо *«Господи, что будет, если ничего не получится!»*

Поскольку трагизм выражается в потоотделении, то **потоотделение тонкой кишки** выражается в виде *поноса*. От особенностей трагедии зависят и особенности потоотделения. Иной раз все тело внезапно покрывается влажной испариной, а иной раз местами пот течет ручьями. Это означает, что если человек держит в узде трагедию, связанную с работой и делами, то его тонкая кишка лишь увлажняется, и ее содержимое, возможно, разжижается совсем незначительно, после чего выводится наружу вследствие спазма кишечника — болезненного либо безболезненного. А если сознание пронзает

мысль: «*Боже, что я наделал!*» или «*Боже, как я мог забыть это сделать!*» — то такой же молнией пронзает и живот, и человека моментально проносит. Понос продолжается, куда длится трагическое отношение.

Повторная трагика ведет к *трагедии*. Любая болезнь — это своего рода трагедия. Если трагика подобна внезапной вспышке страха, за которой следует активное отторжение либо выплеск нежелательного, то трагедия — это когда человек внезапно попадает в безвыходное положение, из которого не способен выпутаться.

Трагика являет собой суетливость, трагедия же — застой. Наиболее тяжелой болезнью состояния неподвижности является рак. Ощущение трагедии, связанное с работой и делами, выражается в виде стенаний: «*Это конец! Все пропало! Что мне теперь делать? Я погиб!*» Человека охватывает такой ужас, что аж дыхание перехватывает.

Кратковременная приостановка жизнедеятельности, то есть функции тонкой кишки, вызывает тошноту и рвоту, если человек боится будущего и желает вернуть прошлое. Если человек все же берет себя в руки и заставляет себя думать о будущем с надеждой, при этом понимая, что занимается самообманом, то он лишь **откладывает на завтра связанную с работами трагедию**. В результате развивается *долихосигма* — удлинение и расширение сигмовидной кишки.

Энергия трагики настраивает человека на **революционную** волну, что вынуждает его развивать кипучую деятельность по поводу каждой мелочи — суетиться, бегать, бороться, доискиваться, требовать справедливости, словом, раздувать мелочь до таких размеров, что мирным способом проблему уже не решить. Трагика рождает чувство, что, если ничего не предпринять, случится нечто ужасное, и, чтобы это ужасное предотвратить, человек становится революционером, прежде всего в своем доме либо в каком угодно коллективе.

На эти мои слова одна из моих пациенток, прооперированная по поводу рака тонкой кишки, схватилась за голову и вскричала: «*Господи, мой сын то и дело говорит: «Мама, тебе выродиться в России в начале века. Вот бы ты покайфовала»*. Сын не хотел жить в постоянной революционной ситуации. Ему был нужен покой и — живая мать. Запомните, если у Вас была операция по поводу тонкой кишки, не важно вследствие какой болезни, то Вам нельзя больше взваливать на себя много дел. Это значит, что нельзя запихивать в прооперированную кишку различные проблемы по поводу работы — разойдутся швы. Когда делают кровяную колбасу и чересчур увлекаются, кишка может порваться, и зашивать ее нет смысла. В месте разрыва просто завершают предыдущую колбаску и начинают формировать новую. Поскольку в пищеварительном тракте так не бывает, следите за тем, чтобы Ваши дела не закручивались в узел и не заходили в тупик.

Трагика сопровождается слезами и нездоровьем. Человек, отчаявшись, *желает* от всего *избавиться*. Это значит, что если Вы *желаете побыстрее избавиться* от слез, то Ваша тонкая кишка отзывается однократным приступом слабой либо сильной боли, в зависимости от того, сколь сурово Вы относитесь к слезам, и за болью следует понос. Если после посещения туалета проблема уже не вспоминается, этим дело и ограничивается. Если же вспоминается, значит, жди продолжения.

Нетерпимость к слезам, проливаемым по поводу работы и дел, приводит к

тому, что Ваша тонкая кишка начинает проливать слезы, как только Вас охватывает отчаяние из-за неспособности успокоить человека, плачущего по пустякам. Поскольку справиться с ощущением трагизма человек может лишь сам, то будет лучше высвободить свою энергию трагизма, и она перестанет Вас тревожить. Если Вы желаете скрыть свой испуг по поводу содеянного либо того, что позабыли сделать, то в животе у Вас начинается урчание, однако, несмотря на позывы, ничего не получается.

От собственного поноса я избавилась лишь после того, как занялась высвобождением трагики. В течение двух лет я замечала, что понос посещал меня, как правило, вечером после работы. Меня это не угнетало, наоборот, приносило облегчение. Поскольку же такое состояние не нормальное, я желала от него *избавиться*. В свободные же от работы дни пищеварение было в полном порядке. Моя трагика состояла в том, что, понимая проблемы людей, я была бессильна им помочь. Люди не умели, не могли либо не желали признать свои проблемы и не хотели что-либо *делать* ради собственного блага. Мне приходилось *делать* все за них, хоть я и знала, чем это *чревато* для меня. Они желали выздороветь, поскольку привыкли *брать*, и большинство продолжают вести себя так и поныне. С ужасом думала я о том, *что с ними будет*, если я не *растолкую* им их проблемы, и *что будет со мной*, если не выполню свой долг.

Постоянно высвобождая известные мне стрессы, я однажды поняла, сколь велик **религиозный страх**, засевший во мне и всех людях, и сколько злобы на себя и окружающих он в себе несет. Он подрывает веру в себя, в ближних и, что самое страшное, — в Бога. Мой понос помог мне освободиться от злобы и сохранить веру. Я верю, что настанет день, когда люди потихоньку научатся понимать смысл стрессов, как и то, что высвободить их человек может лишь сам.

Толстая кишка справляется со своей задачей точно так же, как справляется с мужскими работами мужчина. Кто любит работу, тот справляется. Кто рассчитывает многого добиться и потому берется за большое дело, тот свою работу боится и ненавидит, и у того толстая кишка наверняка не в порядке. Отрицательное отношение к отцу, мужу и мужским работам ведет к заболеванию прямой кишки как у мужчин, так и женщин. Помимо отношения к мужским работам, толстая кишка отражает **проблемы, связанные с неделанными делами**.

Работа, к которой приступают, по сути является неделанной работой. Поглядите вокруг, и Вы увидите массу разных недоделок — неделанных дел. Кое-какие из них Ваши, большая же часть — чужие. **На самом деле все это Ваше, если Вы делаете из этого проблему для себя**. Толстой кишке ничто не угрожает, если человек

- с любовью принимается за неделанную работу,
- с любовью завершает недоделанное другими,
- с любовью принимает из чужих рук незавершенную работу.

Поскольку большинство людей считают такую работу унижительной, толстая кишка у них воспалена. Небольшое скрытое воспаление, как и *небольшая скрывающаяся униженность*, в большинстве случаев остается незамеченным. Оно служит почвой для развития более тяжелых болезней. Вспомните, как Вы внутренне возмущаетесь, когда видите в чем-то беспорядок, недогляд,

бесхозность, недоделки, хотя остальные вещи пребывают в наилучшем порядке.

Если задуматься, то ни одну работу нельзя выполнить до конца, как и невозможно переделать все одним махом. Кто недоделал работу, у того были дела поважнее. А если Вам известно, что таких дел у него не было, то так считаете Вы. Он же считает иначе. Если бы мы удосуживались подумать, почему одно дело обстоит так, а не иначе, то поняли бы суть и в дальнейшем считались бы с обстоятельствами.

Человек со страхами в первую очередь всегда видит других людей, а также не сделанные ими дела, но не осознает того, что в других он видит лишь себя и что отношение к людям — это отношение к самому себе. Если он желает, чтобы несделанное было сделано, то не миновать ему обидного разочарования, ибо его воля не исполняется. Будь он хозяином, начальником либо просто человеком, отдающим приказы по долгу службы или по собственной инициативе, результат работы его не удовлетворяет. Обиженность по поводу недоделанных работ так или иначе копится в толстой кишке. Толстая кишка заболевает, причем заболевание может оказаться столь тяжелым, что лишает человека трудоспособности. Например, хроническое воспаление толстой кишки делает человека инвалидом.

Неутихающие боли, внезапные приступы боли, громкое газообразование, выброс газов в самом неподходящем месте, бессистемное чередование запоров и поноса — все это делает невозможной работу в интеллигентной среде. Человек, который с детства был вынужден утверждать себя трудом, оказывается в трагической ситуации — он должен работать и не может, либо же работать ему запрещают врачи, покуда он не выздоровеет.

«Должен» и «нельзя» составляют две грани единого целого — вынужденного положения. Болезненный процесс можно заглушить гормонами, толстую кишку можно укоротить хирургическим путем, однако проблема остается и болезнь никуда не девается либо становится еще злее, как и сам больной, который после всех перенесенных страданий так и не обретает здоровья. Причина этого — в неумении разглядеть себя в других и, соответственно, заняться исправлением своих ошибок.

Человек, утверждающий себя работой, начинает умять свои способности при одной мысли о том, что не сумеет сделать так же хорошо, как кто-нибудь другой. *Пойти в ученики не позволяет гордость — человек желает сразу выдвинуться в мастера.* Жизнь дает каждому годы ученичества, а кто с презрением их отвергает, тот цепляется за несложную на вид должность начальника. А если к тому же человек имеет образование, позволяющее ему в незрелом возрасте строить из себя начальника, не миновать ему беды. Чего хочет, то и получит. Еще хуже складывается ситуация, когда человек с подобными взглядами не получает сразу того, чего желает.

Человек, гордящийся своим умом и образованностью, оскорбляется до глубины души, когда ему приходится ради денег работать бок о бок с необразованными хамами и, что хуже всего, ощущать на их фоне собственную нерасторопность. Неудивительно, если в такой ситуации человек мечтает заболеть, а когда заболевает, боится выздороветь, чтобы не возвращаться в унижительную для него среду. Чем добросовестней человек, видящий себя лишь в кресле руководителя, тем больше он себя недооценивает, критикует, презирает и даже ненавидит и тем серьезнее недуг толстой кишки. Если нежелание оказаться в унижительном положении

перевешивает желание выздороветь, человек не исцеляется.

Человек с такими стрессами всегда ждет, чтобы кто-то за него заступился, восстановил справедливость, решил за него проблему. Обычно это делает мать, которой движет подсознательное чувство вины за то, что ребенок — какого бы возраста он ни был — не подготовлен ею к превратностям судьбы. По мере улучшения жизни растет число матерей — как, впрочем, и отцов — которые считают, что жизнь должна быть хорошей и что человек вправе претендовать лишь на хорошее. Вправе-то вправе, но истина заключается в том, что в жизни хорошее и плохое неразделимы. Желая одного, мы приобретаем также и другое.

Отстаивая свои права, человек неизменно добирается до государства. Государство оказывается плохим, если он не получает того, что желает. Государство символически соотносится с печенью. Печени действительно плохо, ибо она полна злобы, которую человек испытывает по отношению к государству, и ни печень, ни толстая кишка не могут исцелиться, прежде чем человек не освободит злобу. Так печень вразумляет человека, что злоба на государство являет собой злобу на себя самого, ибо государство — это мы сами.

Когда нами овладевает жажда наживы, у нас не остается времени поразмыслить. Мы все что-то делаем, чтобы извлечь побольше выгоды. Бросаем одно дело, не доводя его до конца, и хватаемся за другое, сулящее большую прибыль. На душе между тем копится стресс *недоделанной работы*. Точно так же в толстой кишке накапливаются шлаки как аналог недоделанной работы. Чем дольше они застаиваются, тем больше вероятность, что там и останутся — останутся в виде окаменевших напластований, на которые накладываются также воспоминания о несделанных работах.

Когда Вы принимаетесь высвободить энергию как *сделанных, так и несделанных работ*, Ваша толстая кишка поступает так же: все, что телу нужно, препровождается в тело, а то, что не нужно и чему место на помойке, из тела выводится. *Чем больше человек утверждает, что все и всегда делается им правильно, тем меньше он признает свои ошибки — свою зашлакованность, ибо боится обнаружить свое подлинное лицо, и так же ведет себя его толстая кишка — оставляет шлаки при себе.*

Толстая кишка длинная и широкая. Она состоит из *восходящей ободочной кишки, поперечной ободочной кишки и нисходящей ободочной кишки*. *Желаю возвыситься, не желаю унизиться* — таковы воззрения, ведущие к заболеванию **восходящей ободочной кишки**. Кто желает возвыситься, преодолевая страхи, то есть подавляя страхи, но желаемого не достигает, у того поражается восходящая ободочная кишка. Кто желаемого добивается и считает это своей исключительной собственностью, тому вряд ли приходит в голову, что он держится мертвой хваткой за то, что его возвышает. Это то же самое, как если бы схватиться за восходящую ободочную кишку и не давать ей жить своей жизнью. Восходящая ободочная кишка заболевает.

Поперечная ободочная кишка отражает проблемы, связанные с жадой наживы и корыстолюбием. Чем сильнее желание заполучить все то, что попадает на глаза и о чем слышат уши, тем тяжелее заболевает поперечная ободочная кишка, если желаемое не достигается. Чем быстрее человек желает что-либо заполучить, тем быстрее развивается болезнь. Умей человек задаваться вопросом: *«А нужно ли мне то, что я сейчас желаю?»* — то в половине случаев он сразу бы успокоился, ощущая ненужность

желаемого. Кто не желает унизиться, тому во всем мнится унижение. Он занимается накопительством, чтобы разбогатеть и тем самым *доказать свою состоятельность*. Чем больше накапливает, тем больше накапливается и в поперечной ободочной кишке.

Кому при всем его желании не удастся ничего накопить, тот затаивает в глубине души злобу на богатых. «Желаю хорошего» перерастает в протест — «ничего я не желаю». *У богатого накапливается в первую очередь прорва шлаков, от которых возникает незначительная болезнь, а у ненавидящего его бедняка развивается тяжелая болезнь от самой малости шлаков*. Если они оба презирают бедность и потому желают разбогатеть, то оба считают себя слишком бедными и потому себя презирают. Прыткая болезнь тут как тут, словно по заказу.

Человек, который воспринимает недоделанную другими работу как благословение, с радостью берется за дело. Возможно, в нем сидит *страх начинать новое*, поэтому завершение чужих работ подходит ему как нельзя кстати. Начни он что-то новое, у него ничего не получилось бы, и в придачу заболел бы желудок с кишечником. Если же к завершению недоделанной работы приступают с радостью, устраняется и потенциальная болезнь желудка.

Признание достается тому, кто работу завершает. Кому предписывают в приказном порядке продолжать начатую другими работу, тот ощущает себя униженным, прислужгой, рабом. Работу он, положим, завершает, но этого не замечают либо замечают, но без восторга. Люди видят результат работы, но не работника. Это усугубляет унижение и обиду. Заболевает **нисходящая ободочная кишка**.

Кто слишком много на себя взваливает, тот раздражается от собственных недоделанных дел, и ему кажется, что окружающие словно нарочно перекалывают на него то, что недоделали сами. Он полагает, что они срывают незаслуженный куш. Складывается мнение, что проходимцы и мошенники множатся, как на дрожжах, а вкалывать приходится ему. Куда ни кинь, повсюду одни воры и разбойники — загребают самые лакомые куски, а ему, бедненькому, приходится страдать. В итоге заболевает *сигмовидная кишка, которая выражает отношение к нечестности, лжи, воровству*.

Жизнь начинается с самого человека. Человеку, который обманывает себя, повсюду мерещатся обманщики, и незаметно для себя он сам начинает обманывать. По-крупному или по-мелкому, сейчас речь не о том. Чем больше *долихосигма*, о которой говорилось выше в связи с энергетикой трагедии, тем больше человек обманывает себя и других. Страх быть честным, то есть страх обнаружить неудачи, связанные с работой и делами, вынуждает человека как можно дольше скрывать свои незавершенные дела. Аналогичным образом в сигмовидной кишке застаиваются каловые массы, при этом токсичные вещества всасываются обратно в тело. Человек, который и без того мучается запорами, становится еще более ядовитым и злобным.

Кто рождается со столь большой *долихосигмой*, что каловые массы не способны покинуть сигмовидную кишку, того оперируют. По численности же больше тех, кто с детства страдает по той же причине запорами. В ходе обследования диагностируется *долихосигма*. Иных оперируют, большинству же назначают диету и слабительные. Но больше всего число тех, кто, страдая *долихосигмой*, сам пытается справиться со своим животом и к врачам не обращается. Всем этим людям свойственно крайне суровое отношение ко лжи

и воровству. Если бы они ведали, что размеры сигмовидной кишки говорят о величине лжи и воровства предыдущей жизни, то поняли бы, что, будучи суровыми судьями чужой лжи и воровства, на самом деле судят они самих себя.

Человек, который приходит к пониманию того, что ложь рождается из вынужденного положения, помогает очищению собственной сигмовидной кишки. Всем нам знакомы такие ситуации, когда правду нельзя высказать. Кто приходит к пониманию, что воровство — это попытка выбраться из вынужденного положения, тот учится высвободить ложь, воровство и собственно вынужденное положение. Чем воровская добыча больше, тем больше у вора на стенке сигмовидной кишки нарастает избыточной ткани, покуда кишка не закупоривается. Подобно тому как чревато опасностью для жизни воровство, так и закупорка кишки может задуть свечу жизни.

Сигмовидная кишка является особым участком кишечного тракта, питающим духовное тело человека энергией жизни и смерти. Человек с больной сигмовидной кишкой много говорит о смерти, ибо жизнь для него — сплошное мучительное умирание. Он не умеет быть оградчиком драгоценных камней, который с удовлетворением смотрит на несделанные либо незавершенные работы, как на драгоценный камень, не подвергшийся пока еще окончательной огранке. Он мог бы пройти по ним окончательной безупречной шлифовкой, которая вдохнула бы жизнь в драгоценный камень.

Сигмовидная кишка как раз и отражает особенности шлифования жизни, доведения ее до безупречности. Кто живет, сообразуясь с потребностями, тот переваривает пищу столь безупречно, что *физическому телу* достаются питательные вещества, минеральные соли и витамины, а *духовному телу* — истинная информация о работе человека.

От начала желудка и до конца сигмовидной кишки пищеварительный тракт располагается в брюшной полости. Изнутри стенки брюшной полости выстилаются **брюшиной**, она же покрывает расположенные в брюшной полости органы. Брюшина — оболочка влажная и скользкая, что позволяет органам в должной мере смещаться относительно друг друга и удерживаться на своем месте в брюшной полости. Брюшина столь же чувствительна по отношению ко всему, что в ней находится, сколь чувствителен человек ко всему, что прямо или косвенно относится к его работе. Брюшина — это защитник. Чем сильнее злоба, с которой человек желает защитить свои дела, тем больше жира откладывается в сальниках, а также вокруг кишок. Сальник представляет собой широкую и длинную складку внутренностного листка брюшины.

Кого раздражает чужой интерес и любопытство, у того часто бывает раздражение брюшины, которая дает знать о себе болью. Кто хорошо знает свое дело, того не тревожит чужое любопытство. Есть люди, которые охотно делятся своим опытом и трудовыми навыками, наставляют других вплоть до мелочей и не стесняются собственных ошибок. У таких людей брюшина в порядке. Люди, которые не знают своего дела в полной мере, считают себя знатоками своего дела. Они боятся конкуренции и желают всегда ходить в передовиках, поэтому они тщательно оберегают свои профессиональные тайны, и их брюшина поступает точно так же. Такой характер проявляется еще в школьную пору — у других списывает, а сам никому списывать не дает. Жаба давит.

Кто пользуется сам, а другим не дает, у того в брюшной полости

скапливается жидкость, что может привести к асцит — водянке живота. Кто ощущает себя невыносимо униженным из-за того, что ему чего-то недодали, у того в области брюшины может возникнуть гной, что всегда связано с гнойным воспалением в каком-нибудь другом органе. Это означает, что человек цепляется за ближнего, ибо не способен жить своим умом, а если умом с ним не делятся, то в соответствующем органе у него возникает гнойное воспаление. Оно не может не вызывать раздражения брюшины. Например, **червеобразный отросток слепой кишки поражается от тупикового положения**, и если человек испытывает по этому поводу невыносимый стыд и унижение, то червеобразный отросток лопаются, и возникает **перитонит — гнойное воспаление брюшины**. Если сразу не оперировать и не устранить гной, наступает смерть.

Брюшина являет собой орган, который удерживает энергии человеческого труда в известных подвижных границах. Она скрывает закулисную сторону работы, если нет необходимости ее демонстрировать. Испуганный человек не желает выставлять изнанку на всеобщее обозрение и злится, когда приходится это делать. Приходится, когда накапливается много злобы. Таким обнаружением закулисной стороны отношения к работе и является операция, в ходе которой хирург имеет возможность обозревать это самое закулисье.

Когда в ход идет клистир либо слабительное, накопившиеся в толстой кишке и придавленные ненужные вещества приходят в движение и извергаются лавиной. Человек не сидит часами на унитазе, и опорожнение кишечника не является для него основным видом деятельности. Большинство людей сдерживает позывы, отдавая предпочтение более важным делам. Не сдерживает тот, кто уже не может терпеть.

Было бы правильнее поступать так, как поступают дети — *не скоро, а сразу*, не оглядываясь на чужое мнение. Взрослым следовало бы тоже знать, что нет занятия важнее, нежели опорожнение кишечника и мочевого пузыря сразу же вслед за первым позывом. Чем дольше медлите, тем больше ненужных, токсичных веществ впитывается обратно в тело. Кто не умеет высвободить свои ядовитые мысли, тот пусть по крайней мере высвободит отравленные продукты выделения. Интеллигентное долготерпение являет собой отказ в самых насущных потребностях, что уготавливает наиболее жестокие страдания. *При тяжелой болезни опорожнение кишечника куда важнее, чем питание.*

У кого упорядочен режим дня, тому органы выделения не преподносят неприятных сюрпризов. Сон и питание точно по часам становятся рефлексом уже для ребенка, не достигшего годовалого возраста, превращаясь в потребность. Несколько десятилетий тому назад это считали положительным явлением, однако в погоне за лучшим требования ужесточались. Дети и внуки чересчур суровых воспитателей стали рождаться с ненормально длинной и широкой сигмовидной кишкой. Нынче же происходит разворот на 180°. Хожение на горшок стало считаться пережитком прошлого, ибо появились качественные подгузники. Подгузники и впрямь замечательные. Благодаря им ребенок не ощущает неудобства — попка всегда чистая и сухая. Иными словами, из-за этих подгузников ребенок не требует, чтобы родители привили ему необходимые рефлексы. Чем ребенок становится старше, тем труднее приходится всей семье, в которой растет ребенок с неконтролируемыми рефлексамми. Это — следствие чрезмерной положительности. Дорогие родители! Представьте себе, что у Вас не

возникает никаких ощущений от наполненности мочевого пузыря или прямой кишки. Нужду-то Вам хотелось бы справить не где-нибудь, а в туалете, но позывов Вы не ощущаете. Ужас да и только. Жизнь являет собой цикличность, упорядоченность, и порядок необходим. Важно, чтобы человек не превращал потребность в обязанность.

Увы, именно это и происходит, причем в столь крайнем проявлении, что возникает прямо противоположная напасть, внешне схожая с предыдущей. Если родители чересчур критически оценивают собственную работу, а также работу окружающих, если их ничто не устраивает, то свое отношение они переносят и на ребенка, сами того не замечая. Детская работа видна по его подгузнику. Всякое «фу!», относящееся к содержимому подгузника, является своего рода оценкой детской работы. Если Вы считаете, что младенец нескольких дней от роду не понимает этого, то ошибаетесь. Это Вы ничего не понимаете. В ребенке рождается страх обнаруживать свою работу, и развиваются скрытность и лживость.

Поскольку мочевой пузырь и прямую кишку необходимо опорожнять, это происходит, когда рядом не оказывается свидетелей. Можно ругать ребенка, стыдить, бить, но от этого будет только хуже. Родители, которые сами из числа упрямых, полагают, что тем самым ребенок выказывает свое упрямство. На самом же деле речь идет о спазме прямой кишки, который ослабевает, когда органы чувств ребенка заняты неким увлекательным делом и никто не сверлит его оценивающим взглядом. Желание убрать с глаз долой результат своего труда, а желание это порождается великим страхом, вызывает аналогичное опорожнение кишечника. Лечение ребенка не даст результатов, если родители не изменят себя. Будет достаточно, если один из родителей, желательно мать, займется исправлением умонастроения.

Прямая кишка выражает отношение к завершению работы. Кто уже наперед считает, что ничего путного из этого дела не выйдет, у того и не получается. Каловые массы хоть и выходят с большим трудом, но пренебрежительное отношение остается внутри и начинает свою подрывную работу. Несладко приходится тому, у кого прямая кишка сужена от спазма, как и тому, кто страдает от недержания прямой кишки. Первый не желает видеть результата своего труда, поскольку боится. Второй желает поскорее от него избавиться, словно от кошмара. И тот, и другой отрицательно относятся к своим делам и результатам. Человеку с нездоровой прямой кишкой жизнь видится печальной и безысходной.

Когда работа становится превыше всего в жизни, это является помехой, в том числе для любви. Ходят смачные анекдоты о женщинах, которые решают производственные проблемы даже во время полового акта. Не такая уж редкость и мужчины, отдающие во время акта распоряжения по телефону. Ребенок, зачатый от подобного совокупления, очень чувствителен ко всему, что касается работы.

В кишечнике обитает колибактерия, которая служит показателем степени загрязненности среды. **Колибактерия** несет в себе *энергию отношения к работе*. Кто относится к работе спокойно, у того колибактерия живет уравновешенной жизнью, способствуя пищеварению, а также синтезу витаминов группы В. Кто усердствует сверх меры, в том колибактерия начинает патологически размножаться и выделяться вместе с фекалиями. Кто же боится обнародовать результат своей работы, у того колибактерия задерживается в прямой кишке, вследствие чего возникает **проктит** —

воспаление слизистой оболочки прямой кишки. Врач, специализирующийся на лечении прямой кишки, именуется проктологом.

Если ребенок подвергается суровому наказанию за дело, которое, по его мнению, сделано хорошо, а происходит это по той лишь причине, что родителям нужно было сорвать на ком-то свою злость, то у ребенка, в том числе и взрослого, возникает **парапроктит**. Речь идет о воспалении клетчатки вокруг прямой кишки. Обычно образуется гнойник, который не излечивается, ибо связан тонюсеньким каналом с прямой кишкой, откуда постоянно поступает инфекция. Кто к оценке результатов своего труда относится особенно болезненно, у того парапроктит повторяется и после операции. Так бывает всегда: если болит душа, болит и прямая кишка.

Колибактерия вездесуща, как и проблемы, связанные с работой, и идеальной чистотой от нее не уберечься. В работе усердствует тот, кто боится, что его не любят, не ценят. Верно, не ценят и не будут ценить. Точнее говоря, оценка будет низкой. Чем больше человек старается завоевать симпатию ближних своей работой, тем больше критики слышит в ее адрес. Чем человек чувствительнее, тем больше высмеиваются и его чувства и тем сильнее он ожесточается. *Ожесточается потому, что работа притупляет чувства, а также ведет к воспалению мочевого пузыря, вызываемому колибактерией.*

Для кого секс является трудовой повинностью и при этом он зарабатывает от партнера нелестную, по сравнению с другими, характеристику своих трудовых — сексуальных — качеств, у того возникает **воспаление половых органов, вызываемое колибактерией**, хотя на самом деле колибактерия тут ни при чем. Как правило, это сопровождается **грибковым заболеванием половых органов**, ибо секс из чувства обязанности истребляет любовь, семью и сексуальную жизнь.

Грибок являет собой энергию разрушения, о чем шла речь в предыдущих моих книгах и будет идти в следующих. Чем сильнее человека искушает секс, тем сильнее ощущение зуда в половых органах. Зуд вызывается энергией искушения. Зуд в прямой кишке, если он не вызван глистами, также обусловлен добросовестным завершением работы. У детей подобной напасти обычно не бывает, ибо работу они завершают не из чувства долга, а по обязанности, навязываемой им родителями.

От **зуда заднего прохода** страдают многие. То чешется, то перестанет — в зависимости от того, в какой степени человека искушает чувство долга. Чувство долга вступает в конфликт с нежеланием. В человеке происходит внутренняя борьба, которая тем яростней, чем сильнее чувство долга и противостоящее ему нежелание. Полем битвы является тело, которому приходится страдать. Собственное немилосердное принуждение ведет к образованию в заднем проходе **трещин**, вызывающих при дефекации страшную боль. Если они воспаляются, начинаются адские муки. Опухлость, покраснение, выделения, боль и жар в заднем проходе не позволяют ни сидеть, ни стоять.

Задний проход говорит о результате человеческих дел и работ. Разрыв заднего прохода может произойти от плотной фекальной массы, которая выражает желание человека не мелочиться и создать нечто великое, на что можно полюбоваться. И производит в унитаз. Если человек доволен результатом, то разрывы слизистой ануса зарастают за пару дней. Кто желает грандиозного результата работы, у того ничего не получается, и фекальных масс выходит с гулькиным нос, вызывая, тем не менее, трещины в анусе.

Разрывы кровотока, если человек желает отомстить тому, кто помешал осуществлению его великих и благородных целей.

Чем сильнее человек стыдится неудач и чем больше уверен в том, что окружающие над ним смеются, тем сильнее воспаляются трещины. Наиболее скромная форма воспаления — это **опрелость**, однако боль она вызывает отнюдь не шуточную. Опрелость возникает, когда человек строит большие радужные планы, но боится, что ничего из них не получится. Как человек считает, так и поступает. Если боится, что не получится, то затаивается и ничего не предпринимает. План остается планом. Иными словами, человек не предоставляет плану свободы. Это то же самое, как если бы закупорить некую вещь и не допускать кислорода. Вещь преет как в духовном, так и физическом смысле.

О человеке, который старается произвести впечатление умного, говорят, мол, он *тужится родить мысль*. Если Вы стараетесь что-то *придумать*, но у Вас *ничего не получается*, то область ануса опревает. Это значит, что Вами истребляется еще в зародыше то, что призвано увенчаться успехом. Когда же Вы высвобождаете мысль, к Вам приходит решение, а также исчезает опрелость — сама собой.

У маленьких детей опрелость возникает быстро. Чуть вспотеют либо чуть жиже стул, как вокруг ануса появляется покраснение, причем очень болезненное. Это означает, что *родители очень болезненно оценивают результативность своего воспитательского труда, вкладываемого в ребенка*. И без того пристально глядя в плоды своего воспитания, они ощущают себя униженными, если что-то получается не так. Если ребенок совершает невинный проступок либо заболевает, то *воспитание идет насмарку*.

Родительское ощущение униженности ведет к воспалению у ребенка *определённого участка*. Если родитель стремится исправить свою ошибку чрезмерной заботливостью, то чуть воспаленная по-детски нежная слизистая оболочка повреждается, и в результате воспаление может стать гнойным. Ведь если чрезмерная заботливость не дает результатов, униженность становится невыносимой. Невыносимая униженность как раз и ведет к нагноению.

В наше время есть множество разнообразных средств для ухода за телом, в том числе и детским. Они столь хороши, что матери забывают, что самым нежным средством является материнская рука. Наставляла я как-то мать полугодичного ребенка, у которого вокруг ануса появилась припухлость, чтобы та при уходе за ребенком не использовала ничего, кроме водопроводной воды да собственной руки. Женщина — а ее ребенка уже стали колоть антибиотиками — посчитала, что я подозреваю ее в плохом уходе за ребенком.

Защищая себя и медицинских работников, она принялась уверять меня в том, что ребенка всегда очищали лишь мягкой ватой, туалетной бумагой и дезинфицирующими средствами. Когда я сказала, что эти хорошие средства чересчур хороши, женщина удивилась, мол, чем другим она очищала бы детскую попку? Ребенка ведь проносит каждые два часа. Деликатные манеры не позволяли ей прикасаться к детским испражнениям собственной рукой. Как будто сама она никогда не обмывала рукой собственную поврежденную слизистую, когда все прочие средства воспринимаются, словно наждачная бумага. Недомогание ребенка уже на следующий день как рукой сняло, ибо мать высвободила свою деликатность.

Анус и окружающая его слизистая могут опреть также от сильного сжатия заднего прохода. Это происходит от **страха продемонстрировать результаты** своей работы. Опрелость проходит лишь в том случае, если ей дают возможность **дышать воздухом** и держат в сухости. Иными словами, **предоставляют свободу** и не испытывают жалости к себе. А еще точнее — высвобождают результат своей работы и страх и не сожалеют, если что-то не удалось. Если дело касается ребенка, то и его жалеть нельзя, сколь бы тяжело он ни болел.

Многие матери имеют привычку сожалеть о том, что родили этого ребенка. Особенно если ребенок часто болеет. Сожаление является знаком того, что ребенок был зачат без любви. Его родили по неким иным соображениям. Ребенок, который видит либо слышит материнскую мысль, заболевает еще тяжелее.

Сожаление и отсутствие сожаления — две грани единого целого. Прежде чем я это поняла, я не раз оказывалась в компаниях, где находилась некая мать, которая неустанно подчеркивала, что, дескать, она не сожалеет о рождении ребенка. Поскольку говорилось это в присутствии самого ребенка, я замечала, что ребенок, о котором шла речь, в отличие от других детей, продолжавших резвиться, забирался к матери на колени и принимался хныкать безо всякой на то причины. Иная мать, дабы успокоить присутствующих, поясняла, что ребенок всегда так поступает, когда она об этом заговаривает. Непонимание со стороны подобных матерей для меня непереносимо. Поставьте себя на место такого ребенка, и Вы меня поймете. Окажись я в подобной ситуации, то зарычала бы, как загнанный в клетку зверь. Уж очень это больно — слышать, что о твоём существовании «не сожалеют».

Сожалея о некоем поступке, человек переворачивает чувство вины на другой бок, словно блин на сковородке. **Плохой поступок следует уравнивать, то есть искупать хорошим.** Искупление плохого поступка материального свойства начинается с искренней просьбы о прощении как признания своей ошибки. В этом случае тот, кому Вы навредили, не станет возражать, если Вы выкажете готовность исправить содеянное. Он почувствует, что Вы осознали свою неправоту и желаете загладить провинность.

Сожаление — это знание, что я поступил плохо. Оно являет собой констатацию и комментирование самого факта, но не его исправление. Это есть знание без примеси чувств. Человек может умирать от раскаяния, тогда как окружающие будут взирать на его терзания с холодным сердцем. На кающихся грешников именно так всегда и глядят. Зато от испрошения прощения и самого прощения на душе становится тепло. Прощение способно излечить даже умирающего, если не физически, то душевно, и человек умирает с чистой душой.

Инфекционное воспаление ануса указывает на то, что в невозможности добиться цели человек винит других. Горечь от неудачи в делах оборачивается **грибковым воспалением.** У человека, ведущего внутреннюю борьбу с окружающими, прямая кишка болит часто либо постоянно, в зависимости от того, как он борется с окружающими — часто или постоянно, но до рака обычно дело не доходит. Если он не торопится сводить счеты с ближними, дожидаясь более благоприятного повода, а на самом деле, накапливая злобу, в анусе происходит **расширение вен**, отчего ухудшается

кровообращение тканей и возрастает вероятность более тяжелых заболеваний. Кто никогда не откладывает на завтра дела сегодняшние, у того никогда и нигде расширения вен не возникает.

Рак может возникнуть и на «пустом месте», то есть без наличия вышеупомянутых недугов. *Рак развивается, когда человек желает быть выше всего сущего, а потому с презрением относится к результату своей работы. Когда он делает вид, что ему безразлично, что получится из работы.*

Возможно, Вы желаете мне возразить, ибо люди с раком прямой кишки очень энергичные и работающие. Вы правы, они действительно работающие. Но они же из желания понравиться тем, кто к труду относится с презрением, принимаются им поддакивать и подобное отношение разделять. А это значит, что и к собственной работе они относятся пренебрежительно. В реальности же они испытывают злобу ко всем тем, кто не ценит результатов работы, ибо от работы зависит их жизнь.

Рак прямой кишки и ануса проистекает от страха услышать критические отзывы о результатах работы. Такой человек жутко боится, что о результатах его работы будет высказана презрительная оценка, и потому, соответственно, такая оценка высказывается. Желая умаслить критиков, человек принимается лицемерно охаивать свою работу: «Какая там работа, так, ерунда. Я ведь кто? Мелкая сошка». В подобных высказываниях сквозят безысходность и горечь, и у человека невольно возникает мысль, а почему я должен делать, раз другие не делают. Так рождается презрение к своей работе. Чем незаметнее оно укореняется, тем незаметнее развивается рак. *Злоба и желание избавиться от бездельников подают человеку знак: прекрати переделывать других и присмотри к себе. Твое тело нуждается в помощи, еще не поздно ему помочь.*

Губы и анус, а также полость рта и прямая кишка не что иное, как две грани единого целого. **Кто не делает выводов из недугов полости рта, у того непременно заболевает прямая кишка.** Кто не умеет использовать рот себе во благо, а использует лишь в целях корысти, у того прямая кишка вынуждена расплачиваться. Важно то, что попадает в рот и что выходит из заднего прохода. Однако не менее важны произнесенные слова, которые свивают гнездо в прямой кишке и анусе. Можете сами прикинуть, что происходит, если ядовитые слова остаются невысказанными. Поэтому научитесь освобождаться от своего плохого отношения, оно же оценочное суждение.

Фекалии символизируют конечный результат работы. Кто не смотрит на свои фекалии, тот по той же причине не смотрит на результаты своей работы. Изобретением ватерклозета мы обязаны человеку, который не желал видеть результаты своей скверной работы. Ныне же те, кто пользуется ватерклозетом, насмеваются над человеком, справляющим нужду в чистом поле, сидя на корточках, либо в отхожем месте во дворе, и никак не возьмут в толк, отчего у того прямую кишку ни одна болезнь не берет. Знайте, что прямая кишка у него будет и впредь в порядке, покуда он благодарит небо за то, что имеются отверстия для поступления и вывода пищи.

Принято считать, что культура уборной является наиважнейшей. Со сливным бачком — это культурно, но так же культурно можно и без сливного бачка. Кто желает быть культурным, но таковым не является, тому и сливной бачок не придаст культуры. Понятие «культура» выражает уровень развития человека. Человек — духовное создание, чья земная **жизнь и деятельность**

выражаются в виде результатов, последствий **жизнедеятельности**.

Последствием жизнедеятельности тела являются испражнения, вне зависимости от характера работы человека. Кто не стыдится результатов своей работы, у того испражнения просятся наружу. У уравновешенного человека кишечник опорожняется с точностью часового механизма, согласно ритмам природы, которую человек любит и с которой считается. Из организма выводится столько, сколько нужно — ни больше, ни меньше. **Кто делает все как надо, у того кишечник также делает все как надо.**

Есть две категории стесняющихся людей:

1. Кто стесняется, *ощущая себя виноватым*, тот держит все при себе и зарабатывает запор.
2. Кто стесняется, *обвиняя окружающих*, у того разыгрывается понос, извергающийся подобно каскаду обвинений, которые хочется бросить в лицо виновникам.

Понос указывает на то, что человеку не терпится поскорей увидеть плоды своего труда. Любой вид материальной деятельности представляет собой процесс, требующий определенного *оптимального времени*, в ходе которого происходит взаимоотдача, старое преобразуется в новое, а новое в старое, что-то возводится, а что-то разрушается, исходя из потребности, и лишь затем проявляется результат. Использованный материал за ненадобностью отправляется в предназначенное для него место: на свалку, в выгребную яму, в ящик с компостом.

Многие люди, которые лишь начинают высвобождать стрессы, страдают от расстройства желудка. Желание поскорее избавиться от всех своих стрессов может вызвать столь интенсивный понос, что человеку кажется, будто внутри у него образовался вакуум. В таком состоянии не то что работать — стоять трудно. Прямо противоположное состояние наблюдается у тех, кто, прослышав о своих стрессах, отрецивается от них обеими руками.

Человеку, страдающему от запоров и категорически отрицающему наличие у него каких бы то ни было стрессов, не помогает никакая сила. Ему приходится налегать на слабительное и маяться впредь. **Кто признается себе в своих стрессах и спровоцированных ими поступках, у того запоры проходят.** Я особо выделила слово «себе».

Это значит, что *не нужно бежать исповедоваться в своих стрессах перед другими людьми*. У них хватает хлопот с собственными.

Людам, которые не могут либо ни под каким видом не желают признавать свои стрессы, свойственна особая настойчивость в поисках средств для налаживания работы пищеварительного тракта. Они изобретают всевозможные диеты и испытывают их на себе. Не чураются они и чужих диет и опять-таки испытывают на себе. Они берут на вооружение любые слабительные средства и вообще все, что человеческим разумом изобретено для очищения тела.

Единственное, что отказывается делать человек, страдающий запорами, — это признать свои ошибки. Это значит, что человек с запорами больше смерти боится признаться себе в том, что он что-то сделал не так. Отождествляя себя со своими делами и оценивая ближних по их действиям, он боится, что и о нем будут судить точно так же.

Испытывая комплекс неполноценности, он ведет себя так, словно является преступником, которому необходимо скрывать от посторонних глаз свои темные делишки. Ему-то что скрывать? Ведь ничего особенного он не совершил. А скрывать ему нужно мысли. В мыслях он желал людям зла либо причинял зло и потому ощущает себя страшно виноватым. Чтобы снять с себя часть вины, ему нужно отыскать виновных, которым можно предъявить обвинение, и потребовать для них наказания.

У человека с запорами одна в жизни цель — неустанно доказывать, что он все делает правильно. Чем больше человек *зlobствует* в оценке чужих дел, тем сильнее запоры и тем сильнее *болит* живот. Чем *воинственной* он при этом настроен, тем сильнее изводят его *газы*. Чем *беспощадней* он в своих оценках, тем сильнее *разъедается* слизистая пищеварительного тракта, вплоть до язвенной болезни. Чем тверже *убежденность в собственном превосходстве*, ибо он один делает все правильно, тем выше вероятность *возникновения рака* в его пищеварительном тракте. В случае рака расстройство желудка происходит словно само собой.

Кого подхлестывает корыстолюбие, у того пища должна пролетать через пищеварительный тракт, и она пролетает. Тело не способно усваивать на лету необходимые питательные вещества, минеральные соли и витамины, а потому заболевает. Если в жидком стуле наблюдаются абсолютно не переваренные частицы пищи, это означает, что человек попусту тратит духовные и физические силы и обрекает себя на духовные и физические тяготы.

Корыстолюбие обитает в поперечной ободочной кишке. Ее состояние можно определить по плечевому поясу. То, как Вы характеризуете свое заплечье и плечи, безошибочно характеризует и состояние Вашей поперечной ободочной кишки. Стрессом плечевого пояса является сверхтребовательность. Чем она больше, тем больше корыстолюбие — и наоборот. Один стресс рождает другой, а тот, в свою очередь, третий. Это означает следующее: чем сильнее корыстолюбие, тем сильнее сверхтребовательность и тем сильнее человека припирает добиваться своего. Это возможно только в том случае, если человек увеличивает обороты, подгоняя себя и других.

Чем выше скорость, то есть чем сильнее преследующий человека страх, тем больше человек *носит* как угорелый и тем сильнее его *проносит*. Такому человеку некогда поглядеть, *что* из него выходит, и уж тем более поразмышлять, *почему* стул именно такой. Он бежит в туалет, возможно, каждые полчаса и ощущает себя до глубины души оскорбленным из-за того, что приходится сидеть на загаженном унитазе. Он не признается в том, что в прошлый раз забыл даже спустить воду, не говоря уже о прочих мелочах. Я не сомневаюсь в том, что слово **«испражнения»** придумано людьми, которые вечно спешат. Кто чересчур торопится начинать новые дела, тому не терпится избавиться от старых, и он **испражняет** их как ненужные, не дожидаясь срока.

Мы привыкли стыдить ближних, а значит, обвинять. Чужой оценки особенно страшатся те, кто сам критикует других. Им известно, что о человеке судят по его работе, потому они и не смеют продемонстрировать результаты своей работы. Чем сильнее страх опозориться, тем сильнее запоры. Чтобы хоть как-то доказать окружающим свое трудолюбие, нужно накопить побольше богатств. Ведь не секрет, что работающий человек состоятелен. Чтобы приумножить состояние, необходима бережливость.

Бережливость под воздействием страха быстро перерастает в скупердяйство, и чем оно больше, тем сильнее запоры. Если такой человек принимается трубить о том, что люди плохие и их не за что любить, то ему никакое лекарство не поможет.

Наихудшей формой скупердяйства является скупердяйство в любви. Кто скупится на вещи, тот сразу признает свой недостаток, поэтому многие из прочитавших мою вторую книгу избавились от запоров. Кто же скупится на любовь, тот своей ошибки не признает. Он считает, что люди плохие, и все тут. Запор в мышлении и запор в заднем проходе — это одно и то же.

Представьте мысленно свой пищеварительный тракт. Пройдитесь по нему мысленно участок за участком и отпустите на волю свои стрессы. В противном случае однажды наступит предел, и все выплеснется наружу — слизистая оболочка призовет на помощь кожу. А любую патологию кожи невозможно устранить, прежде чем не будет ликвидирована причина.

Это означает, что **не имеет никакого смысла лечить заболевания кожи, если пищеварительный тракт не в порядке. Если пищеварительный тракт приведен в порядок, кожу лечить уже не приходится — она излечивается сама.**

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Овладение языком стрессов и его повседневное использование проясняет голову, облегчает душу и излечивает тело.

Благодаря языку стрессов Вы получаете возможность познакомиться с доселе незнакомым Вашим другом – Вашим телом, которое говорит на бессловесном языке стрессов. Общаясь с телом, Вы занимаетесь углубленным изучением языка. Занятие это крайне увлекательное и никогда не надоедает. Вы познаете самого себя и учитесь видеть мир другими глазами. Вы прозреваете.

Благодарю Вас.

Лууле Виилма.
