
Прости себя

В согласии с собой

Лууле Виилма

Перевод с эстонского
Ирины Рююдья

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.



- # Мысль как крыша над головой
- # Стать человеком или быть им?
- # Миг, когда переполняется чаша
- # Душа и дыхание
- # О тварях божьих
- # Животная жизнь
- # О необходимой потребности
- # В тупике доброжелательности
- # О подлинном и кажущемся
- # Рождение сына или дочери: счастье или несчастье?
- # Жить или быть хорошим?
- # В мире, где царствует желание нравиться
- # Еще раз о желании нравиться
- # Хочу нравиться как человек
- # О том, как губят себя
- # О душевном покое и согласии
- # В заключение



КНИГА ГОРДОСТИ И СТЫДА

Человек - зеркало своего характера

*В каждом человеке есть что-то от личности,
но не всякий человек является личностью.*

*Личностью не является тот, кто желает
быть личностью.*

*Личностью является тот, кто испытывает
потребность быть самим собой.*

*Кто напрягается во имя цели,
тот может стать влиятельной личностью -
личностью по форме, но не по сути.*

*Он может именовать себя личностью,
и его поклонники могут именовать его
личностью. Истина обнаружится позднее.*

*Лишь тогда, когда человек начинает познавать
свои заблуждения, происходит очищение
его сущности. Начинается совершенствование*

личности - развитие.

И тогда человек понимает, что он - человек.

Просто человек.

*Жизнь постоянно преподносит человеку духовные,
душевные и материальные уроки
для самопознания.*

Из всего этого:

*$9/10$ необходимо лишь прочувствовать и осознать,
а $1/10$ необходимо к тому же пережить.*

Из этой $1/10$ -й:

*$9/10$ необходимо усвоить через опыт
и лишь $1/10$ - через страдания.*

Это лишь малая толика от целого числа.

*Жизнь показывает, что доля страданий
постоянно возрастает, поскольку люди не умеют
мыслить с любовью.*

*Кто научится ценить свои чувства,
понимать их смысл, тот научится мыслить
с любовью.*

*Кто осознает, что жизнь не что иное, как учеба,
тот и в дальнейшем будет мыслить с любовью.*

*Способность думать о любви с любовью
есть счастье. Это значит: счастливы те,
кто оберегает душевный покой,
пребывая в состоянии душевного покоя.*

Мысль как крыша над головой

Время идет своим чередом. Жизнь не стоит на месте, и человеку нужно шагать в ногу с ней. Кто не осознает этого как личной потребности, тот идет, словно на каторгу. Чем больше становится дистанция между идущим впереди и отстающим, тем сильнее возрастает напряжение. Поскольку все, что есть в мире, есть и в человеке, то напряжение испытывают все. Впереди идущие "напрягают" отстающих, а отстающие "напрягают" впереди идущих.

Время идет своим чередом, и более низкий, примитивный, простой уровень развития неизбежно сменяется более высоким, продвинутым, сложным. Кто цепляется за старое как за надежную опору, тот отстает от времени. Формально он живет в будущем, а по сути - в прошлом, истребляя тем самым содержание, то есть самого себя как человека. Когда же настает час, вынуждающий человека отречься от прошлого, он впадает в отчаяние. Человек в состоянии отчаяния - животное. Он лишь совершает действия, но

ничего не создает.

Превращение животного в человека происходило медленно и трудно. Эволюция человека в самого себя происходит еще медленнее и труднее. Испытывающий страхи человек цепляется за свои убеждения, отождествляет себя с телом, отчаянно стараясь доказать свою позитивность, и не осознает в себе созидательное, творческое начало. При такой жизненной позиции, когда во главу угла ставится внешняя форма, развитие содержания отодвигается на задний план.

В мире духовном и в мире материальном строительный материал один и тот же - энергия. При концентрации, т. е. уплотнении духовной энергии, на определенном этапе образуется материальное тело. В свою очередь, при уплотнении этого тела возникает еще более плотная энергия - патология данного тела. Уплотнение же патологической, т. е. чрезмерной, плотности приводит к краху сущего, бах! - и сверхплотное тело разлетается, превращаясь по форме в ничто. Незримое, которое в промежутке стало зримым, вновь превратилось в незримое. Зримое тело прекратило существование, но образовавшая его духовная энергия пребудет вечно.

Так возникает и земная жизнь, и болезни. И таким же образом им может прийти конец. Если бы человек умел сознательно разрезать уплотненную до стадии болезни энергию, то сей мир он покидал бы не потому, что не в силах больше страдать, а потому, что подошел срок. В этой книге я снова поведу речь о том, как себе помочь, с учетом проблем, с которыми на практике сталкиваются люди, следующие данной теории.

Главная ошибка заключается в том, что материальная жизнь не воспринимается как часть жизни духовной. При возникновении болезни (а болезнь - явление осязаемое, материальное) от нее желают **избавиться**, а не **высвободить** ее. Ведь болезнь материальна, а значит, применительно к ней должны действовать законы материальной жизни. Попросту говоря, право сильного. Тело ведь большое, хорошее, а болезнь - маленькая и плохая, следовательно, тело, стремясь к хорошему, должно болезнь одолеть. На самом деле происходит наоборот. Победителем в любом случае оказывается болезнь, даже когда ее устраняют из тела хирургическим путем.

Многие из тех, кто стал заниматься прощением, почувствовали целительные свойства прощения и посчитали, что нашли средство, позволяющее избавиться от всех проблем. В итоге первый лечебный эффект оказался и последним. Если болезнь и отступала, на смену ей приходила другая, более серьезная. Почему? Потому что **человек превратил прощение в средство достижения своей цели**. Это неправильно.

Почему?

Потому что желания, если ими руководствоваться, позволяют жить хорошо *только* в материальном мире. Причем лишь до тех пор, пока хорошее не станет чрезмерным и не обернется плохим. Руководствуясь же потребностями, человек живет нормальной жизнью как в духовном, так и в материальном

мире. Чередование простого малого хорошего и плохого - это норма, позволяющая человеку в своей жизни и развитии достичь более высокой и сложной ступени развития со свойственной ей нормой. Достигается это работой над собой, когда она становится образом жизни.

Прощать - значит отдавать самое ценное из того, что человек вообще может отдать. Отдавая духовное во имя приобретения материального, мы низводим духовность до материальности, где главенствуют земные корыстолюбивые цели. Что происходит, когда мы хотим достичь цели? Она всегда ускользает, даже если речь идет о неподвижном предмете.

Представьте себе некую цель. Это то хорошее, которое Вы желаете заполучить. *Невидимой рукой желания* Вы хватаете цель за горло, чтобы она стала Вашей. Что бы сделали Вы сами, если бы кто-то схватил за горло Вас? Бросились бы бежать, не правда ли? Точно так же ведет себя и цель. Вы мчитесь за ней следом и от страха ее потерять еще сильнее в нее вцепляетесь. Цель ускоряет бег. Усиливается и Ваша хватка, и в какой-то момент цель оказывается попросту задушенной.

Теперь она Вам не нужна, ибо это не то, чего Вы желали. Чувство вины подсказывает, мол, исправь свою ошибку, Вы же принимаетесь себя оправдывать, обвиняя во всем цель. Если бы она не убегала, уцелела бы. Принимаетесь доказывать свою невинность, ведь Вы ее и пальцем не тронули - и по-своему оказываетесь правы. Все как будто в порядке, но чувство вины не убывает. Возможно, ближние Вас и не укоряют, но Вам кажется обратное. Вашу душу начинает терзать недовольство всеми и всем.

Всякое возникающее желание следует научиться встречать вопросом: "А *нужно ли мне это?*" И Вы сами почувствуете, нужно или нет. Если не нужно, то со спокойной душой займитесь чем-нибудь иным и не тратьте попусту время, жизненные силы и деньги. Если же почувствуете, что *нужно*, то Вам станет ясно - **то, в чем есть потребность, не может не прийти.** Оно приходит само. Человек занимается своими повседневными делами, дверца его души открыта, и то, в чем он ощущает потребность, приходит тогда, когда человек готов это принять. Зрелый человек принимает то, что преподносит ему жизнь, не оценивая дареное ни положительно, ни отрицательно. В этом была потребность, и спасибо, что так получилось.

Другой человек, может, и назовет полученное хорошим или плохим, но только не зрелый человек.

Завершая введение к настоящей книге, подчеркну следующее:

Кто научится познавать себя, познает человека.

Кто познает человека, тот познает человечество и для того жизнь не являет собой проблему, ибо человек - средоточие всего сущего.

Стать человеком или быть им?

Человек является на свет, чтобы **развиваться** как человек, а его начинают **воспитывать**, чтобы сделать из него человека.

Человек является на свет, чтобы **развиваться** как личность, а его начинают воспитывать, чтобы сделать из него личность.

Ум не в состоянии понять, что, **воспитывая человека, мы истребляем в нем человека**, а воспитывая личность, истребляем эту личность.

Есть множество добрых советов, как воспитывать человека и личность, и есть множество людей, перстом указующих на тех, кто это делает не так. Больше всех стараются те, у кого с собственными детьми не все в порядке.

Подлинной ценностью жизни человека является житейская мудрость, основывающаяся на личном опыте, но навязывание этой ценности другим истребляет саму ценность. Ценность превращается в умствующую назидательность, непогрешимую в своей правоте и требующую от ближних беспрекословного подчинения. Подобные поучения имеют свои плюсы и минусы. Хорошо, если поучающий осознает ошибки собственных родителей, допущенные в процессе его собственного воспитания, и постарается не повторять их при воспитании своих детей. Плохо, если он не сделал для себя никаких выводов, возомнил себя чуть ли не героем, человеком особой закалки, приобретенной в ходе воспитательной муштры, и теперь собственных детей намерен воспитывать под стать себе, стойкими и работающими, *чего бы это ни стоило.*

При подобном воспитании каждому последующему поколению все труднее оставаться самим собой. Желая сохранить свою самобытность, дети придумывают все новые и новые способы противодействия воспитанию, которое вытравляет из них человека. **Потому-то их родителям воспитание детей дается все труднее и труднее.** Виноваты дети. Они "виноваты" в том, что не позволяют истреблять в себе человека. Виноваты и тогда, когда позволяют это делать, ибо желают быть хорошими детьми в глазах собственных родителей. Так взрослые, не подозревая о последствиях, перекладывают всю вину на души детей и не понимают, откуда берутся *дети с сердечными либо психическими заболеваниями.*

Когда в моем присутствии человек, занимающийся детьми, - будь то учитель, опекун, организатор либо руководитель - принимается доказывать свою профпригодность, мотивируя это тем, что у него самого есть дети, меня так и подмывает спросить: "А не мало ли этого?" Многие бездетные люди, которые не обзавелись детьми от страха, как бы с детьми не произошло то, что произошло с ними самими, относились бы к детям, окажись они на этой должности, с гораздо большим пониманием, потому что они сумели вновь обрести в себе человека.

Воспитание личности современного ребенка можно сравнить с разведением цветов в современной оранжерее, где все необходимые для роста условия научно обоснованы таким образом, чтобы получить наилучший результат, и он таки достигается, если не обращать внимания на растения, которые выбраковываются. Глаза и сердце радуются красоте лучших в мире цветов, и

все как будто хорошо, но в один прекрасный момент в ход идет острое лезвие, и все **лучшие из лучших пускаются на продажу**. Радости выше крыши, а счастья нет. И все только потому, что *родителям от большого ума не приходит в голову спросить у ребенка, созвучны ли детские **чувства** взрослому **знанию**. Нужно ли ребенку то, чего желает взрослый?*

Мало-помалу детское чувство формируется во взрослое знание, что в мире все продается, и тогда ребенок продает себя уже сам, считая такую жизнь единственно правильной. Вероятнее всего, он никогда не осознает, что укоренившиеся убеждения - это стрессы, которые подводят его тело к **болоту судьбы - к стыду**, человеку отнюдь не по душе, хотя он сам вобрал в себя стрессы.

Как можно стать счастливым? Поскольку счастье не в обретении, а в отдавании, то для того, чтобы быть в состоянии отдавать, нужно найти **свое место в жизни**. То место, которое мы сами утратили и которое ищем всю жизнь. *Найти свое место и оставаться на нем нетрудно лишь тому, кто верит в себя и строит свою сознательную жизнь, идя по пути, указанному чувствами.*

Тут кое-кто из читателей может мне возразить, мол, в таком случае мужчины вообще не могут жить, поскольку их считают бесчувственными.

На самом деле все наоборот. **Обычно женщины эмоциональны, а мужчины чувствительны**, поэтому мужской орган чувств - сердце - особенно чувствителен, а точнее говоря, хрупок. **Чем лучше желает быть мужчина, тем более хрупкая у него душа**. Независимо от пола человека, источником его проблем является эмоциональность, которая, если Вы ее высвободите, выведет Вас на истинно необходимый путь, поможет Вам сделать безошибочный выбор и оградит от искушений.

Можно сказать: *"Я думаю, что так будет правильно"*. Можно сказать: *"Я чувствую, что так будет правильно"*. Сопоставьте эти два высказывания, и Вы ощутите, что даже в самом академическом обществе дорога чувств - это то, что Вам нужно, а дорога разума - то, чего Вы желаете. **Чувства не исключают ума, но ум исключает чувства** - превращает чувства в эмоции, которые затем начинает подавлять, истреблять. **Соединение чувств и ума есть искусство, на созидание которого требуется время**. Если мы говорим, что это **отнимает время**, это значит, что мы не умеем принять от жизни время, которое жизнь всегда предоставляет нам в нужный момент, в нужном месте и в достаточном количестве.

Лишь Человек - духовное творение - знает и чувствует свое место в духовном мире, а так как земной мир - лишь маленькая частица духовного, то он знает и ощущает свое место также и на земле. Местом, которое человеческий дух выбирает для своего воплощения в тело, служит **чрево матери**. Это - единственный свободный выбор, который он совершает в свободном духовном мире. Кое-кто не согласен с тем, что я называю этот выбор свободным, и они говорят: *"Вы сами утверждаете, что дух возрождается потому, что знает, что **должен** искупить свой кармический долг"*. На это я отвечаю: *"Не **должен**, а*

нуждается в этом. Дух ничего не делает по чьему-либо приказу, даже по собственному, даже из чувства долга. Он делает то, что нужно делать, без чего он не смог бы двигаться дальше. Дух, который не развивается, погибает".

Следующим местом, в котором нуждается ребенок, является домашний очаг и место в этом доме. Если бы родители знали, кто именно благословил их своим появлением, они не лишали бы ребенка его дома и места в нем. Но как могут родители знать что-либо о потребностях своего неродившегося ребенка, если они и о себе-то ничего не знают? Так что простите им их ошибку.

Но знания знаниями, а одно родители чувствуют наверняка - **мой ребенок особенный.** Это относится к каждому ребенку. Если бы они доверились своему чувству и не мерили всех детей на один аршин, то однажды поняли бы, что их ребенок действительно особенный. Что это значит? А то, что **у каждого человека, рождающегося на свет, есть одна исключительная особенность: нечто такое, что он умеет делать лучше всех, но из-за этого он не считает себя лучше других.** Если бы его развитию не мешали, то эта особенность со временем и проявилась бы. Ведь по пробившемуся из земли ростку тоже не сразу определишь, что из него вырастет, но если *дать время*, выяснится, что растение-то особенное. Другого такого не было и не будет.

Человек является на свет, чтобы развивать свое **особенное умение, он же талант или дар,** и он чувствует, что все дела, выпадающие ему на жизненном пути, составляют своего рода основание пирамиды, и если его укрепить и упрочить, то и вершина пирамиды будет выше. Когда же человека воспитывают, чтобы из него получилось нечто особенное и неповторимое, то его уникальность прячется, чтобы не дать себя уничтожить. Вместо того, чтобы расти и развиваться сознательно, т. е. по-человечески, человек растет и развивается подсознательно, находясь во власти сомнений и колебаний, вбирая в себя стрессы, покуда не оказывается погребенным под грузом, лелея в душе несбывшуюся мечту стать особенным.

Чтобы развиваться, оставаясь при этом человеком, необходимо иметь свое место в жизни.

Кто желает это место обрести, того ставят на место. Это значит - он испытывает стыд.

Чаще всего ставят ребенка на место *хорошие* родители. Они за него думают, решают и все делают, будучи чрезвычайно довольными, что теперь у ребенка есть *надежное место.* Ребенок, не ставший еще совсем бесхарактерным, делает по-своему, и у него, возможно, все ладится, но, несмотря на это, он не смеет глядеть в глаза родителям. Он вынужден стыдиться, ибо не делает того, чего желают они. Особенно развито "эго" у современных умных и работающих родителей. Они желают поставить ребенка на место, но выясняется, что ребенок поставил на место их самих, а это трудно простить.

С чрева матери, этого первого поистине необходимого места, начинается для человека дорога его судьбы в этой жизни, где **телесные возможности ограничены, зато не ограничены возможности духовные.** Зная обо всем этом, человек является на свет, чтобы *учить* своих родителей духовно и чтобы *получать* от них *земные уроки*. Каждое духовное творение приходит, чтобы прожить эту жизнь идеальным образом, усвоить **по возможности** полно ее уроки, зная, что окончательно идеальным он станет еще не скоро. Чтобы жизнь была более совершенной, необходимы две составляющие: человек как духовное существо и его тело, которое состоит из родителей. Обе составляющие соответствуют друг другу. *Когда эти две составляющие готовы к обоюдному взаимообогащению, происходит реализация идеи самоусовершенствования.*

Духовное творение знает: поскольку моя жизнь начинается с меня, то мою веру, надежду и любовь мне нужно отдавать даже в том случае, если ближние пока еще не научились все это принимать. Для этого я и являюсь на свет, чтобы научить родителей принимать то, что дарует им жизнь. Эта истина прочувствована теми родителями, которые говорят: **счастлив человек, у которого есть дети.** Ведь родители чувствуют, что развиваются вместе с детьми с поразительной легкостью.

Родители, неспособные принять то, что дают им дети, рожающие детей, дабы исполнить свой долг, чтобы что-то получить или достичь посредством детей, утверждают обратное, ибо поскольку они не нашли своего места в жизни, то так же не способны предоставить ребенку его место. В своем слепом желании быть хорошими они, напротив, отнимают у ребенка его место. **Знайτε, что ошибка эта исправима.**

Родители, которые хотят ребенка, готовятся к его появлению совсем иначе, нежели **родители, которые в ребенке нуждаются.** Бывают дети и нежеланные либо нежданные, которые воспринимаются как неизбежность и которым велено не высовываться из своего закутка. Поэтому они в известном смысле находятся в более выигрышном положении, чем дети, которых очень хотели. Есть большое различие - отводят ли мне место с любовью, как долгожданному человеку, либо сажают в корзину, подобно породистому щенку, и наставляют: "*Вот твое место. Запомни, ни у кого нет лучшего места*". Либо же сурово указывают на место, мол, раз пришел - оставайся. Либо рвякуют: "*Место!*" - и тебе приходится мчаться во весь опор, задыхаясь, туда, куда указано. Не обижайтесь, что я сравниваю детей и животных. Постарайтесь понять, почему я это делаю.

Человеческая душа состоит из энергий животных. Зеркалом души является тело. Жизнь представляет собой повышение уровня развития души и тела. Если это удается, то повышается духовный уровень человека.

Духовный уровень нельзя повысить, духовный уровень повышается сам.

Он поднимается тем выше, чем дольше человек способен жить,

оставаясь человеком.

Земная продолжительность и духовная высота равноценны.

Как и животное, человеческое дитя нуждается в собственном месте в собственном доме, где можно побыть наедине с собой, ощущая себя в безопасности, и расти человеком. Если ребенок, находясь в материнском чреве, видит, как готовят к его появлению колыбельку, как ласковые руки матери ежедневно, будто случайно, что-то там поправляют, то он сам активно помогает собственному рождению. **Он видит, желают ли его или в нем нуждаются. Он чувствует, что мать, которая ждет ребенка с любовью, способна так ждать ребенка лишь в том случае, если она любит мужчину, который этого ребенка зачал.** Когда ребенок видит, как отец ласкает взором кроватку, ожидающую ребенка, либо выражает свою любовь тем, что проверяет рукой кроватку на прочность, то ребенок чувствует, что на отца также можно положиться. **Этот отец ждет ребенка, ибо в нем нуждается. Этот ребенок - он сам - мужчина - в лоне любимой женщины. Его невозможно не любить.**

Вместе с тем кто не умеет любить себя, тот не умеет любить и своего ребенка. К партнеру, как и к ребенку, он относится как к собственности. Подлинную любовь ему еще предстоит усвоить.

Не бывает человека, напрочь лишённого истинной любви. До 51% энергий в человеке суть уравновешенность, она же любовь. Другое дело, сколько из этого таится под гнетом неуравновешенности, т. е. собственности. Если ребенок, невзирая ни на что, способен принять любовь родителей, то при рождении он не причиняет боли ни матери, ни себе. Насколько ребенок это сумеет, зависит от родителей. Это могут подтвердить родители, ожидающие ребенка, которые поработали над собой. Чем меньше стрессы родителей, тем больше родители открыты для себя, друг для друга и для ребенка. Ребенком управляют уже не родительские стрессы, а чистые чувства, которые подсказывают, что является наиболее целесообразным в конкретной ситуации.

Неважно, какая у ребенка колыбель - роскошная или простенькая, дорогая или дешевая. Она может быть чужой - главное, чтобы досталась от здоровых детей; может быть переделана из кровати для взрослых - важно, чтобы прежние хозяева были здоровыми. В конце концов это может быть просто коврик в чистом углу. Главное - в собственном углу. Когда ребенка приносят домой из роддома, **нужно сразу положить его исключительно на его собственное место.** А если Вы еще догадаетесь сказать ему: "*Дорогое дитя! Вот твое место. Прими его*", считайте, что он его сразу же принял. И тогда у Вашего ребенка, в первую очередь, будет хороший сон.

Есть ли у Вас свое место в жизни, в семье, в школе, в рабочем коллективе, в обществе, среди людей? А сон у Вас какой - хороший? Если нет, то простите родителей за их ошибку и высвободите свою проблему так, чтобы Вы перестали винить своих родителей в том, что они не дают Вам жить.

Что делают хорошие родители, когда приносят домой новорожденного? Куда прежде всего кладут младенца, если родительская кровать и детская колыбель стоят рядом? На постель родителей, не так ли? Там же так просторно, и с новорожденным не может случиться ничего плохого. Действительно, не может - физически.

На деле же ребенок является на свет не для того, чтобы оккупировать место своих родителей, а для того, чтобы поначалу наставлять их духовно, а впоследствии же помогать и физически. Если у него нет своего места, то он ощущает себя виноватым всякий раз, когда у родители что-то не ладится. Он становится вялым и усталым, однако спать не хочет. На самом деле - не может, поскольку чувство вины обращает сон в мучительный кошмар. Простите родителям их ошибку, даже если Вы не уверены, совершили они ее или нет. Если на душе сразу полегчало, значит, ошибка исправлена обеими сторонами. Родители приняли Ваше прощение. Попросите также прощения у своего ребенка. И опять: если на душе стало легче, значит, эта ошибка была-таки Вами допущена, но теперь Вы ее исправили, и проблема перестала существовать.

Ошибка бывает куда серьезнее, когда ребенка из добрых побуждений кладут спать *рядом с матерью*. Но когда ребенка в знак особой любви кладут спать *между родителями*, то совершают особенно большую ошибку, которая будет иметь серьезные последствия. *Ребенок, спящий между родителями, является собой как бы стену между ними, то есть стену между двумя своими половинами: правой и левой, верхней и нижней, передней и задней.* Такой ребенок мается всю жизнь, ибо он словно состоит из несовместимых фрагментов: правая сторона не знает, что происходит с левой; верхняя не ведаёт, что творит нижняя.

Многие женщины, которым я говорила об этом, радостно вскрикивали: "А мой муж не позволил так делать!" - "Разумный у Вас муж, - отвечаю я обычно. - Но почему Вы до сих пор злитесь на него за это? Почему, когда хотите сделать ему больно, заявляете детям, что отец их не любит? Исправьте эту ошибку!"

Однако не все мужчины проявляют разумность в этом вопросе, ибо *желание быть хорошим мужем и хорошим отцом* не позволяет быть *просто мужем и просто отцом*. Чересчур хороший отец уступает свое место ребенку, а потом удивляется, почему ребенок болеет в столь хороших условиях. Если у Вас такой отец или Вы сами относитесь к числу таких отцов, то простите своему отцу и себе, что так получилось, а также испросите прощения у ребенка. Знайте, что муж, который обнимает свою жену хотя бы по ночам, не дает женским чувствам окончательно зачахнуть под гнетом положительности. *Наличие остроты ощущений при единении супругов способствует развитию чувств также и у ребенка, что обеспечивает ему жизнь.* Женщина, стыдящаяся и отталкивающая мужа, губит ребенка, сама того не сознавая.

Мужчине нужно оставаться мужчиной и тогда, когда женщина неспособна оставаться женщиной. И в том случае, когда преисполненная

благих намерений теща в своем извечном *беспокойстве* за судьбу дочери и внука старается, чтобы им жилось *как можно лучше*. И когда сверхположительный тесть считает, что зять никуда не годится. Женитьба - дело не шуточное, а серьезное. Точно так же, как и замужество. Выйти замуж - это не сбегать замуж. Исправление допущенных ошибок - это большая работа, зато благодарная.

От того, сумеет ли мужчина оставаться мужчиной, зависит будущее жизни на Земле.

Если человек совершает некий правильный поступок неосознанно, так сказать, нечаянно, это не значит, что и в дальнейшем он будет поступать благоразумно. Например, если мать *в порыве восторга* кладет свое божественное дитя в *восхитительно* славную колыбель, то своей восторженностью она опять может все испортить. Стоит какому-нибудь авторитетному человеку, врачу, например, похвалить ее за поступок, как в матери *просыпается гордость*, и она уже не знает, что бы еще такое сделать, чтобы заслужить еще большую похвалу. А то, что младенец после этого страдает отрыжкой либо кишечными газами, что зубки режутся с трудом и болезненно и что одна болезнь сменяет другую, - все это ни с чем не увязывается.

Человек, который ждет похвалы, усматривает ее в простом одобрении и отождествляет свой поступок с самим собой. Как-то раз я сказала одной женщине, что она *поступила* правильно, начав использовать детскую кроватку по ее прямому назначению. Я заметила, что женщина раздулась, как павлин, но поскольку разговор ушел в сторону, мне не удалось предупредить ее, что этим нельзя кичиться. Как, по-Вашему, чем все закончилось? Женщина принялась трезвонить всем встречным-поперечным, будто Виилма сказала, что она самая хорошая и умная мать и что своим поступком она осчастливила ребенка на всю оставшуюся жизнь. А каков итог?

1. **В первый же момент.** Она испортила отношения с другими матерями, ибо, назвав себя самой хорошей, она автоматически навесила на них ярлык плохих. Тем самым она их опорочила, а такое забывается не скоро, так как ни один человек не бывает лучше или хуже других. Человек в состоянии стресса не учитывает неподготовленность собеседника. Он выслушивает начало фразы и тут же выворачивает все наизнанку. Он неспособен углубиться в смысл. Для этого у него нет времени.
2. **В следующий миг.** Для опорочивания других она использовала имя Виилма. Для матерей со стрессами это равнозначно тому, как если бы их опорочила сама Виилма. Эти женщины не желают больше ничего слышать про прощение или стрессы, хотя бы уже потому, что Виилма подчеркивает важность прощения. Они не ведают, что тем самым причиняют себе зло. А если и ведают, то согласны страдать, но уступать не намерены. Это было бы сродни унижению, а унизиться им не позволяет дух упрямства. Спротивление продолжается до тех пор, пока жизнь не приведет их окольным путем к той же истине. Но если

она носит иное имя, женщины торжествуют, что им все-таки не пришлось, даже в самой тяжелой беде, слушаться ненавистную Виилма.

3. **В скором времени.** Заболевает ребенок, чтобы спустить мать с небес на землю. Тем самым он пытается разъяснить родителям, что **придавать мелочам, неважно каким - положительным или отрицательным, слишком большое значение, - это трагика, и в итоге это приводит к трагедии.** В данном случае ею оказалась болезнь. *Во время болезни ребенок нуждается в родительской, и особенно материнской, близости и ласке - как духовной, так и физической, тогда он быстрее поправится.* Мать, о которой идет речь, уверовала в то, что ребенка отныне нужно держать *только* в его кровати. И она тоже сделала из услышанного поверхностный и однозначный вывод. В результате болезнь ребенка затянулась.

Детская болезнь является следствием душевного отчуждения между родителями, за которым непременно следует и отчуждение физическое.

Ребенок, который спит между родителями, зачастую является средством обоснования взаимного отчуждения, на деле же - для его оправдания. *Болезнь ребенка следует лечить посредством восстановления душевной близости родителей.* Если детская болезнь воссоединяет родителей душевно, ребенок излечивается, где бы он ни находился. А так как большинство родителей принимается в болезни ребенка винить друг друга, то и ребенка нельзя укладывать спать между ними, поскольку родительская душа соединена с телом жесткой связью. *И страхи соединяются между собой жесткой связью.* Ребенок, положенный спать между подобными родителями, выздоравливает медленно либо не излечивается никогда.

В течение долгого времени я не могла понять, почему у иного идущего на поправку ребенка процесс выздоровления вдруг останавливался. Я чувствовала, что проблема заключается в излишней положительности, и говорила об этом родителям, но так как я не умела акцентировать каждую деталь, то они не понимали. Они не умели домыслить самостоятельно до конца. Незрелая мыслительная способность говорит о том, что мужская энергия в семье находится под властью женщины. В семьях с больными детьми бразды правления находятся в руках у матери, а отец, как правило, лишь исполняет ее приказы. Даже когда он приходит на прием вместе с женой и ребенком, то обычно лишь доставляет больного ребенка на место, а в мыслях пребывает где-то далеко, потому что боится услышать в каждом слове обвинение в свой адрес. Ведь послушного исполнителя приказов принято считать хорошим, а кому же не хочется прослыть хорошим?

Логика родителей была проста: если спать порознь, мать сможет лучше ухаживать за ребенком, а отец наконец-то сможет выспаться, устроившись в соседней комнате, хотя, конечно же, он предпочел бы спать рядом с собственной женой. Нередко женщины сводят физическую близость к сексу, даже если у мужчины нет таковых намерений, и, видя в мужчине себя, сердятся на него за его желание. Если ребенок болен, то и мужчины считают грехом физическую близость с женщиной, особенно секс. Мнением же ребенка никто не интересуется. Ребенок ждет, чтобы родители вновь обрели друг друга душевно, хотя бы через секс. *Люди никак не усвоят, что физический контакт чрезвычайно важен для того, чтобы выстоять в жизни. Он*

может иметь жизненно важное значение, чтобы выбраться из тупика, когда других средств уже не остается.

Итак, когда Вам говорят: **не будьте слишком хорошими, то подумайте, что это значит, и если не понимаете, то высвободите из себя положительность, и тогда, скорее всего, поймете.** Я посоветовала родителям попросить у ребенка прощения за свои ошибки, а затем положить дитя на его место, приговаривая при этом: вот твое место. *Делать это следует до тех пор, пока ребенок не примет его как свое собственное.* Я не грозила пальцем и не заявляла безапелляционно: *"Ни в коем случае не кладите ребенка к себе в постель!"* И что же, Вы думаете, вышло в итоге? Спустя некоторое время родители пришли ко мне снова, так как ребенок со дня нашей последней встречи заболел и никак не поправлялся, хотя родители делали все, как я велела. Это они так решили, что я велела.

Найдите, что **слепое послушание оборачивается бедой.** "А кассету вы слушали?" - спросила я. (Свои беседы я обычно записываю на магнитофон, иначе они забываются). Какое там - все время ушло у них на уход за ребенком. Запомните: **если за добрым наставлением последовало что-то плохое, значит, не все было правильно понято.** Стремясь исправить ошибку, родители вновь положили ребенка в постель к матери, сами же тем временем занялись исправлением в душе своих ошибок. Затем попросили прощения у самого ребенка и лишь после этого переложили дитя в его кроватку. И - ну не чудо ли - ребенок не запротестовал! Более того, выздоровел.

Ребенок, которому в доме сразу же было отведено собственное место, любит свою кровать и любит там находиться. Побыв у матери на руках столько, сколько нужно, он дает знать, что пора класть его обратно. Мать, *способная ощущать* потребности ребенка, подсознательно всегда кладет дитя на его кровать, а если невзначай кладет не туда, то своим беспокойством ребенок дает знать, что ему там не нравится, и мать исправляет ошибку. Такой грудной младенец может целый час провозиться в своей кроватке, покуда не заснет, а проснувшись, тихонько продолжит заниматься своими делами, покуда не проголодается.

Нередко матери рассказывали мне, что они сбивались с ног, занимаясь старшими детьми, а когда родился младший, поначалу волновались, что с ним не все в порядке: уж слишком он спокойный. Но когда они заводили с ребенком разговор и видели, как он наблюдает за матерью своими большими и ясными глазенками и адекватно реагирует на речь, то успокаивались. Хорошо развивающийся, спокойный и здоровый ребенок способен успокоить любую мать.

Для того, чтобы делать как надо, не нужно хвататься за умные книги. Мать, работающая над собой и познающая себя, знает также и ребенка, и его потребности. Возможно, в чужих глазах она поступает неумно, но для своего ребенка она поступает разумно, и вся семья довольна. Слушать чужие наставления и следовать им буквально - значит стать послушным

исполнителем. Подобное послушание приводит к головной боли и отключению слуха как у матери, так и у ребенка. Наставление требуется обдумать, приобщить к имеющимся собственным знаниям. Хоть это и требует времени, зато оно окупается сторицей. **Здоровый ребенок не отнимает времени - он дарит время.**

Настанет день, когда ребенок, достаточно развившийся в общении с самим собой, подает знак, что теперь ему нужна компания. Это значит, что **для него наступила пора физического развития**. Родитель, который это замечает, не запрещает ребенку общаться со своими сверстниками. Такой родитель не культивирует отрицательного отношения к детям во дворе, на улице, в детском саду, в школе. Это значит: у родителя нет отрицательного отношения ко двору, улице, детскому саду, школе, и его ребенок нормально уживается повсюду, потому что не считает себя ни лучше, ни хуже других. Во дворе к нему не липнет грязь, в детском саду не липнут болезни, а школа не отупляет до состояния болвана. Он не устраивает ежедневных нервующих утренних представлений и уже с ранних лет является достойным членом общества. Он умеет оставаться в одиночестве и умеет быть самим собой.

**Общение с самим собой развивает человека,
т. е. личность, общение с другими развивает тело,
т. е. лицо.**

Чем сильнее родительское желание быть хорошими, тем больше создается условий, чтобы ребенок никогда не оставался в одиночестве, чтобы рядом с ним всегда находился кто-то, чтобы мать жила *для ребенка*. Бытует мнение, что хорошая мать постоянно держит ребенка на руках. Молодая восторженная мать так и поступает. Если ребенок протестует против этого, над ним квохчут еще больше. Ребенок смиряется с этим тем меньше, чем сильнее в нем потребность быть самим собой. Однако чем больше он кричит день и ночь, тем чаще мать берет его на руки. Испуганная мать иначе не умеет.

Круг замыкается. Ребенок свыкается со своим положением, но при этом у него развивается привычка едва ли не терроризировать мать. Еще толком не очнувшись ото сна, он дерет мать за волосы, царапается, сует пальцы в рот или в нос, а если мать не позволяет этого делать, начинает кричать и вертеться, пока мать не разрешит делать то, что только что запрещала. В результате ребенок уже не знает, что хорошо и что плохо, что разрешено, а что запрещено. Цепляясь за мать и в то же время отталкивая ее всеми доступными способами, он в конце концов добивается своего. Только открывает замутненные ото сна глаза, как вновь принимается протестовать.

В итоге матери годами тратят свои нервы и время, пытаются, к примеру, уложить детей спать, и не понимают, в чем дело. Эта ошибка поправима. Ребенок, не приученный ложиться спать в нормальное для детей время, спокойно научится этому *в течение недели, если родители серьезно, но без паники займутся исправлением данной ошибки*. Что надо, то надо. Ребенок не

станет протестовать против необходимости. Если же налаживанием детского распорядка занимается только мать, потребуется больше времени и сил, ибо ребенку нужно научить своих родителей единодушию. Но если родители начинают обвинять друг друга в огрехах воспитания, процесс затягивается надолго.

Мать, старающаяся стать для ребенка всем, а значит, жертвующая во имя него собой, препятствует его духовному развитию, потому что главный упор она делает на физическое развитие. Так ее учили, и это принято считать правильным. Полагают, что ребенок с самого рождения нуждается в массаже и гимнастике, на деле же поначалу вполне достаточно ежедневных гигиенических процедур. Первейшей необходимостью для малыша является общение. Новорожденный распознает взгляд, обращенный на него, и реагирует на мысль, имеющую к нему отношение. Он открывается навстречу любви, словно цветок навстречу солнечным лучам. Всякий физический контакт, посредством которого пытаются улучшить его самочувствие, является для него чрезмерной суровостью. В порядке самозащиты он цепенеет, впадает в конвульсивно-напряженное состояние. Возможно, таким он появился на свет уже из материнского чрева либо наоборот - вышел из чрева вялым, словно кишка, а значит, преисполненным отчаяния, в соответствии с сиюминутным настроением матери.

Каждый новорожденный любит голос своей матери - этот журчащий ручеек, который успокаивает, расслабляет и вселяет надежду. Без предварительного мысленного и словесного предупреждения не следовало бы начинать физические процедуры даже со здоровыми детьми. Делая массаж испуганному до судорог ребенку и занимаясь с ним гимнастикой, мы причиняем ему лишь вред.

**Общение с ребенком, а значит,
безусловная любовь к ребенку, а значит,
подход к ребенку без эмоциональных оценок,
снимает вызванную страхом детскую спастичность
лучше всяких физических процедур.**

Уравновешенная мать умеет без суеты распределять свое время между детьми и делами. Ее деловой план на день, составленный как бы мимоходом, включает в себя и детей, которые находят для себя именно то интересное занятие, в котором нуждаются. Материнские дела интересны и увлекательны ровно в той мере, в какой необходимы детям. Такая мать не может сказать о себе, что она - хорошая мать, но и не может сказать, что она - плохая мать. Если попросить ее оценить себя, она смутится. Она просто мать и все. Ее ребенок считает так же, что бы ни болтали окружающие. Такая **мать живет сама и дает жить ребенку**, будь ребенок крошкой или взрослым человеком.

В старину у матерей не было времени быть хорошими матерями. Все их время уходило на бытие. Ныне же матерям постоянно не хватает времени, чтобы быть настолько хорошими, насколько им хотелось бы. *В этом случае бытие все более утрачивает свое предназначение.* Разрываясь между возможностями и желаниями, они становятся все более несчастными и, чтобы уберечь детей от подобных же страданий, предпочитают не рожать вовсе. Либо рожают как можно меньше детей. Рождение детей они оставляют тем, кто еще не успел создать для себя подобных проблем.

Так материнство превращается в обязанность. Сегодняшний день вынуждает матерей быть хорошими. Чем сильнее желание матери быть хорошей, тем теснее она срастается с ребенком - словно два деревца, высаженные в одну лунку. *Они срастаются корнями и стволами*, а кроны глядят каждая в свою сторону. Наступает день, когда деревца начинают тормозить рост друг друга. Они либо чахнут, либо одно начинает подавлять другое. Это значит, что мать губит ребенка, или ребенок губит мать. Вначале глушится качественное, оно же духовное, развитие, а затем и количественное, т. е. физическое, и дерево может погибнуть.

Если мать лишает ребенка тех мгновений, когда он мог бы побыть наедине с собой, а значит - расти человеком, то ребенок неизбежно поступает так же по отношению к матери. Страх утратить человеческий облик вынуждает их отдаляться друг от друга. Ребенок не может никуда пойти, а мать может. Материнская усталость, нервозность и пресыщенность указывают на то, что матери необходимо время, чтобы побыть наедине с собой. Обычно бывает так, что мать хоть и сбегает от ребенка, но спешит к подруге посетовать на свою трудную жизнь и печальную судьбу, чем только усугубляет положение. Жалуясь по многу раз на свою нелегкую участь, женщина возвращает в себе невыносимую печаль.

Между тем няня, оставшаяся с ребенком дома, успевает с ним намаяться, так как ребенок беспокоен. **Состояние материнской души проецируется на детскую душу.** Так сросшиеся воедино деревца жалуются на боль от ран, когда их одним махом друг от друга отрывают.

В такой ситуации трудно найти помощь, ибо все только и умеют, что советовать, как стать еще лучшей матерью. Выискиваются сглаз и порча, которые затем снимаются, но и это не дает результатов. Измученные молодые матери, которым ребенок дался большим трудом, приходят жаловаться на то, что они не смеют оставаться дома одни с ребенком. Они говорят, что истинную причину не могут открыть никому, так как в ответ услышат: ты плохая мать, у тебя следовало бы отобрать ребенка.

Они любят своих детей так *безумно*, что сильнее любить невозможно. Несмотря на это, при виде орущего ребенка их порой охватывает такая слепая ярость, что, кажется, еще мгновение - и малышу несдобровать. Один такой приступ бессильного гнева, и мать может оказаться в глубокой депрессии. Она не в состоянии забыть той промелькнувшей в голове мысли и боится, что так и сделает. **Страх опозориться** окончательно ее блокирует.

Страх разрастается от услышанных рассказов про кошмарные зверства, учиненные матерями над своими чадами. При мысли об отношении общества к такой матери женщина лишь усугубляет свой страх. Неудивительно, что новоиспеченные мамы боятся сойти с ума. Некоторые таки сходят и делают

то, чего не сделал бы ни один человек в здравом рассудке. К сожалению, такие случаи учащаются. Из всей толпы обвиняющих, считающих себя нормальными людьми, никому и в голову не приходит спросить: "Почему это произошло?"

Подобная проблема является следствием расхожего представления, по которому хорошее - это только хорошее. **Все должны быть хорошими**, и все стараются стать хорошими, но последствия оказываются плохими, потому что люди перестают мыслить, как мыслили когда-то - прислушиваясь к голосу сердца. Вместо этого *они добросовестно исполняют приказы*, диктуемые расхожими представлениями. В итоге люди становятся **жертвами ума и положительности**. Дома, где всего этого не понимают, царит кромешный ад. Замотанная, раздраженная, истеричная мать сует ребенка пришедшему с работы отцу, едва тот появляется на пороге. Для отца ребенок превращается в *наказание* за то, что мать целый день занималась исключительно делами, а отец *ничего* не делал. У него неизбежно вызревает протест, но стоит ему уединиться, как его сразу клеймят плохим отцом.

Ну а то, что отец вернулся домой из рабочего коллектива, где он целый день развивался телесно, и ему необходимо хоть немного побыть одному, это никого не интересует. Муж, который не помогает жене, плохой и точка. Обвиняющие взаимоотношения утомляют и отчуждают. Первым обычно отдаляется отец. Почему? Потому что мужчина является творцом физической стороны жизни, и, когда он не может развиваться как человек, он превращается в животное. Поскольку же законы звериного сообщества разрушили бы человеческую семью, то отец подсознательно ищет иной выход, чтобы остаться человеком.

Жизнь предоставляет отцу разные возможности. Первая и самая распространенная из них - задерживаться подольше на работе. **Запомните, что всегда, когда мужчина задерживается на работе, это говорит о разладе в семейных отношениях.** Сам он ничего для этого не предпринимает, так складываются обстоятельства: то тут, то там возникают проволочки, и работа буксует. Таким образом жизнь предоставляет отцу мгновения, чтобы побыть наедине с собой, и если он принимает их с благодарностью, то обретает душевный покой и домой возвращается с легким сердцем. Какое бы настроение у жены ни было, мужа оно не задевает, не отпугивает от семейного очага, и дети с большой радостью могут возиться с отцом как им заблагорассудится. Он умеет любить, относиться к домочадцам с пониманием, учитывать возникающие ситуации.

Если Вы хотите возразить, что муж и до женитьбы работал на той же работе и был вынужден подолгу отлучаться из дома, будучи, например, моряком, водителем-дальнобойщиком, военным, то нужно понять, почему Вы притянули к себе именно такого мужчину. Это означает, что еще в бытность ребенком ни у Вашего мужа, ни у Вас самой взаимоотношения между родителями не ладилась. Родителям было легче *мирно* ладить, пока они виделись редко. Когда же отец оставался подолгу дома, возникали трения. А то, что домашний покой и покой душевный - разные вещи, об этом в ту пору никто из них не задумывался. Обоюдное нежелание ссориться находит выражение именно в таких браках. **Пребывающего вдали ждут и любят. Находящемуся рядом предъявляют претензии и бывают им недовольны.**

Мужчин, которые возвращались бы домой с легким сердцем, в наши дни почти не встретишь, поскольку мужчин без чувства вины практически не бывает. Мужчина, испытывающий чувство вины, ищет себе занятие, чтобы заполнить возникающие в работе паузы. Поскольку же он боится не найти такого занятия, то и не находит, а самобичевание рано или поздно приводит к поиску развлечений. *Благодаря им приглушаются чувства, вызывающие состояние беспокойства, и беспокойство улетучивается.* Это следует знать и учитывать, тогда мы перестанем друг друга отпугивать и бегать друг от друга.

Бегство из дома женщины называют самоутверждением, не понимая того, что в мире не было и не будет более высокой степени самоутверждения, чем воспитание ребенка во взрослого человека. С повышением уровня образованности и женщины, и мужчины придают самоутверждению все большее значение, не учитывая того, что в женское и мужское самоутверждение природой заложен совершенно разный смысл.

Ребенок является духовным наставником родителей, родители же - земными наставниками ребенка. Женщина, которая воспитывает детей в течение 10 лет и которая не нарадуется своему шумному выводку, возможно, и глупее женщины, проучившейся 10 лет в вузах, однако она разумнее и человечнее. Пусть она не обучена работе, требующей высокой квалификации, на которую другая потратила 10 лет, но она усвоит ее без особого труда, с ее-то ловкими руками. Десяток ребятишек научат мать тому, чему неспособны научить десять вузов.

Все это звучит красиво на словах, но жизнь отнюдь не столь красива - скажете Вы. Ныне почитаются женщины бездетные либо с минимальным числом детей, считающие домашний очаг делом второстепенным. Многодетные же матери со здравым рассудком воспринимаются как дебилы, а кто такую мысль и выскажет, тому высокопоставленный государственный чиновник примется доказывать, что государство выступает в поддержку многодетных семей. Пусть даже государство и оказывает поддержку, но государство - это уровень материальный, а деньги не компенсируют унижительного отношения. С помощью денег можно вырастить животное, но не воспитать человека.

На деньги можно приобретать еду, одежду, предметы гигиены, но чтобы человек вырос человеком, необходимо **время**. Жизнь предоставляет каждому человеку столько времени, сколько ему потребно, но кто желает употребить это время на что-то поумнее, у того время уходит сквозь пальцы. Кто же использует время на первых порах в ущерб кошельку, тому жизнь даст когда-нибудь столько денег, сколько ему нужно, чтобы дух и тело могли развиваться гармонично. Кто желает, чтобы государство в первую очередь давало, тот лишается как времени, так и денег, даже если государство все это ему дало. Выделенные деньги как будто пригодились, на деле же пользы не принесли. Человек недоволен, как и прежде.

Как бы то ни было, но так или иначе ребенка воспитают. Когда мать возвращается из декретного отпуска на работу, ребенка начинает

воспитывать иное окружение: бабушка, няня, детские ясли, детсад, школа. Всеми ими мать обычно бывает недовольна в той же степени, в какой недовольна ребенком. Под воздействием новой среды ребенок меняется, отдаляясь от родителей и дома, что, конечно же, не может нравиться родителям, считающим себя хорошими.

Жизнь учит, что двух благ разом не получишь, а если погонишься за обоими, выпадет зло, да претрашное. Маленький ребенок - маленькие заботы, а чем ребенок взрослее, тем больше заботы. Просчеты в воспитании ребенка принято сваливать на чужую голову, а кто боится воспитывать детей сам, тот по-страусиному прячет голову в песок, откуда не проявятся первые признаки неладного. Тогда родитель желает, а то и требует, чтобы перевоспитанием его ребенка занялось общество. Если ребенок отбилась от рук, виноватыми оказываются воспитатели и учителя. В каком-то смысле родители правы.

Среда, в которой вращается ребенок, - друзья, коллектив и общество, вплоть до высшего света, - формирует ребенка по своему подобию. Независимо от того, происходит ли это формирование по восходящей или нисходящей линии, оно затрагивает лишь разум и тело. Чем *лучше* развито тело, тем хуже развивается дух. Ребенок, завоевавший в спортивных состязаниях золотую медаль, - человек вполне пропащий, так как у него *уже нет свободного времени*. Его распорядок дня плотно забит мероприятиями, развивающими тело, и их число тем больше, чем прекраснее цели, которые придумывают родители, учителя и тренеры, чтобы примазаться к лаврам победителя. Так мать, дающая ребенку жизнь, лишает ребенка жизни.

Окружение формирует человека по своему подобию. **Окружающая атмосфера, которую мы вдыхаем, влияет на качество человека.** В каждой области жизни есть разные компании. Всех их объединяет один *общий интерес, либо общие корни, либо общая цель*. Человек, который не осознает своего места в жизни, цепляется за компанию и принимается наряжать себя в чужие перья. Чем сильнее цепляется, тем сильнее скрытая злоба, ибо цеплянье вызывает зависимость. **Зависимость является духовной тюрьмой.** Завсегда сбороищ может испытывать к своей компании ненависть, презрение, отвращение и желать ей погибели, но от нее ему никуда не деться - он сам за нее и держится. Почему? Потому что боится остаться в одиночестве. Страх оказаться один на один с жизнью вынуждает прикусить язычок и хранить хорошую мину при плохой игре.

Человек, привыкший с раннего детства держаться компании, не умеет иначе и боится жить по-другому. Любитель одиночества поражается тому, как это люди, постоянно проводящие время в шумной компании, ухитряются не сойти с ума. В свою очередь, человек общительный удивляется тому, как удастся затворнику сохранить здравый рассудок. *У каждого свои страхи и соответствующие им виды злобы.* Любитель одиночества может в силу обстоятельств оказаться на долгое время в гуще людской массы, но если он сумеет сосредоточиться, то быстро приспособится, и ничего страшного не произойдет.

Скорее всего, компания не примет его, но если он - Человек, то с ним будут считаться. Иначе дела складываются у тех, кто боится людей и спасается от них бегством в одиночество. Насильственно навязанное общение с людьми усиливает в нем страхи и скрытую злобу, что провоцирует агрессивность в окружающих. Человек становится мишенью для злобных выпадов и в результате заболевает.

Для человека важнее всего развиваться, оставаясь при этом человеком, даже если он этого не осознает. Кто ощущает тлетворное влияние окружения, тот спасается от него бегством. Дети и подростки бегут в свою комнату, взрослые - в свой дом. Если человеку не дают покоя гнетущие мысли, он создает вокруг себя новую, техническую среду: радио, телевизор, магнитофон, компьютер. Здесь, если "собеседник" надоест, по нему можно и стукнуть в сердцах. Но и такая среда может лишить человека определенных моментов, существенных для того, чтобы он в своем развитии оставался человеком.

Компьютер - прекрасное устройство, но оно мешает человеку развиваться, оставаясь при этом человеком.

Перенасыщенность информацией, значение которой не осознается и которая не применяется на практике, действует на дух разрушающе. Информация, оседающая в мозгу, разрушает нервную систему.

Подсознание распознает и собирает воедино все мгновения, когда человек не сумел побыть наедине с самим собой, до тех пор, покуда они не суммируются в непомерное желание сделать что-нибудь, чтобы унять душевную боль и тоску. В момент отчаяния все это выплескивается наружу и вынуждает человека оказаться наедине с собой, когда можно закончить все недоделанные дела. У такого одиночества две грани: **больница и тюрьма**. В принципе, что одна, что другая - разницы никакой, не зря больницу иной раз - и это не оговорка - именуют тюрьмой. И наоборот.

Если человек заболел и если ничем его не тревожить, помимо необходимых по уходу процедур, то у него оказывается много времени, чтобы побыть наедине с самим собой, и он непременно задумывается о причине болезни. Одна мысль рождает другую, и незаметно для себя человек осознает свою проблему. С этого момента начинается исцеление, и оно проходит на удивление быстро. Вскоре он выписывается из больницы, и домой возвращается совершенно другой человек. Знакомые при виде его говорят: "Ой, да тебя не узнать!", хотя тот ничуть не изменился. К сожалению, мало кому из больных создают условия для подобного выздоровления. Но даже если условия созданы, больной жаждет, чтобы его навещали жалельщики, и не хочет оставаться один. Ощутить себя брошенным и забытым для него, возможно, страшнее смерти.

Чувство вины перед заболевшим человеком вынуждает друзей, родных и знакомых совершать прямо-таки паломничества к его одру. Если посещения запретить, вспыхивает буря недовольства. Люди обижаются даже на самого больного, если тот просит не беспокоить его. А уж посещение любопытствующих вообще может доконать. Человеку не дают доболеть его

болезнь, жизненный урок остается неувоенным, и все возвращается на круги своя.

Если человек **попадает в тюрьму**, но у него и там не окажется возможности побыть наедине с самим собой, то он не осознает своей ошибки и рано или поздно снова очутится за решеткой. Пребывание среди людского стада в большой тюремной камере превращает человека в животное, не способное ужиться среди людей по завершении срока заключения. Испуганное и униженное животное не забывает обид и инстинктивно набрасывается на каждого, кто хоть чуть-чуть его задевает. Кто не понимает себя, тот не понимает и других.

Будь у каждого заключенного отдельная камера, пусть безо всяких удобств, и возможность минимального общения с другими, то у него было бы время обдумать свои думы и прочувствовать свои чувства, чтобы осознать вину и никогда уже не повторять ошибку в будущем. Для создания таких условий обществу следовало бы потряхнуть своей мощной. Поскольку общество понимает, что деньгами проблему не решить, то оно их и не дает. Ну а того, что следовало бы измениться самому обществу, оно не понимает. Не познав собственных потребностей, нельзя познать и потребностей заключенных. В итоге часть из не познавших самих себя оказывается за решеткой и проникается ненавистью к подобным себе, но оставшимся на воле и продолжающим считать себя лучше остальных.

Итак, если человек развивается, оставаясь при этом человеком, то он развивает также и тело, но если во главу угла ставится физическое развитие, то человеческого в человеке можно и не заметить. Ученический протест против всего, что происходит в школе, первоначально начинался как протест против уроков физкультуры. Как ни пыталась администрация школы оправдаться и поправить положение, школьники продолжали протестовать: "*У нас нет человеческих условий!*" Их действительно нет, потому что детей не считали за людей, ими манипулировали в соответствии с представлениями взрослых о гармонически развитом человеке. Детей стараются воспитать совершенными, не понимая того, что из них лепят колобков, столь милых сердцу взрослых.

Симптомом подобного манипулирования, насильственного вмешательства в развитие являются боли в верхней части живота. Практически всякая болезнь у детей начинается с боли в животе.

Миг, когда переполняется чаша

Мы можем быть до отказа набитыми стрессами и тем не менее оставаться здоровыми. Почему и когда возникает болезнь? Почему у одного болезнь протекает легко, а у другого - тяжело? Почему, наконец, третий из-за той же энергии становится преступником?

Стрессы накапливаются потому, что человек со страхами живет чувствами и все оценивает как хорошее или плохое. Иного варианта на земном уровне нет. **Если хорошее, то хорошо, а если плохое, то плохо.** Или очень плохо. На духовном уровне, т. е. на небесах, чувства ни к чему, и оценивать там нечего. Глупо ведь именовать небеса хорошими или плохими. Они просто есть. Уравновешенный человек живет по небесным законам и на земном уровне, будучи здоровым и счастливым, ибо для него все сущее просто есть. И даже если он выносит суждение о некоей части единого целого, то не распространяет это суждение на все целое. Возможно, сегодняшний день для него плох, но из этого не следует, что вся жизнь плоха. Ему может не нравиться поступок ближнего, однако это не значит, что он думает об этом человеке плохо.

Оценивание - это ошибка, которую следовало бы немедленно исправить. Ухватиться за мысль или слово и направить в иное русло, отмечая про себя: я заблуждаюсь. Если ошибка не исправляется, она присовокупляется к другим, ждущим исправления, подобно растущей стопке тетрадей на ученическом столе, которые ждут, пока хозяин примется за работу над ошибками. Стопке никуда не деться, покуда ошибки не будут исправлены. Без исправления ошибок человек не может развиваться по-человечески. А развиваться по-звериному человеку ни к чему.

Представьте себе некий сосуд. Например, банку или бутылку с узким горлышком. Вы, конечно, знаете, что, если медленно лить в нее жидкость ровной струей, бутылка наполняется сравнительно медленно, однако, когда жидкость доходит до горлышка, процесс внезапно ускоряется. Не заметишь, как уже потекло через край. Сосуд всегда наполняется внезапно.

Мы - те же сосуды. Все вбираем в себя и вбираем, и нам невдомек, что, **если в плечах появляется напряжение, это сигнал того, что чаша вот-вот переполнится.** В плечах обитает стресс **сверхтребовательности**, выражающий жадность. Этому стрессу подавай все получше, побыстрее да побольше. Побыстрее - можно, получше - можно, но побольше не уместается. **Превращение желаний в сверхтребовательность может произойти незаметно и в одночасье.** У людей, живущих сегодня, сверхтребовательность настолько неослабна, что плечевой пояс не отдыхает даже ночью. Особенно явственно это проявляется ночью, когда, проснувшись, человек ощущает судорожное напряжение в плечевом поясе, тогда как остальные мышцы тела расслаблены. Зачастую это приводит к **утренней головной боли.**

Расположенный на участке пересечения плечевого пояса и позвоночника 7-й шейный позвонок является местонахождением сверхтребовательной целеустремленности. **Сверхтребовательная целеустремленность** - чрезвычайно серьезный стресс. Человек, о котором можно сказать, что *он проникся своим делом до мозга костей*, зарабатывает **дисфункцию и заболевания органов системы кроветворения.** Чем крупнее 7-й шейный позвонок, тем сильнее у человека *врожденная целеустремленность.* Чем больше бугор, выросший над 7-м шейным позвонком, он же **загорбок**, тем сильнее у человека *целеустремленность, приобретенная в течение жизни.* Ее

величине соответствуют недомогания плечевого пояса, рук, шеи и головы. Можно сказать, что у современного человека этот участок если не болит, то находится в постоянном напряжении, причем так, что человеку не приходит в голову, что может быть иначе. Он *примирился* с ситуацией, *сдался*.

Таким образом, если человек не умеет заниматься собой, то в один прекрасный день он оказывается по горло набитым стрессами, ибо все его благие дела и занятия причинили ему стрессы. В такой ситуации говорят: **сыт по горло** и ничего больше не хочется. Даже хорошего не хочется. Думать тоже не хочется. Ибо уже ничто в меня не лезет. Такое состояние именуется **отчаянием**. Все, что накоплено чувствами, хочется теперь разом выплеснуть. Чем человек порывистей, тем резче он это и делает. Результат равноценен поступку. Иному пациенту я говорила шутливо: "*Только что Вы этого хотели, а теперь уже не хотите*". Бывает, что человек злится: "**Я хотел хорошего, я не желал плохого!**" Что такое хорошо, он не знает. Он знает, что хорошо *по его разумению*.

Представьте себе, что Вы - дом, и у этого дома есть проблема, напоминающая сосуд, переполненный до краев, который Вам ни к чему. Вы желаете немедленно от него избавиться. Отчаявшийся человек не понимает, что проблема является наставником, чье учение нужно принять и усвоить. Поэтому из уважения к учителю и его учению он не открывает дверь. Он желает избавиться от нечистот и начинает выплескивать их. Сами можете догадаться, как ему это удастся. Нечистоты брызжут прямо в лицо, и человек злится еще сильнее. Остальные нечистоты начинают сочиться, соответственно степени отчаяния, из дыр, щелей и трещин. Из *глаз* текут слезы, гной, кровь. Из *ушей* текут сера, тканевая жидкость, гной, кровь. Из *носа* выделяется слизь, кровь, гной. Из *рта* - слюна, рвота, мокрота, кровь. Из *кожи* - пот, кровь, гной, тканевая жидкость. Из *мочевого пузыря* - моча, гной, кровь. Из *половых органов* - выделения, гной, кровь. Из *прямой кишки* - фекалии и, возможно, также кровь и гной. Если Вы сыты по горло чем-то одним, то может течь из одного только отверстия, если же сыты всем, то может течь из всех одновременно.

Если Ваше отчаяние похоже на **жгучую** злобу, то в теле разгорается пожар - **болезнь с повышенной температурой**. Существует теория, согласно которой, если человек раз в год болеет с высокой температурой, у него не развивается рак. Это значит, по всей очевидности, что кто раз в год производит основательную генеральную уборку, тот в собственном дерьме не утонет.

Болезнь с повышенной температурой является своего рода подарком, который природа дарит тем, кто этого достоин. Достоинство есть разумная уравновешенность, умение принимать жизнь такой, какая она есть.

Болезни с повышенной температурой помогают очиститься тем, кто не стыдится

**своей примитивности,
низкого уровня материальной жизни,
своего тела,
своей страны,
своего народа и
своего родного языка.**

Чем больше мы всего этого стыдимся, тем реже к нам на помощь приходит болезнь с повышенной температурой. Стыдиться можно одной вещи, нескольких или всего вместе.

Кто стыдится своего плохого, тот подавляет в себе свои стрессы, желая сохранить репутацию хорошего человека. Он уподобляется двери, соответствующей евростандарту, через которую даже воздух не проходит. Не говоря уже о выплескивании нечистот. Буря в Вашем помойном ведре может вызвать ощущение температуры, однако градусник ее не фиксирует. Тяжкая это мука - задыхаться от интеллигентности и утонуть в нечистотах интеллигентности. Мука душевная. Душевная мука может быть столь велика, что по сравнению с ней самая тяжелая болезнь - ничто.

Чем человек желает быть лучше, тем до более плотного, твердого состояния спрессовываются нечистоты. Представьте себе, что в порыве отчаяния Вы бросаете полено в закрытую дверь. Что происходит с дверью, то есть с Вашим телом? В зависимости от размеров полена и силы броска дверь может покрыться сетью небольших, не заметных глазу повреждений, треснуть или расколоться. Если полено не вылетело наружу, то болезнь развивается дальше. Выброшенное полено подобно опухоли, удаленной хирургическим путем, - ее уже нет в теле, но раны тела ее еще не забыли. Возможно, эта болезнь уже никогда не даст о себе знать физически, однако энергетически переносится на другие ткани тела, уплотняя находящуюся в них энергию стресса. Ведь каждый орган имеет свое особое предназначение, и другие органы заменить его не в силах. Правда, один из парных органов, при отсутствии второго, может путем усиления своей деятельности замещать функцию недостающего напарника, но не может заместить скопившуюся негативную энергию.

Если Вы еще представите себе выброс камней разной величины либо всяких там кусков железа, то можете понять, почему случается, что дверь оказывается выбитой вместе с коробкой либо со всей стеной, или же дом разваливается. Порыв отчаяния может привести к крайне неприятным последствиям как в духовном, так и в физическом отношении. Поэтому при малейших признаках отчаяния следует заняться его высвобождением. Человек в состоянии сильного отчаяния уже не может сосредоточиться на своих мыслях, потому что развивает *бешеную активность*, дабы избавиться от *неприятности*.

Вероятно, Вы замечали, что иной человек постоянно протестует, изливает свое недовольство на ближних, и ничего с ним не случается - здоров. Вы правы. Внешне это так. *Постоянное* выплескивание своих помоев на

окружающих не позволяет ему заболеть физически. Зато он болен душевно, и очень серьезно. К тому же к нему приклеен **ярлык плохого человека**, который переживает самого человека. Кто способен сдерживать свои эмоции до последней крайности, может, взорвавшись, сделаться преступником, а жить с запятнанным именем - тяжкий крест. Никто его не понимает и понимать не желает. Да и сам он себя не понимает.

А Вам хотелось бы иметь такое здоровье? Думаю, что нет. Поэтому воспринимайте такого человека как отрицательный пример наставника и благодарите Бога, что он помогает Вам не стать таким же. Если подобный человек заставляет Вас призадуматься, значит, он помогает Вам избежать страданий. Причем величайших страданий, ибо *умышленное постоянное уготовление страданий окружающим является злонамеренной злобой*. Какую она вызывает болезнь, Вам уже известно. Если Вы скажете, что у горлопанов рака не бывает, то посмотрите на их детей. У детей он есть. То, что родители извергают из своих уст, дети держат при себе, чтобы не уподобиться им. Невыносимый стыд за родительское поведение способен вызвать у ребенка рак.

По степени интенсивности различаются два полярных вида отчаяния:

- **ВОИНСТВУЮЩЕЕ ОТЧАЯНИЕ** - подобное взорвавшейся в доме бомбе, когда вылетают окна и двери.
- **СМИРЕННОЕ ОТЧАЯНИЕ** - тихое угасание свечи жизни от погружения в трясину безысходности, разочарований, ожесточения и печали.

Воинствующее отчаяние вызывает заболевания, которые начинаются в резко выраженной форме, смиренное отчаяние - те, которые начинаются как хронические. Страх, что меня не любят, делает из человека бойца, оружием которого является обвинение. Страх, что моя любовь не нужна, и чувство собственной вины по этому поводу превращают человека в побежденного. Чем сильнее развит комплекс неполноценности и чем больше человек этого стыдится, тем старательней он скрывает свои недостатки. В результате развиваются болезни, которые начинаются незаметно, но со временем становятся опасными для жизни.

Многие больные приходят ко мне и говорят: "**Я верю, что во мне эти стрессы есть, но я их не ощущаю**". Причем чем болезнь тяжелее, тем острее проблема нечувствительности. Если люди с физическими заболеваниями как-то еще пытаются разобраться в причине, то пациенты с нарушениями или заболеваниями психики буквально атакуют меня. Главное для них - доказать, что у них нет стресса, который вызвал их болезнь. Вместе с тем чтение моих книг задевает в них какие-то струны. Есть что-то такое, чего они не признают, поскольку не ощущают, что заставляет их интересоваться теорией стрессов.

Что такое чувство и что такое нечувствительность? Где пролегает водораздел между чувствительностью к некоей энергии и нечувствительностью к ней, между **утверждением** и **отрицанием**?

Вообразите некий стресс. Вы знаете, что это - неопределенный туманный сгусток негативной либо позитивной энергии, и, хотя он есть, Вы его не видите. Воздух тоже не виден. Это не значит, что его нет. Если бы не было стрессов, было бы так же худо, как если бы не было воздуха. Воздух, пришедший в быстрое движение, может обратиться в бурю, которая все сметает на своем пути. То же происходит со стрессами, когда они разрастаются до гневного отчаяния. С бурей спорить смысла нет. От нее разумнее держаться как можно дальше. Этому учит инстинкт самосохранения, и человек подчиняется. Однако чем умнее этот человек становится, тем сильнее желает победить бурю. Умное человечество еще не научилось умирять природные бури, зато все успешнее учится умирять бури, бушующие в собственной душе. Подавляя свои стрессы, люди материализуют их в физическую болезнь.

Что происходит со стрессами?

При сжатии воздуха образуется жидкий газ. При сжатии жидкого газа образуется древесина. При выжимании из дерева воды образуется камень, а при сдавливании камня - металл. Металлов в нашем теле предостаточно - хоть начинай шахтную разработку серебра, золота или платины. Онкологи как раз и занимаются этим с утра до вечера.

Если Вас вбить клином в древесную щель либо погрузить в жидкий бетон или металл и дать им затвердеть, а затем подвигать ту же древесину, бетон или металл, почувствуете ли Вы это движение? *Не почувствуете!* Почему! По той же причине, по какой *Вы не ощущаете* движения, когда сидите в вагоне и он начинает отъезжать от перрона одновременно с поездом, стоявшим у соседней платформы. Вы *не ощущаете* движения, потому что движетесь вместе с ним. Так же и физическая болезнь - она движется вместе с телом, пока Вы не принимаетесь протестовать против энергии, из которой состоит Ваша болезнь. Чем протест отчаяннее, то есть чем сильнее Вы желаете избавиться от болезни, тем стремительнее выбрасывается негативная энергия, и это вызывает смятение чувств. Материально это выражается в боли.

Если Вы еще не доросли до этого, то, по крайней мере, не отрицайте наличия у себя стрессов. Если у Вас есть проблемы, есть и стрессы. Чем проблемы серьезнее, тем больше величина стрессов, но Вы их не ощущаете, поскольку подавляете до состояния нечувствительности. Если Вы привыкли к тому, что всегда правы, то знайте: **право - это еще не правда**. Ваше тело говорит правду и в том случае, когда все умные люди утверждают обратное. Умный, считающий себя очень умным, неразумен. Поэтому верьте тому, что

говорит собственное тело.

Есть лишь одно подлинное чувство. Это Любовь.

Все остальные чувства не что иное, как эмоции, стрессы, отклонение от любви. Когда они высвобождаются, то вновь становятся Любовью. К сожалению, большинство из нас подавляет свои стрессы, чтобы никто не заметил. Подавляемые стрессы материализуются в два физических чувства: **в боль и нечувствительность**. Всякая эмоция может превратиться в боль. Борьба против боли любыми средствами приводит к нечувствительности. **Нечувствительность - это самое страшное чувство, которое может испытывать человек.**

Представьте себе, что каждая первичная частица болезни подобна молекуле, атому или мельчайшей элементарной частице, из которой болезнь состоит. Если Вы высвобождаете содержащиеся в ней положительные или отрицательные заряды, она изменяется. Высвобождается стресс за стрессом, одна элементарная частица за другой, атом за атомом, молекула за молекулой. Суммарное количество больных клеток уменьшается, и сами они разрезаются, разжижаются. Плотность металла разрезается до плотности камня. Плотность камня - до плотности дерева. Плотность дерева - до плотности жидкости. Чем менее густой делается жидкость, тем она чище. В некий момент получается прозрачная лимфа. Так благодаря прощению улетучивается болезнь.

Веря в себя и неспешно занимаясь собой, Вы поправляетесь, не замечая ничего особенного. Боли либо обострение болезни возникают в том случае, если *Вы желаете от болезни избавиться, исторгнуть ее из себя*. Отчаяние взрывается, подобно бомбе, и приводит в движение лавину. Пусть это всего лишь лавина грязи, но если Вы окажетесь у нее на пути, будет ой как больно. **Не понимая разницы между высвобождением и избавлением, Вы испытываете разочарование**, поскольку, по Вашему мнению, делали так, как я учила. Если Вы совершили ошибку и признаетесь себе в этом, то сумеете возблагодарить небеса за то, что энергии пришли в движение. Боль является плохой стороной этого хорошего, но она уменьшается, если не относиться к ней отрицательно.

Если Вы желаете отделаться полегче и начинаете оправдывать себя собственным незнанием, глупостью, неумением, беспомощностью, неспособностью, а также внешними факторами, то это не поможет. Вместо этого начинайте заниматься своими стрессами. Потраченное на это время окупится во сто крат в виде Вашего здоровья, счастья, и удачливости.

Потерянное время становится вновь обретенным временем.

Благодаря обретенному времени Вы уже никогда не скажете, что потеряли время попусту из-за болезни.

Существует много стрессов, т. е. чувств, которых человек не ощущает. Одно из самых распространенных утверждений звучит так: "*Я не боюсь того, что меня не любят. Я знаю, что меня не любят*". **Заметьте: человек не боится, потому что знает. Насколько его знание достоверно, в это он не углубляется. Он не чувствует - он знает.** Причем он уверен в том, что прав. Такое знание подобно куску льда, спрессованному из холодного воздуха. **Страх спрессовывается в знание.** Знайте, что Вас нельзя не любить как человека, но совсем другое дело, когда кое-кому не по душе конкретный Ваш поступок. Если, будучи ребенком, Вы не заглушали бы в себе страхи из желания стать смелым, то они не обратились бы в знание. Если кто-то заявляет Вам в лицо, что не любит Вас, то знайте, что Вы сами спровоцировали его на эти слова в свой адрес. Вашему страху, что меня не любят, захотелось убедиться в том, что любят, и Вы получили то, чего боялись: знание, что меня не любят. Зациклились на нем, и дальше этого мысли не пошли.

Всякое знание - это подавляемый страх. Он также именуется смелостью. **Знания делают человека смелее, смелость делает человека умнее.** Смелость и ум - это хорошие вещи, которые улучшают жизнь. *Будь такая логика правильна, люди были бы здоровыми и счастливыми.* Жизнь доказывает, что подобная логика хромает, судя по тому, что болезни становятся все более тяжелыми и сложными.

Испуганный человек желает быть смелым. Он считает, что, чем больше у него всякого добра, тем безопасней живется. Он защищает себя приобретенным умом, богатством и красотой, не понимая того, почему он страшится их лишиться. Защищая свой ум, богатство и красоту, человек добивается того, что они оборачиваются глупостью, нищетой и уродством. Происходит это по-разному. Если человек абсолютно уверен в том, что он красив, умен и богат, то налицо подавляемый до бесчувственности страх, он же смелость, или эгоизм, который причиняет человеку величайшие страдания.

Испуганный человек желает все знать. Ему кажется, что, если знать, кто к нему плохо относится, будет не так страшно. Ближним же он повторяет банальную истину, что дураку живется легко: кто не знает, тот не боится. Человек, находящийся в состоянии постоянной напряженной самообороны, настолько свыкается с ним, что считает его нормальным. Когда приходит болезнь, она воспринимается как ошибка, несправедливость. Такое суждение естественно для человека, пребывающего в состоянии неослабной самообороны из-за плохого к себе отношения. Суждение это - очередное бесполезное знание, а потому оно причиняет вред.

Человек, который высвобождает свое знание, ощущает, в какой степени он сам спровоцировал ближнего на такое к себе отношение. **Ощущение достоверности своего знания приносит успокоение.**

Незнание жизни вынуждает людей узнавать о ней как можно больше. Признавая только свои знания, они считают себя непогрешимыми, но не сознают того, что знание подобно солнечному лучу, исходящему из некоей центральной точки. Это знание можно развивать научно до бесконечности. Именуя это знание хорошим, применяя его на практике, люди неизбежно приходят к выводу, что есть и обратная сторона медали. Так приходят к философскому мышлению.

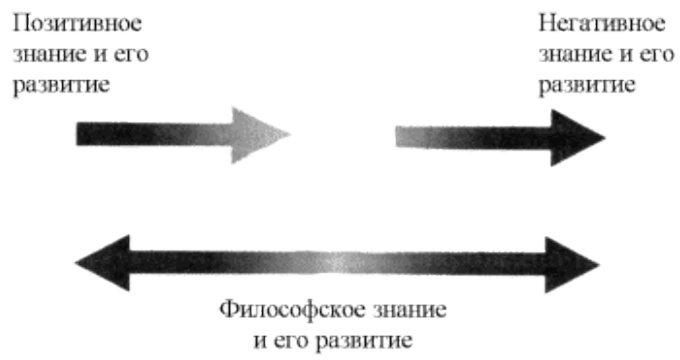
Философское знание подобно бесконечной прямой, состоящей из видимого и невидимого солнечного луча. Говоря о каждом луче в отдельности, умничая с важным видом, мы ходим, словно кот вокруг горячей каши, но суть дела не проясняется. Лишь высвобождая свои знания, мы подходим к такому моменту, когда суть улавливается нашими чувствами. Мы чувствуем, что говорим о вещи, которая является источником излучения, подобно солнцу. Мы можем рассказывать о солнце все, что знаем, можем смотреть на него, но если сосредоточиться и попробовать его прочувствовать, мы ощути́м нечто такое, чего не выразить словами. Отыскивая подоплеку этого чувства, мы сможем обнаружить в солнце нечто новое.

О своем открытии мы можем произносить долгие ученые речи, но если солнце прочувствовать снова и снова, мы всякий раз будем ощущать нечто новое. Отыскивая этому новому соответствию на физическом уровне, мы будем открывать все более мелкие частицы материи, которых раньше как будто и не было. Обнаружили мы их благодаря чувствам.

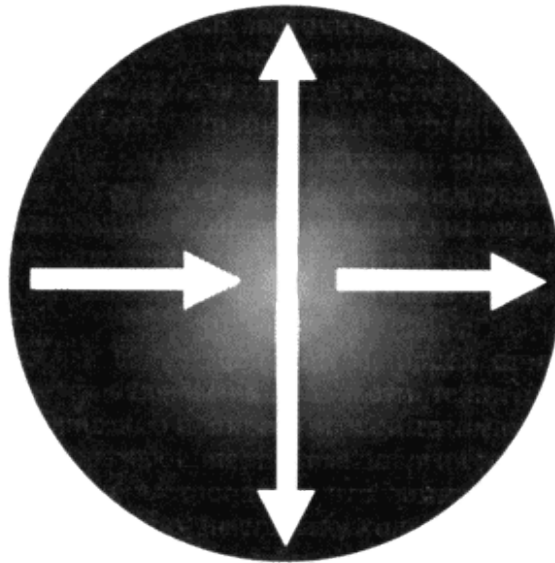
Новые открытия всегда основываются на чувствах, интуиции.

Таким же малоизученным источником излучения является человек, каждый из нас. Мы знаем о себе как будто все, но вот происходит неожиданное событие, и выясняется, что мы не знаем о себе ничего. В своем желании быть смелыми мы цепляемся за свои знания, и они подводят нас, как водится, в самый неподходящий момент. Высвобождая свои знания о себе, мы лучше себя узнаем. Меняются представления, за которые мы цеплялись прежде, и меньше становится страданий.

Материальное понимание жизни является частицей истины



... которая отделена от целого



Жизненная правда



Высвобождение знаний
позволяет познать
единую суть энергий.
Полнейшая свобода
позволяет ощущать каждую энергию
в виде источника излучения,
чье действие безгранично.

Кто предпочитает научное обоснование жизни, тем я постараюсь объяснить то же несколько иначе. Для этого воспользуюсь определениями, приведенными в "Эстонской энциклопедии" и раскрывающими содержание понятий. Чтобы не усложнять дело, воспользуюсь наиболее известными из них. Обратите внимание также на первоначальное значение названий научных понятий, ибо оно не случайно. Каждое слово имеет бесконечно глубокое значение. Названия не берутся учеными с потолка.

Научные понятия

Вещество - форма материи, характеризующаяся отличной от нуля массой состояния покоя и относительной стабильностью. Противоположностью вещества является *поле*. К составляющим вещества относятся в первую

Смысловое значение

Земная жизнь как целое состоит из земной и *духовной* граней, но если ее оценивать материально, происходит противопоставление этих составляющих.

очередь протон, нейтрон и электрон.

Элемент (лат. elementum - стихия, первоначальное вещество). Наиболее известным является учение о четырех природных элементах: огне, воде, воздухе и земле.

Молекула - наименьшая электрически нейтральная частица вещества, существующая самостоятельно в нормальных условиях, которая обладает свойствами этого вещества.

Вещества состоят из элементов, элементы состоят из молекул, молекулы состоят из **атомов**.

Элементарная частица - фундаментальная частица, самая простая частица первозданной силы, или элемента.

Все вещества состоят из молекул. **Молекула** (лат. moles - масса) - наименьшая электрически нейтральная частица вещества, существующая самостоятельно в нормальных условиях, устойчивая динамическая система, образуемая одинаковыми либо различными атомными ядрами и электронами, внутренняя сила взаимовлияния которой превосходит силу влияния на окружающую среду.

Все материальные вещества состоят из элементов, а те, в свою очередь, из молекул. Не будь всех духовных первозданных сил, материя распалась бы. **Смысл жизни** как раз и являет собой первозданную жизненную силу, состоящую из всех находящихся в гармонии элементов.

Человеческий микрокосм - частица жизни, способная к самостоятельной жизни в нормальных условиях, т. е. в условиях мира, и в широком плане идентичная макрокосмосу.

Смысл жизни складывается из принципов, которые, если они созвучны времени, действуют подобно атомным электростанциям, но если закосневают, оборачиваются атомными бомбами как внутри человека, так и вне его. Принципы формируются из **представлений**, которые оценивают ту или иную вещь как **хорошую, плохую** или **нормальную** и в этой оценке подвержены влиянию многих внешних факторов.

Наипростейшая частица жизни, на которой основывается вся жизнь. Является **смыслом жизни, основой жизни**, ее фундаментом.

Как **здоровье**, так и **болезнь** являют собой вещества, состоящие из элементарных частиц, которые объединяются прежде всего в представления, затем в принципы и затем в смысл жизни. Каков у человека смысл жизни, такова и его жизнь. Внутренние противоречия у человека всегда сильнее, чем противоречия с окружающей средой. Кто не видит вглубь, тот считает иначе - соответственно своему пониманию, своим

представлениям.

Устойчивость молекул по классической модели определяется, в первую очередь, связями между атомами, расположенными в определенном порядке. Молекула состоит из атомов.

Молекулярная сила является собой электромагнитную силу, зависящую от строения молекул, удаленности друг от друга и центров и взаимной ориентации молекул. При меньшей удаленности перевешивает сила отталкивания, при большей удаленности - сила притяжения.

Атом (от греч. atomos - *неделимый*) - мельчайшая частица химического элемента. Атомы отличаются друг от друга массой и составом, а также обусловленными этим физическими и химическими свойствами. Атом состоит из *положительно* заряженного ядра, вокруг которого движутся *отрицательно* заряженные электроны, образующие электронные оболочки. У нейтрального атома число электронов равняется числу протонов в ядре. **Атомы могут присоединять или отдавать электроны, становясь отрицательно или положительно заряженными ионами.**

Электрический ток - направленное движение заряженных частиц.

Если принципы у человека разумные, а значит, уравновешенные, то его связи с окружающей жизнью в порядке и с ним самим все в порядке. Как человек он тогда вечен. Можно сказать, что человек состоит из своих представлений, ибо от них зависит его судьба.

Соответственно энергиям, из которых человек состоит, он либо притягивает, либо отталкивает того, с кем в данный момент общается. Усваивая азы общения, люди еще не умеют общаться гармонично, взаимодополняя друг друга, а потому и тянутся друг к другу, когда их разделяет большое расстояние, и друг друга отталкивают, когда находятся рядом. При полном сходстве происходит единение. При усилении разногласий люди расходятся.

Представления людей различаются по материальным и душевным аспектам житейского опыта, которые влияют на черты характера. Чем добрее душа, тем хуже окружение, и оно никогда не дает покоя. Чем человек лучшего о себе мнения, тем больше в нем сидит страхов, притягивающих то, чего он боится. Привходящая негативность - плохое - вынуждает человека целеустремленно двигаться. Чем больше плохого, тем больше ориентир превращается в цель. **При уменьшении или возрастании негативности начинается движение в сторону уравновешивания.**

Упорядоченное движение мыслей есть созидание.

Целеустремленное движение мыслей, т. е. движение, ориентированное исключительно на цель, есть разрушение.

Элементарная, или фундаментальная, **частица** - мельчайшая частица физической материи, имеющая либо не имеющая структуру и участвующая как неделимое целое во всех известных современности физических процессах. Всего открыто более 350 элементарных частиц, и их число постоянно растет. Не исключено, что их огромное множество.

Ядерные и элементарные частицы могут превращаться друг в друга в соответствии с законом сохранения массы и энергии.

Электрофильность (греч. *elektron* - янтарь, оно же внутреннее движение, и *phileo* - люблю) - способность частицы (катиона, молекулы, радикала), обладающей свободным одноэлектронным состоянием, связывать электроны, отчего эта частица начинает двигаться в противоположном направлении.

Простых мыслей бесконечно много. Прокручивая их, мы размышляем о жизни. Не уверена, насчитаю ли я 350 простых мыслей. Размышляя о жизни без оценочных суждений, мы сохраняем жизнь в движении, что обеспечивает сохранность нашей жизни. Стоит нам заикнуться на этих мыслях, как мы начинаем разрушать фундамент собственной жизни.

Стрессы изменяются и меняют свое название, однако совокупная энергия жизни остается прежней. Любое изменение материального уровня, которое выходит за пределы нормы, можно мысленно изменить таким образом, что оно вернется в пределы нормы. Любую болезнь можно излечить с помощью мыслей.

На свете может быть немало плохого, однако все наладить способна любовь - внутреннее уравновешенное движение человека. Любовь притягивает к себе хорошее, что заключено в плохом, и в результате плохое уравновешивается, изменяя свою суть и свои действия.

Душа и дыхание

Душу и дыхание обычно не принято увязывать друг с другом, несмотря на то, что в эстонском языке эти слова имеют общий корень, и это могло бы навести на мысль, что и то и другое являют собой принципиально ту же энергию. Покуда человек дышит, душа его движется. Движение и есть жизнь. До тех пор, пока душа движется внутрь и наружу, в теле поддерживается жизнь. То, что мы вдыхаем, в это же потихоньку и превращаемся. Окружающая атмосфера, как в духовном, так и в земном смысле, незаметно преобразует человека. Начиная познавать свои потребности, мы учимся не оставлять в себе атмосферу, которую вдыхаем, а, наоборот, выдыхать ее. Покуда этого не происходит, человек по привычке цепляется за все, что ему

досталось, до тех пор, пока чаша не переполнится.

Когда переполняется чаша материальности, для души уже не остается места, и она вынуждена уйти, чтобы, освободившись от тела, двигаться дальше. Кто из них страдает? Уже никто не страдает, потому что *тело без души ничего не чувствует*. С момента освобождения находящаяся в сфере духа *бестелесная душа* может делать выводы из пережитого, уже не подгоняемая страхами и нехваткой времени.

Движение души, или дыхание, регулируется диафрагмой.

Душа появляется на свете для того, чтобы возвыситься - развиваться от состояния неуравновешенности до состояния уравновешенности, т. е. чтобы стать духом. Под воздействием страхов возвышение оборачивается унижением. Униженность вызывает воспалительный процесс. От невыносимой униженности развивается гнойное воспаление. Следовательно, *своими страхами мы унижаем себя и причиняем себе воспаление, причину которого принимаемся искать вовне, унижая тем самым материального возбудителя воспаления*. Можно сказать, что униженность является базовой энергией всех болезней.

Человек дышит правильно, если понимает, что такое справедливость и что такое правда. **Уравновешенный** человек видит, что жизнь справедлива, что каждый получает то, чего заслуживает. Так оно было всегда. Он видит умирающего ребенка и понимает, что этот ребенок добровольно явился на свет, чтобы именно таким образом искупить свой кармический долг. Если из всех возможностей эта - наиболее трудная, то помочь ему не в силах никто, кроме его родителей, которые через болезнь ребенка искупают *собственный* кармический долг. Они могли бы помочь, но если они не умеют, если у них нет веры либо нет желания, то долг кармы ими не искупается, а переносится в будущую жизнь. Не искупиться он не может. **Близкие могут помочь облегчить жизнь, но прожить ее за другого не могут.** Так реализуется принцип жизненной справедливости.

Испуганный человек всегда считает,
что именно сейчас времена - хуже некуда,
и что он всегда делает больше, чем получает,
и что жизнь к нему предвзята и несправедлива.

Если Вы считаете себя смелым, но думаете точно так же, то напомню, что **СМЕЛОСТЬ - ЭТО НАИСИЛЬНЕЙШИЙ СТРАХ, КОТОРЫЙ НЕ ОЩУЩАЕТСЯ КАК СТРАХ, ПОТОМУ ЧТО ПОДАВЛЯЕТСЯ.**

Такая смелость и впрямь способна сотворить многое, чтобы *получить хорошее*. Но ее, возможно, наивысшие деяния имеют целью выслужить любовь, что не приносит счастья. Впустую потраченная энергия рождает

чувство несправедливости, которое ведет к борьбе против несправедливости, именуемой борьбой за права человека. Борющемся против несправедливости человеку повсюду видится несправедливость, и он ощущает себя приниженным, если не получает того, чего желает. Поэтому он способен во имя жизни тащить в суд любого, в ком видит притеснителя, то есть в ком видит себя. *Самое большое притеснение - это притеснение самого себя страхами.*

Страх оказаться виноватым является наисильнейшим притеснителем человека.

Диафрагма испуганного человека отражает проблемы дискриминации, предвзятости и несправедливости. Кто боится оказаться дискриминированным, у того диафрагма напряжена и не дает правильно дышать. Людей учат дышать правильно, но пользы от этого мало. По всему миру открыты школы и курсы **освобождающего дыхания**, именуемого *rebirthing*, где обучают высвобождать стрессы путем специальных дыхательных упражнений. Я им занималась и считаю это прекрасным способом выявления и высвобождения скопившихся в подсознании стрессов. Вместе с тем я знаю, что *для этого нужно специальное время и место*, а ведь правильно дышать следовало бы постоянно. Я стала искать альтернативу и теперь знаю, что тот, кто высвобождает сдерживаемую **энергию дискриминации, предвзятости и несправедливости**, начинает дышать все более правильно.

Освобождающее дыхание представляет собой непрерывное дыхание.

Представьте себе большое кольцо, которое проходит вертикально сквозь Ваше тело и частью которого Ваше тело является. Вы дышите через кольцо - *вдыхаете через ступни и выдыхаете через темя*. Выдох движется по кольцу вниз к ступням, и оттуда Вы вдыхаете вновь. *Следите за тем, чтобы конец выдоха сразу же без паузы переходил в начало вдоха.*

Можно дышать и наоборот - вдыхать через темя и выдыхать через ступни. Оба способа правильны и необходимы. Так вместе с дыханием Вы направляете поток энергий. *Важно следить за тем, чтобы вдох плавно переходил в выдох и наоборот и чтобы ритм оставался тем же, что и при обычном дыхании.* Еще лучше дышать медленнее. В школах и на курсах обучают дыханию, имеющему определенную направленность, в разном ритме и с разной глубиной, но *этого нельзя делать без подготовки.*

Можно вдыхать и выдыхать через больное место. Можно вдыхать всем телом и выдыхать также всем телом - направляя выдох из центральной точки лучеобразно во всех направлениях. Такое дыхание может на миг возникнуть само собой, когда человек занимается высвобождением своей гордыни, стыда, безысходности, неспособности принимать решения. В принципе такое дыхание бывает у святых. Чтобы этого достичь, нужно долго работать над собой.

Испуганный человек дышит прерывисто. После каждого вдоха или выдоха возникает короткая пауза - дыхательный спазм, свидетельствующий о том,

что в человеке сидит *страх получить плохое или страх лишиться хорошего*. Так хорошее, которое человек вдыхает, остается внутри и становится пленником, т. е. плохим. Плохое, которое следовало выдохнуть, не выходит наружу, а отлагается в теле в виде вредного шлака. Уже одним таким неправильным дыханием мы нагнетаем в себе болезни. Вдобавок к этому питаемся мы тоже неправильно - не то едим и не то пьем. Да и очищаться умеем лишь внешне, не сознавая того, что это - лишь крохотная часть процесса очищения. А все потому, что мы живем со страхами.

Мы нередко говорим применительно к исчезнувшему человеку или предмету, что он испарился или что его будто ветром **сдуло**. Например, хворь как ветром сдуло. Была и нет ее - прошла за ночь. Если проблема, томившая душу, к вечеру прояснилась и разрешилась, то наутро от легкого недомогания не остается и следа, словно его ветром сдуло или, выражаясь иначе, словно больной выдохнул его из себя. И действительно - выдохнул. Если это произошло подсознательно, то недомогания, возможно, и не заметили и тут же про него забыли.

Поскольку человек - существо мыслящее, и ему необходимо до всего дойти своим умом, то при рецидиве той же болезни ее уже так просто не выдохнешь. Целесообразнее всего выдыхать болезнь органов дыхания путем сознательной регуляции самого дыхания. Когда человек принимается докапываться до причин заболевания своих дыхательных органов, из диафрагмы начинает автоматически высвобождаться энергия несправедливости. И если он задается вопросом, чему же хочет научить его болезнь, то болезнь перестает быть несправедливостью. Почему? Потому что болезнь впитала в себя мысль человека и превратилась в наставника.

Диафрагма координирует дыхание. Без ее участия воздух не поступает в легкие и не выводится из легких наружу. Иными словами, без нее свобода, т. е. свободное движение души внутрь и наружу, превращается в смерть. А деятельность диафрагмы напрямую зависит от представлений человека.

Поскольку о диафрагме, она же грудобрюшная преграда, обычно не говорится, расскажу вкратце о ее строении. Она представляет собой орган из мышечной ткани. Мышцы крепятся к стенке грудной клетки на уровне нижних ребер и первых поясничных позвонков. Мышцы простираются к центру и переходят в сухожильную, или соединительную, ткань, в которой расположены отверстия для пищевода, всех кровеносных сосудов, нервных волокон и лимфатических сосудов, соединяющих верхнюю и нижнюю части тела. Диафрагма имеет выпуклую куполообразную форму. Сверху она выстлана легочной плеврой и околосердечной сумкой, а снизу - брюшиной. Известно, что основной функцией диафрагмы является дыхательная, однако если у человека поражаются органы дыхания, то патология диафрагмы обычно остается без внимания. Поскольку зачастую патология эта лишь энергетическая, то становится понятным, почему ее не выявляют медицинским способом.

Чем больше человек *заставляет* себя возвыситься, т. е. стать лучше, тем сильнее он тянет диафрагму кверху. Может и порвать. Чем сильнее человек заставлял себя унижаться перед ближним, чтобы тому понравиться, чтобы выслужить его любовь и зажить лучше, тем сильнее он продавливал диафрагму книзу. Силой вывернуть купол наизнанку, т. е. перевернуть жизнь,

не удавалось еще никому. Кто очень этого хочет, тот умирает.

Купол обладает энергией вознесения. Он является такой же полусферой, что и небесный свод над нами. Вероятно, Вы ощущали благословенное чувство, когда стояли в церкви под куполом. К сожалению, в большинстве церквей под куполом располагается алтарь, и простые смертные не имеют права там находиться. Зато Бог не запрещает никому из нас стоять под его куполом, т. е. под небесным сводом, и принимать от него благословение.

Купол есть святость, он же духовный свет, а его противоположностью является стыд, он же мрак, чернота.

Деформированный купол обладает энергией **подавленной приниженности**. Все земные купола могут приобретать неправильные пропорции, деформироваться, обваливаться, поэтому на них нельзя полагаться. На небесный же купол можете полагаться всегда. В момент вознесения легкие у человека утрачивают напряжение и становятся настолько вместительными, что большего и не надо. Чувство святости возвышает.

Освободите из плена страха свою вознесенность, святость, и Вы ощутите, что значит "Я живу".

Диафрагма символизирует состояние отношений между свободой (легкими), любовью (сердцем) и властью (печенью). Государство - это орган власти, против которого вечно протестуют, ибо протест против принуждения рождается подсознательно, автоматически. Протест порождается страхом. *Сами боимся, сами протестуем и сами являемся государством.* Поэтому все эти процессы и происходят в теле у каждого из нас. Чем сильнее человек страшится рабства, тем сильнее на него давит государство, и тем сильнее снизу вверх давит печень. Покуда не перехватывает дыхание. Государство с его благими намерениями вынуждено преследовать человека до тех пор, пока он не поймет, что государство необходимо, ибо люди еще не научились жить иначе. Поскольку Вы боитесь людей, которые Вас притесняют, то как только эти люди усваивают смысл государства, Ваши страхи множатся.

Это означает следующее: *чем больше число людей, которых Вы боитесь, которым не доверяете, которые, как Вам кажется, не желают Вам добра либо желают зла, которые стремятся высмеять Ваши знания и умения, тем больше Вас беспокоит печень.* Эти люди являют собой частицу государства, в котором Вы живете. Если Вы *стараетесь не поддаваться*, диафрагму охватывает спазм, тогда как печень продолжает давить снизу, потому что своим судорожным страхом Вы притягиваете к себе нападающих. Чем отважнее пытаетесь оказать сопротивление, тем сильнее печень увеличивается или уплотняется, поскольку к своим притеснителям Вы наверняка относитесь с ненавистью. А что своих чувств не высказываете, речь сейчас не об этом. Печень - она тоже

глазу не видна.

Многие называют своих недругов - чтобы не сказать врагов - одним общим словом: материалисты. Что непременно включает в себя также и понятие денег. Сколь бы Вы ни были доброжелательны к окружающим, но если они мешают Вам заниматься своим делом - выполнять, как говорится, свою миссию - то Вам становится трудно дышать. Чтобы сделать вдох, Вам приходится как бы надавить на печень сверху, чтобы она вернулась на свое место. Само по себе давление не есть энергия принижения. Это то же самое, как если бы своей одухотворенностью Вы унизили материалистов, и они вынуждены были бы оказывать на Вас давление, чтобы Вы растолковали им духовные премудрости, ибо они тоже испытывают потребность возвыситься. Это то же самое, как если бы власть тоже потребовала для себя свободы. Поскольку иначе она не умеет, то и считает, что свобода - это когда печень поднимается до уровня легкого.

Эти энергии можно высвобождать по-разному. *Можете высвобождать свободу и власть, а также печень, сердце и легкие - высвобождать как энергии.* Если свобода хочет быть превыше всего, это действительно страшно. Если свобода, она же любовь, превращается в злобу, то может грянуть гром среди ясного неба и разверзнуться земля.

Подлинная свобода подобна небу, окружающему землю, и ее нельзя притеснять.

Кажущаяся свобода подобна земле, которая вознамерилась стать небом. Если это не удастся, значит, налицо притеснение. Кто этому мешает, тот и есть притеснитель. Желание обрести свободу словно взрывает тело человека изнутри и расшвыривает фрагменты по небу. Человека словно и нет вовсе. А есть разгневанное существо, которое уже и не человек, а животное. У разгневанного человека желчь выплескивается в кровь и разносится по всему телу. Кто занимается исправлением своего умонастроения, тот не провоцирует других и того другие не провоцируют на взрыв. Он перестает быть притесняемым.

Когда нет притеснения, не возникает отчаяния. Эти два стресса подобны двум драчунам, которые через диафрагму вслепую обмениваются тумаками по принципу "кто кого". Оба не терпят ни пристрастного отношения, ни несправедливости. **Притеснение** держит железной хваткой IV чакру и заставляет человека бороться за свои права, как за воздух. При этом человек не догадывается, что если кто его и притесняет, так это он сам. Борьба против притеснения всегда ведет к отчаянию, железной хваткой подчиняющему себе III чакру. **Отчаяние** приостанавливает жизнедеятельность, чтобы человек поразмышлял над своей жизнью. Когда человек не может уже ничего делать, то думать он все-таки может.

Притеснение видит в противнике несправедливость.

Отчаяние видит в противнике пристрастное отношение.

Находящаяся между ними диафрагма служит той стеной, той мишенью, в которую выстреливаются оценочные суждения. *Над диафрагмой нагнетается несправедливость, а под ней - пристрастность.* Различие между ними ощущается тонко чувствующими людьми при добавлении других стрессов. Для людей менее чувствительных все это - одна большая мешанина. *Зная о существовании этих стрессов и высвобождая их, Вы все же сможете ощутить различие между ними.*

В наше время "притеснение" стало модным словечком, все вокруг борются против притеснения и притеснителей, не понимая того, что борются в первую очередь против самих себя. Если человек чувствует, что его притесняют, то его притесняют даже тогда, когда никто его не притесняет. Определяющим является чувство. ***Кто испытывает чувство притеснения, тому притеснитель мерещится и там, где его нет.*** Так, ребенку кажется, что его притесняют родители. Ученику - что его притесняют учителя. Работнику - что притесняет начальство. Борьба против притеснителей ведется как духовно, так и физически. Притеснители впадают в отчаяние и чувствуют, что их притесняют. Правы обе стороны, но истина состоит в том, что страх оказаться притеснителем и страх оказаться притесняемым обитает в душе у каждого человека, из-за чего люди оказываются все менее способными управлять собой.

Итак, диафрагма принимает активное участие в процессе дыхания, и если вдруг возникает страх перед пристрастным отношением и несправедливостью, то **от страха перехватывает дыхание.** Пусть даже человек в этот миг и не размышляет о проблеме пристрастности либо несправедливости. Решено - сделано. Неважно, когда именно решено. *Невысвобожденная энергия всегда обнаруживает себя в самое неподходящее время - в этом можете быть уверены.*

Если Вы испытываете *желание спокойно и мирно выстоять*, то скоро Вас посетит **печальное чувство, что людей постоянно дискриминируют**, что богатого считают лучше бедного, умного - лучше глупого, старого - лучше молодого, красивого - лучше некрасивого, белую расу - лучше черной, Вашего брата - лучше Вас, Вас - лучше Вашей сестры, мать - лучше отца или наоборот и т. п. Печаль из-за подобной несправедливости ведет к вздутию диафрагмы, которое может быть чрезвычайно сильным. Столь сильным, что может быть видным невооруженным глазом, однако это часто списывают на излишки веса. Лишь у очень худых людей можно заподозрить на уровне нижних ребер **кольцеобразное вздутие.** Мои слова об отеке, или вздутии, диафрагмы большинство медиков, очевидно, сочтет смехотворным.

Диафрагма делит тело пополам. Кто делит жизнь в ее цельности на прошлое и будущее, земное и духовное, у того постоянные проблемы с диафрагмой. Кто *говорит* о прошлом и будущем по отдельности, тот не умеет жить в настоящем и у того в большей или меньшей степени поражается диафрагма. Диафрагма здорова у тех, кто просто живет, обходясь без пустозвонства.

Поскольку все проблемы проистекают из страха, то и диафрагма может пребывать в напряжении вследствие страха. Внезапно возникшее напряжение может ощущаться как спазм, который не дает дышать. В такой ситуации человек принимается двигать вверх-вниз плечами, раздувая легкие, как меха у гармошки. Если же человек не додумывается до этого приема, то может задохнуться. *Постоянное напряжение диафрагмы, вызываемое страхом, свойственно людям, которые постоянно теряют в весе.* Они боятся дискриминации, предвзятости и несправедливости, однако не будут отстаивать перед обидчиком свое место либо чужое моральное право ни криком, ни кулаками, ни оружием.

Спазматические сокращения диафрагмы - икота - обычно считаются безобидным явлением. Если икота случается часто и длится часами, человек по ее завершении ощущает себя совершенно разбитым и понимает, что дело далеко не шуточное. **Икота** выражает страх по поводу утраты смысла жизни, а это - дело серьезное. Да и сама жизнь - дело серьезное, однако относиться к ней со смертельной серьезностью тоже не следует. Вот и икающего человека стараются рассмешить. Ему говорят: *"Припомни, когда ты в последний раз видел лошадь сиреневой масти и в какую сторону был повернут ее зад?"* И человек задумывается.

Да так задумывается, что забывает про икоту. Может, припомнил-таки лошадь, может, нет, но икота прошла. Что это означает? А то, что, **если человек находится в состоянии душевного кризиса, ему следует дать некое конкретное, связанное с мыслительными операциями задание, невыполнение которого само по себе не заключает в себе ничего трагического.** При икоте также говорят: кто-то обо мне вспоминает. Если человек преисполнен радостной надеждой, то от одной лишь попытки определить, кто же о нем думает, икота прекращается.

Икающего младенца, в том числе грудного возраста, конечно же, такие мысли не посещают. Детская душа распознает приближение очередной родительской ссоры. Когда родители начинают себя накручивать, ребенок принимается икать, чтобы родителей вразумить. Матери очень сильно раздражаются из-за детской икоты, но если в своем раздражении мать перестает думать об отце, то икота прекращается. А стоит прежней мысли вернуться, как ребенок снова начинает икать и может икать целый день.

Положение становится чрезвычайно серьезным, когда тяжело больной человек икает целыми днями и никакая шутка, никакое развлечение не приносит облегчения. Если человек приговорил себя к смерти, оптимистическими речами его не расшевелить. Оптимизм навеивает на него печаль, а печаль превращается в злобу на собственный недуг, которая не позволяет радоваться вместе с другими. Печаль ведет к отеку печени, а злоба вызывает в печени внутренний огонь, что в совокупности усиливает раздражение диафрагмы. В такой ситуации нужно глядеть правде в глаза и откровенно говорить о жизни, о том, что в прошлом было хорошего, а что - плохого.

Если у человека в одной половине тела перекрываются **расположенные вертикально энергетические каналы**, то это еще не беда, так как каналы второй половины помогают жить дальше. Если же перекрывается перекрестный канал, это конец. Перекрестный канал - это не что иное, как

канал диафрагмы. Обычно об этом не говорят. В восточных учениях, распространившихся и у нас, речь в основном идет о вертикальных каналах, ибо так лечат физическое тело и на Востоке. О лечении мыслями как наивысшей ступени излечения, характерной для восточной философии, мне говорили многие из тех, кто интересуется духовным развитием и кому в руки попадает соответствующая литература.

Если человек болен, поражается и диафрагма. Но **если заболевает только верхняя либо только нижняя часть тела**, то энергия диафрагмы непременно блокируется в большей или меньшей степени. Например, при отечности нижней части тела, непропорциональном увеличении либо иных симптомах опухания скопившаяся в нижней части тела энергия не может двигаться по всему телу. Это значит, что земная энергия не в состоянии подняться вверх, поскольку человек является пленником материального уровня. Такой человек **борется с несправедливостью, восставая против нее стеной**. Свою материальность он считает явлением отрицательным и хотел бы от нее избавиться, но земля его не отпускает.

Материальности известно, что если человека отпустить, он, недолго думая, бросится туда, где, как считает, ему будет хорошо, а значит - на небеса. Но ведь это смерть.

Пока время еще не подошло, высвобождайте потихоньку материальность, и нижняя часть тела исцелится. Итак, **желание убежать от материальности, которая затрудняет жизнь, но при этом так, чтобы материальные блага приумножились, концентрируется в нижней части тела в виде болезни**.

Человек с материальными взглядами, не готовый еще к духовности и потому к ней не торопящийся, живет себе на свете здоровый и радостный и не ведает горя. Если он доволен своей жизнью, то для жизни и здоровья ему хватает земной жизни. Ведь в подсознании им руководит все-таки дух, и человек делает что надо, чтобы жизнь наладилась.

Явления отечности, в том числе ожирение, либо скопление **болезней, поражающих только верхнюю часть тела**, означают, что человек испытывает **страх перед несправедливостью**, который культивирует в себе. Его молчаливый протест против несправедливости превращает верхнюю поверхность диафрагмы в труднопроницаемую энергетическую стену, и в верхней части тела скапливается тем больше жидкости, чем сильнее печальное нежелание человека опуститься столь низко. Верхняя часть тела неуклонно увеличивается в объеме всякий раз, когда человек при виде непристойности, низости, пошлости и безобразия дает себе клятву, что **уж он-то никогда не падет столь низко, поскольку запретил себе подобное**.

С детьми, которые в один прекрасный день начинают думать своей головой и оценивать окружающее, происходят буквально зримые физические изменения. Эти дети борются с желанием убежать из дома, где процветают хамство и невежество, и с желанием никогда не опускаться до уровня своих родителей. В результате развиваются всевозможные болезни в грудной области. Итак, никогда не обещайте, что уж Вы-то столь низко не падете. Если пообещаете, то падете, поскольку к этому вынудит Вас стресс. Лучше высвободите свой страх перед несправедливостью, а также самоуверенность, которая обещает Вам, что низко Вы не падете. Знайте, что самоуверенность

есть стресс, который сыплется обещаниями, но, увы, невыполнимыми.

Особенно велик этот стресс у тех, кто считает себя человеком духовным. Бремя несправедливости, которое мы приносим с собой из предыдущих жизней и из-за которого в жизни нынешней видим больше несправедливости, чем следует, является проблемой житейского уровня.

Когда мы, *спасаясь от материальности бегством в духовность*, начинаем считать себя духовными, то к материалистам относимся как к чему-то особенно низменному, но не видим того, что сами продолжаем обеими ногами стоять на земле. Не парим в небесах ангелочками.

Страх скатиться вновь до чисто материального уровня заставляет человека поклясться, что он никогда не падет столь низко. Так человек, считающий себя духовным, укрепляется в чувстве превосходства над материалистами, и жизнь непременно поставит его на место - руками материалистов.

Немало таких, кого называют **завистниками**. Человек во всех отношениях положительный, т. е. желающий быть лучше других, говорящий о своих неудачах и бедах и постоянно сравнивающий их с чужим везеньем, может источать нескрываемую зависть. Если он воспринимает неравенство как несправедливость, на него поочередно валятся беды, одна хуже другой, поскольку человек упорствует в своем мнении и жизнь его не клеится. Чем более откровенны и злобны его сетования, тем опаснее развивающаяся у него **открытая форма туберкулеза легких**, что на сегодняшний день во всем мире встречается все чаще и чаще, несмотря на наличие хороших лекарств. Кто же боится либо стыдится кричать в полный голос о своих бедах, у того развивается **закрытая форма туберкулеза легких**.

- Беда и стыд - близнецы.
- Беда приключается с тем, кому стыдно, что он не свободен.
- В беду попадает тот, кто не умеет жить.
- Кто стыдится признать свое неумение, того и настигает беда.
- Кто в своей беде винит себя либо других, тот, вдобавок к собственной беде, зарабатывает еще и болезнь.
- В зависимости от особенностей обвинений как формы борьбы против несправедливости развиваются также болезни легких.
- Зависть к ближним из-за их свободы вызывает туберкулез легких.

Сжавшаяся диафрагма препятствует как дыханию, так и приему пищи.

Необъяснимое отсутствие аппетита говорит о том, что у человека отсутствует вкус к *такой* жизни. Он хотел бы другую жизнь, да неоткуда взять. Он не желает хорошей жизни, так как считает себя не достойным хорошего, однако не желает и плохой. Страшится он не столько материальных трудностей, сколько моральных проблем. Кто думает подобным образом, у того родители

наверняка наносили друг другу обиды. Ребенок может и не знать про это - в его *сознании* это не зафиксировано, так как родители скрывали от него нехорошие вещи. Ребенок знает про это *подсознательно* и как будто безо всякой причины боится, что и в его собственной семье может произойти такое. Как правило, имеется в виду проблема измены.

Кто не пойман с поличным, того прямо не обвинишь. Но страх остается и постоянно делает свое дело, особенно если супруг(а) чем-то выделяется и обращает на себя внимание вне дома. Верность нельзя связывать только с сексуальной жизнью. **Верность - это прежде всего единство взглядов.** Люди развиваются вместе и вместе меняют взгляды. Когда отсутствует духовное согласие, взгляды расходятся. *Духовное расхождение ведет к расхождению душевному, а это, в свою очередь, к материальному расставанию.*

Человек с постоянно напряженной диафрагмой, живущий во имя хорошего, боится вдыхать полной грудью, потому что боится выдохнуть. Иначе говоря, он **боится жить радостно, т. е. жить полной грудью**, поскольку страшится выплеска печали, таящейся в тени радости. Выражаясь еще проще, это **страх жить**. Страх жить вынуждает человека все себе запрещать, а другим позволять. С годами стресс усиливается и оборачивается чудаковатой **невзыскательностью, раздражающей окружающих**. Например, человек ест некачественную пищу, приберегая все, что получше, для других. При этом ближние вовсе не желают, чтобы он отрицал свои желания и потребности. Если он и позволяет себе когда-нибудь маленькую радость, это заканчивается самобичеванием.

Такой человек, живя бок о бок с домашними, может сделаться неприметным, как тень. В повседневных хлопотах его странности как бы не замечаются, но в выходные дни он путается у домочадцев под ногами, вызывая раздражение. Он являет собой живой укор ближним, из которых ключом бьет радость жизни, задор и энергия. Его так и подмывает хорошенько встряхнуть - а иной раз так и делают, но от этого становится еще хуже. Такой человек начинает позорить членов семьи.

Если Вы знакомы с подобным человеком и он *раздражает Вас своей скарденностью*, то знайте, что в нем Вы видите собственную скрытую сторону. Он усиливает в Вас чувство вины за Вашу расточительность. Стоит его увидеть, как и у Вас тоже перехватывает дыхание, и Вы начинаете суетиться. Это значит, что Вы желаете дышать полной грудью и как будто так и живете, но тут чужая воздержанность наступает Вам на мозоль и напоминает, что Вы живете сверх своих способностей, даже если это не так.

В своем стремлении к высшему Вы словно подчеркиваете низменность ближнего, а потому предвзяты и несправедливы к тем, кто вынужден жить в бедности. Высвободите свой **страх жить**. Отпустите также **страх перед моральной предвзятостью и несправедливостью**. В противном случае Вы озлобитесь на несправедливость, а значит, на самого себя.

Страх жить полноценной жизнью заставляет довольствоваться малым, лишь самым необходимым. Для такого человека изобилие является нежеланным в молодые годы и неприемлемым в зрелом возрасте. Если поначалу человек принимает то, что предлагают другие, то позже уже отказывается, ибо страх незаметно перерастает в протест. Со временем в нем развивается полное неприятие роскоши и ненависть к ее почитателям. Приобретение какой бы то ни было вещи воспринимается им как излишняя роскошь, даже если эта вещь

облегчает, ускоряет и повышает качество труда.

Если кто-то из близких, например, любимая жена, покупает себе обновку - ради Бога. Если же новое дарится ему самому, то подарок может годами лежать на верхней полке, дожидаясь своего часа. Техническая новинка успеваешь устареть прежде, чем ею начинают пользоваться. Страх жить полноценной жизнью преследует человека, словно наваждение, заставляя его *гордиться* своей воздержанностью, чинить старые вещи и демонстрировать их отличные рабочие качества. В тени подобной непритязательности частенько развивается жадность к деньгам, скупердяйство, зависть, о которых близкие не догадываются. Да и семья не всегда знает, сколько в доме денег. И только *ощущение растяжения и скрученности* в средней части тела дает знать о наличии проблемы.

Когда **в мужчине сидит страх жить полноценной жизнью**, его жене приходится постоянно ощущать свою вину за расточительность. Настоящая мотовка недолго уживается со сквалыгой, тогда как душа экономной женщины должна быть готова к ежедневным травмам. Даже если она крошки лишней не потратит, а будет экономить на собственном желудке, пока не усохнет, то и тогда ее найдут чем попрекнуть. Кто боится жить полноценной жизнью, тот покупку буханки хлеба воспринимает как расточительство. Страх оказаться мотом разрушает аппетит. Кусок в горло не лезет, хоть и не ел несколько дней. Подобный кризис возникает тогда, когда человека охватывает *жалость к себе из-за неспособности жить полноценной жизнью*. В итоге развивается **анорексия** - страх перед едой, что по сути является страхом перед *подобной* жизнью. Предвосхищая тему, добавлю, что анорексия выражает проблемы жизни и смерти, обитающие в надпочечниках. **Кто боится матери, тот боится жизни, непомерно же великий страх перед матерью и жизнью вызывает анорексию**. Обратной стороной данного страха является злоба на мать. Если это мстительная злоба, человек умирает от анорексии. Главное - своей смертью отомстить матери. Но в этом он ни за что не признается.

Человек, боящийся жить полноценной жизнью, подавляет своим страхом близких, и у тех возникает протест против этого страха. Так, у прижимистого родителя ребенок может вырасти таким мотом, что в одночасье пускает на ветер родительское состояние, копившееся всю жизнь. В нем сидит **подавленный до нечувствительности страх**, он же **кажущаяся смелость жить полноценно**, отсюда и **желание взять от жизни все, что можно**. Зла причинять он не хочет, но протест вынуждает его к этому - поворачивает дела так, что все летит на ветер. Он ест, пьет, сорит деньгами и пирует, словно в него бес вселился. Возможно, с Вами бывало такое: в присутствии голодного на вид, но не желающего есть человека у Вас вдруг вспыхивал волчий аппетит. Вы едва не лопаетесь от еды, а он, сидя напротив, хлебает простую воду или клюет крохи.

Представьте, до какой толщины Вы можете раздаться от обжорства, если испытываемый супругом страх жить полноценной жизнью раздражает Вас всякий раз, когда Вы садитесь за обеденный стол. Возможно, Вам случалось напиваться до чертиков лишь потому, что некий ханжа жужжал над ухом, дескать, за всю жизнь он ни капли в рот не брал. Либо же Вас охватывал

покупательский азарт, когда на Ваших глазах человек скромного вида, но отнюдь не бедняк, начинал пересчитывать медяки. Потом ненужная покупка обычно кому-нибудь передаривается. Так выразился Ваш **протест против неполноценной жизни**, хотя можно вести жизнь полноценную. Из-за этого стресса Вы запрещаете себе жить неполноценной жизнью и от запрета толстеете.

Жизнь состоит из прошлого, настоящего и будущего. **Страх перед будущим и страх за прошлое** блокируют, соответственно, будущее и прошлое. *Кто страшится будущего, тот живет в прошлом.* Любое доброе и полезное новшество воспринимается им как тяжкая повинность, против которой он и протестует подсознательно либо сознательно, тихо либо громко. *Все новое его раздражает.* Ему кажется, что всякая новая вещь заведомо плохая и никуда не годная. Если в десятитысячной партии товара одна-единственная вещь оказывается с дефектом, именно ему она и достается. Даже если вещь и без дефекта, в его руках она все равно не работает. Он покупает другую, и повторяется то же самое.

Иному человеку приходится беспрестанно что-то чинить, относить в гарантийную мастерскую, разбирать на части, чтобы подивиться, что все в порядке, а вещь не работает. Зато после сборки она вдруг начинает функционировать, хотя ничего не исправлялось. И до каких же пор жизнь будет насмехаться над человеком? Покуда он живет в страхе. Покуда не научится жить полноценной жизнью. Врачи могут прописать такому больному всевозможные укрепляющие средства от прогрессирующего похудения, но это не помогает - определяющим является стресс. Больной мается от неприятного давящего ощущения под ложечкой и приступов тошноты, не доходящих, впрочем, до рвоты, и тут не поможет никакое средство, так как от страха не существует лекарства. Чем сильнее в человеке **желание-вызов доказать всем, что сам он обходится ничтожно малым**, которым он выражает протест против мотовства, тем больше он начинает походить на бродячий скелет.

Могу сказать, что страх жить полноценной жизнью порой становится навязчивой идеей, и в этом случае членам семьи приходится страдать больше самого страдальца. Если у Вас в семье есть такой несчастный, постарайтесь потихоньку, осторожно разъяснить ему проблему. Если Вы ошибетесь в выборе тактики и заговорите о стрессе в обличительном духе, то за последствия вините самого себя. Поэтому прежде чем сказать что-то кому-то, освободите свой **страх перед полноценной жизнью**, а также **протест против неполноценной жизни**. *Научитесь быть тактичным.*

Прямо противоположным образом действует **страх за прошлое**. *Он возникает тогда, когда человек стыдится прошлого.* Он вынуждает относиться отрицательно ко всему, что имеет отношение к былому, и желать исключительно нового. Страх заставляет жить ради нового и во имя нового. Против обновленного старого он ничего не имеет. В ходе работы по обновлению вполне могут между собой ладить те, кто боится будущего, и те, кто боится прошлого, тогда как в остальных ситуациях они постоянно находятся на грани ссоры. Если эти двое - супружеская пара, то их жизнь не разлагивается только *благодаря хитрости того из них, кто зациклен на будущем.*

Все, что им приобретено для дома, мало-помалу стареет и перестает быть проблемой для партнера. Как он исхитряется приобрести новое - это статья

особая. Если это женщина, то уж женщины-то умеют вытянуть из мужа деньги, но если к новому стремится мужчина, то стой он хоть на голове, денег от жены не допросится. Потому многие и не доверяют распоряжаться деньгами своей половине - чтобы не портить себе нервы.

Между подобными супругами постоянно идет скрытая или открытая борьба. Чем больше стаж совместной жизни, тем чаще и откровеннее супруги подтрунивают друг над другом уже накануне конкретного события. Один со смехом заявляет, что второй все равно ничего путного не купит, а тот - что первый никогда не сообразит приобрести для дома что-нибудь новое и необходимое. На самом деле это - смех сквозь слезы, за которыми скрывается сдерживаемый гнев, и гнев этот рано или поздно выплескивается наружу. Как скрытая, так и открытая война усиливают убежденность в собственной правоте. Оба чувствуют - неправой является противная сторона. Постоянный смех сквозь слезы - самый опасный вид смеха из всех существующих, ибо ведет к раку, чтобы человек осознал, что печаль следует высвободить, а не превращать в смех.

Неизбежное развитие в направлении будущего изматывает супруга, живущего будущим, так как ему постоянно приходится прорубать стену страха, возведенную своей второй половиной. В то же время супруг, цепляющийся за прошлое, ощущает, что его незаслуженно обижают. **Женская зацикленность на прошлом** тормозит жизнь значительно в большей степени. Если муж пользуется на службе репутацией очень ценного новатора, а дома все наоборот, то он спасается от семьи на работе. Если же и это не помогает, он уходит из дома насовсем. По мнению женщины, мужчина, бросающий больную жену, ведет себя крайне несправедливо.

Если мужчина зациклен на будущем, в его доме полно хозяйственной техники, причем, быть может, в такой степени, что для жены не остается места, и она уходит сама. Увлеченность техникой она еще может вынести, так как самой ей не под силу в ней разобраться. Но если женщине приходится конкурировать с электрическими и электронными аппаратами, то она сдается. Ни один человек не вынесет чувства, что им пользуются в последнюю очередь, когда более важные вещи уже переделаны. Кому приходится соперничать с вещами, тот начинает вещи ненавидеть. Так, женщины испытывают ненависть к мужниной работе, к компьютерам - мужской забаве, а мужчины - к женским тряпкам, побрякушкам и вечному обновлению мебели. Следствием этого является болезнь, соответствующая виду ненависти.

В университете нас учили диагностировать **грыжу диафрагмы**. Подозрение на нее возникает, когда у человека одновременно с приемом пищи возникают трудности с дыханием. Кто *желает единым рывком перенестись из прошлого в будущее либо так и делает*, у того происходит разрыв диафрагмы. Его следствием является грыжа. Поскольку большинство людей бросается в будущее, принуждая себя к работе, то чаще всего грыжа диафрагмы располагается в левой половине тела, и желудок давит на грыжевый мешок. Сердце и легкие на грыжевый мешок не давят. Это означает, что подлинная свобода и любовь не стремятся возвыситься, - это было бы собственным принижением. А вот желудок, кишечник и печень давят. Причина Вам уже понятна.

Отчаянное желание ради своих целей пробиться в общество, где человека явно не ждут и где его появление встречается присутствующими с затаенным на миг дыханием, вызывает **грыжу отверстия пищевода**, когда человек обозляется, однако от своего не отступает. В диафрагме для пищевода имеется достаточно широкое отверстие. Что же получается, когда в это отверстие снизу втискивается желудок, сокращаясь в размерах и причиняя боль? Чем сильнее человек рвется плыть против течения, тем больших размеров грыжа отверстия пищевода, именуемая по-латыни *hernia hiatus oesophagi*. Многолетняя грыжа отверстия пищевода постоянно травмирует его ткани и может настолько их истончить, что образует разрыв. Жизнь может спасти неотвратимая операция, но если ткани очень истончены, возникают осложнения.

Грыжа диафрагмы - болезнь коварная и серьезная. Она может привести к ночным приступам удушья (от нехватки воздуха), которые, возможно, в течение многих лет интерпретировались как нарушения сердечного ритма, вызываемые спадом напряжения в ночное время. Лекарствами подобные нарушения не снять, ибо причины в ином. Причина заключается в давлении грыжевого мешка на сердце, усиливающимся, когда человек спит. Важную роль играет поза спящего. Боль особенно велика, когда человек перед сном переедает.

Если в Вас зреет *протест против того, что прошлое ценится выше, чем будущее*, либо против того, что *прошлое охаивается*, тогда как будущее восхваляется, в этом случае Ваша бессильная печаль оборачивается бессильным гневом, ибо Вы не в силах никому ничего доказать. Во всем теле на уровне верхней границы пояса Вас терзает постоянная боль, потому что Вы терзаетесь желанием что-то кому-то объяснить. Например, во имя великой цели Вы настолько перенапряглись, что тяжело заболели и вынуждены распрощаться со своей прекрасной мечтой. Некто, пытаясь поднять Ваше настроение, принимается убеждать Вас в том, что эта прекрасная мечта на самом деле никуда не годится. Такая дискриминация воспринимается Вами как чудовищная несправедливость, и от обиды Вы ссоритесь с доброжелателем. Ваш **протест против дискриминации** не дает Вам возможности разъяснить что-либо непонятным. Позиция у них непоколебимая. У Вас тоже.

Мне не доводилось слышать о том, чтобы кому-либо был поставлен диагноз воспаления диафрагмы. Если воспаление есть, то диагностируется, в зависимости от осложнений, воспаление легких, сердечной мышцы либо печени. Все равно при любом воспалении прописывается один и тот же курс лечения - антибиотики.

Воспаление диафрагмы есть униженность из-за предвзятости и несправедливости.

Гнойное воспаление диафрагмы есть невыносимая униженность из-за предвзятости и несправедливости.

О таком диагнозе, как гнойное воспаление диафрагмы, слышать мне не доводилось, поскольку, когда гной прорывается в брюшную полость, диагноз ставится в зависимости от местонахождения гноя. *Операция является высвобождением невыносимой униженности, а послеоперационный уход - это забота и любовь, которые смягчают несправедливость.* Помимо этого, человек надолго либо навсегда отрывается от среды, в которой он заболел, и проблема находит быстрое разрешение. Больной поправляется. Другое дело - полностью ли?

Пример из жизни.

Мне довелось знать молодого человека, заболевшего во время прохождения армейской службы. Его обследовали, лечили, но, не обнаружив ничего особенного, послали обратно служить. Через некоторое время все повторилось вновь. На основе симптомов воспаления, выявленных анализом крови, он прошел несколько курсов лечения антибиотиками, однако с каждым разом они действовали все медленнее. Случай этот произошел лет двадцать тому назад, когда современной компьютерной диагностики еще не знали. В ходе очередного обострения юноше была сделана операция брюшной полости, поскольку ничего иного сделать было уже нельзя.

Под печенью обнаружилось два литра стерильного гноя. Как это стерильного? Очень просто: от антибиотиков все микробы погибли. Но из-за того, что проблема осталась, остался и гной. В армию он уже не вернулся. Однако и не поправился. Ощущая себя человеком не особенно умным, бедным, некрасивым, скромным, малорослым - словом, испытывая комплекс маленького человека, он теперь повсюду видел несправедливое к себе отношение. В конце концов он зачах и умер пару лет назад.

Врачи оказались бессильными против стрессов.

Чем более в человеке развито чувство справедливости, т. е. чем больше он боится несправедливости, тем больше ему повсюду мерещится предвзятость и несправедливость. Пожелай он восстановить справедливость мирным путем, как тут же обнаружит свою беспомощность и впадет в печаль. Чем сильнее в Вас *печаль по поводу любого рода дискриминации, т. е. несправедливости*, и чем Вы чувствительнее, тем явственнее ощущаете, будто в легких не хватает места. Как только чуть расслабляете тело, возникает нехватка воздуха, хотя легкие, по свидетельству врачей, здоровы.

Если Вы проследите за нехваткой воздуха, то поймете, что дыхание перекрывается животом. Когда Вы потягиваетесь, становится легче, но от постоянного вытягивания спины устают мышцы. Пищеварительный тракт вроде здоров, но внутри засело смутное неприятное ощущение, что-то вроде тошноты. Со временем, если проблема остается, Вы замечаете, что при расслаблении тела появляется странное ощущение наполненности там, где ничему не положено быть, где нет органов, которые могли бы заболеть.

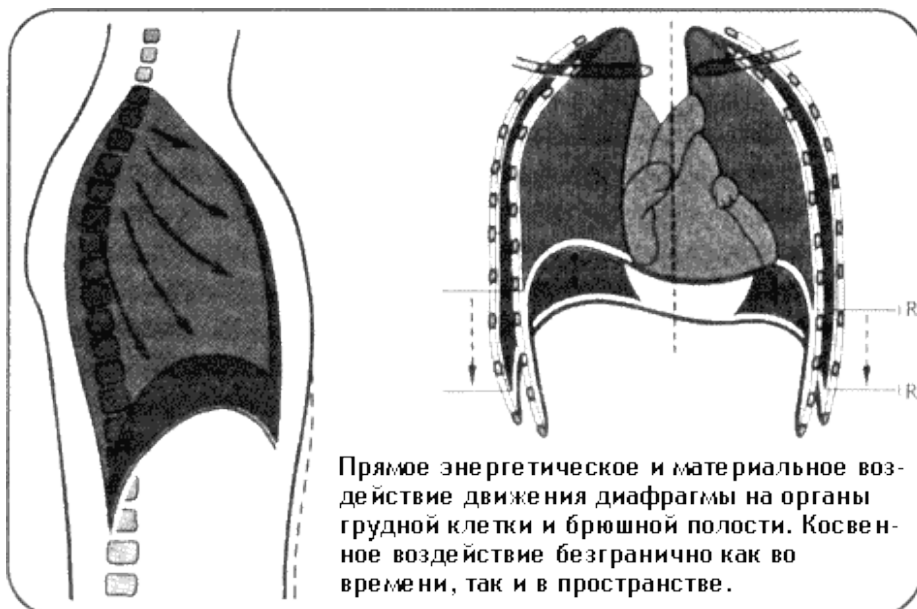
Печаль вызывает вздутие. При вздутой диафрагме отверстия в ней сужаются, а значит, пища застревает, не доходя до желудка, и проходит рывками. Ощущение это неприятное и рождает панику. Паника ведет к учащению сердцебиения, и внимание обращается вместо причины на следствие. Крупные артерии не в состоянии снабжать нижнюю часть тела кислородом и питательными веществами в должной мере. Крупные вены не могут в достаточной степени транспортировать обратно в сердце кровь, обедненную кислородом. К низу от диафрагмы возникает застой, конгестия. А что еще хуже - в результате нарушения обмена веществ лимфа также неспособна выводить шлаки.

Своими гроздьями лимфатические узлы могут симулировать опухоли, но и превращаться в таковые, если застойные явления делятся подолгу. Чем дольше длится печаль, тем толще делается жировая ткань. Это означает, что со временем печальная ситуация, если ее не исправлять, начинает восприниматься человеком как **оскорбление**, и он полнеет в талии. Как внутри, так и снаружи появляются жировые складки. Теперь уже в силу обстоятельств приходится постоянно втягивать живот и выпячивать грудь, чтобы фигурой не походить на лягушку. Постоянное напряжение утомляет, и, когда человек расслабляется, туловище и впрямь делается лягушачьим. Чего он боялся, то и получил.

Людей с лягушачьим туловищем можно встретить на каждом шагу. Исполон веков это считалось неэстетичным, и изъян старались скрыть под корсетом, чем укорачивали свою жизнь как в прямом, так и переносном смысле. Проблема остается и передается из поколения в поколение. Неважно, толстый человек или худой, молодой или старый, не говоря уже о прочих доблестях. Если у него заплывшая талия, то речь идет о потерпевшем от несправедливости, который сам притягивает к себе несправедливость. Притягивает *страхом перед несправедливостью и злобой на несправедливость*.

Лягушка являет собой энергию обиженности. Будучи земноводным, она спасается от наземных опасностей, прыгая в воду. Если что-то ей не нравится в воде, возвращается на землю. Какие-то дела она делает в воде, какие-то на земле. Для нее лягушачья жизнь естественна и необходима. Если человек раздувается от обид, он уподобляется лягушке и живет и ведет себя, как лягушка. От сухости спасается в воде, а от воды - в сухом месте, надеясь при этом, что окружающие изменят его жизненные условия, сделав их достойными человеческого существования, что окружающие положат конец несправедливости. Посуху он квакает, дескать, мокро - это плохо, в воде же квакает, что плохо посуху - сам же только и делает, что тяжело пыхтит. Он всегда недоволен тем, что имеет, или тем, где находится. Его девиз - хорошо там, где меня нет, при этом совершенно не замечая, что обижает до глубины души людей, предлагающих ему добро. Иного человека называют земноводным, и все понимают, что имеет в виду говорящий.

С диафрагмой связаны не только изменения в талии, но и объем и форма грудной клетки.



Страх жить полноценной жизнью, т. е. страх дышать полной грудью, делает грудную клетку маленькой, вдох затрудненным, зато выдох свободным. Выдыхание выражает освобождение этого человека от излишнего хорошего материальной жизни.

Смелость жить полноценной жизнью, т. е. смелость дышать полной грудью, на деле является смелостью, подавленной страхами. От этого человек становится рвачом - берет от жизни все, что только можно. **Смелость жить полноценной жизнью расширяет грудную клетку, делает вдох свободным, объем легких на удивление большим, а выдох неслышным и незаметным.** Человек думает, что так и надо.

Если грудная клетка у Вас стала с годами непропорционально большой, по сравнению с нижней частью тела, либо всегда была такой, начинайте высвобождать свою кажущуюся смелость жить полноценной жизнью. Помимо душевных тягот Вам грозят легочные болезни. Пора понять, что с каждым вдохом Вы вдыхаете в себя слишком много, а с каждым выдохом выдыхаете из легких далеко не весь отработанный воздух. С воздухом в человеческое тело поступает все, что человеку нужно для жизни. 15 вдохов в минуту, 15 x 60 в час, 15 x 60 x 24 в сутки равняются полноценному обеду.

Когда мы принимаем то, что нам дают, то должны бы отдавать взамен то, в чем больше не нуждаемся. Если мы так не делаем, ненужное остается в теле в виде шлаков. А ведь любая болезнь - это зашлакованность, как душевная, так и материальная.

Мучительной болезнью является **астма**, при которой человек *не может* выдохнуть. Ощущение удушья заставляет хватать воздух ртом, и человек без

особого труда наполняет воздухом легкие, но обратно воздух не выходит, хотя бронхи не закупорены. Почему? Потому что меха, движущие легкими, и есть диафрагма, и если на душе столь тяжкий груз, что для диафрагмы уже не осталось места, то меха не могут работать.

Расскажу о личном опыте, подтолкнувшем меня к изучению этой проблемы. Несмотря на слабое здоровье, в детстве и юности я по праву могла гордиться большим объемом легких, даже спортсмены уступали мне в этом. Но когда, начиная с 25 лет, верхняя часть платья сделалась тесной, мне это уже не понравилось. Шли годы, и пропорции менялись в пользу верхней части тела. Нельзя сказать, чтобы я вообще не обращала внимания на свое дыхание. Мне было весьма знакомо ощущение, что грудную клетку распирает прямо до боли, вот-вот ребра затрещат, а хочется вдохнуть еще воздуха. Когда разрешилась проблема, из-за которой я задыхалась, я выдохнула единым духом, и все прошло.

Астму я считала самой ужасной болезнью из всех, но не догадывалась задаться вопросом: *"Почему этот больной поступил именно в мое дежурство?"* Я понимала, что нужно досконально усвоить технику оказания первой помощи при приступе астмы, и усвоила ее. Это значит, я понимала, что мне нужно еще учиться. Но я не понимала того, что помимо знания лекарств, болезни и самого больного мне необходимо главное - *познать самое себя* в связи с этим недугом. Всякий раз я думала, что нужно защитить себя от факторов, вызывающих приступы астмы, коли, оказывая помощь астматику, ощущая, как перехватывает собственное дыхание. Я старалась беречь свои органы дыхания, чтобы не заболеть той же болезнью. Вероятно, Вы уже поняли, что пользы от всего этого было мало, так как истинная причина астмы кроется гораздо глубже.

Пример из жизни.

На пять лет жизнь подарила мне наставника в лице человека, тяжело больного раком. В течение пяти лет я делала все, что было в моих силах, чтобы продлить жизнь этому юноше. Он воспринимал столько, сколько мог, высвобождал свои стрессы, и в первое время эффект был хороший. Я же чувствовала, что эффект этот внешний, обманчивый, и об этом ему сказала. Он и сам говорил, что всякий раз, когда жертвовал исправлением умонастроения в угоду земным соблазнам, наступало обострение.

Поскольку наивысшим земным соблазном для него были увеличение учебной нагрузки и спорт, чем хотел доказать свое превосходство над окружающими, то никто не мог заставить его от этих занятий отказаться. Я взяла на себя смелость отчитать его по-матерински и наложить запрет, а он ответил просто: *"Но это мне не в тягость"*. Так говорит привычка всегда нести на себе максимальную ношу. Его привычки я побороть не смогла.

Протест в нем вызывало только медикаментозное лечение, и он рассказывал, как при этом себя чувствует и какое разрушительное действие оказывается на его организм. До болезни он боготворил знания и физическую деятельность, благодаря которым можно достичь любых высот. Об отказе от всего этого и посвящении себя болезни не могло быть и речи, ибо **изменение взглядов тем труднее, чем человек самоувереннее.**

Самоуверенность зиждется на абсолютных знаниях, заикленность на которых придает смелости и силы воли.

Знание, что плохого я не делаю, и то, что я делал, принесло мне лишь хорошее, превращает человека в слепого, глухого и бесчувственного ко всему, что находится вне этого убеждения. Самоуверенность возрастает от интеллигентности, которая велит быть терпимым к людям, делать дружелюбную мину даже тогда, когда подмывает дать по морде. Самоуверенность - тяжелейший стресс, о котором речь пойдет особо.

Чего человек боится, то на себя и навлекает, и то, что он ненавидит, причиняет ему боль. У моего пациента начались обострения, за ними - курсы лечения и осложнения от лекарств. Я была ошарашена и уязвлена, когда обвинения полетели в мой адрес, а еще более меня удручало то, что в повседневной жизни он был практически наедине со своим недугом. В моей практике были раковые больные, которые быстро выздоравливали, чему способствовали супруг, дети и родители, поскольку занимались улучшением *своего* умонастроения, но заставить заниматься этим я никого не могу. Будь у меня возможность применить к моему пациенту альтернативные способы лечения, я посмела бы отсоветовать химиотерапию, но таких возможностей в Эстонии нет, и я почувствовала, что начинаю уступать смерти.

Жизнь предоставила мне возможность отправиться искать помощь в далекой чужеземной стране. А также дала шанс встретиться там с врачом, который располагал большими возможностями. Тот выслушал меня и как бы между прочим уверенно сказал: *"Не волнуйтесь, ему можно помочь. У нас и раньше лечили подобных больных"*. Меня поразила самоуверенность врача, но мне так хотелось надеяться на лучшее. Помню, как стала хватать ртом воздух, как перехватило дыхание и как потом я пыталась отдышаться. Те полтора часа, в течение которых я дожидалась этого врача, чтобы обговорить детальный план, я дышала так, как никогда ранее.

От меня требовалось только вдыхать, обратно все выходило само. Внутри словно скопилась невероятная масса чего-то, что стало теперь выходить с дыханием. Я стояла и ощущала, что бюстгальтер становится мне велик. Затем он стал сползать вниз, так как снялось напряжение от сверхтребовательности, задиравшей плечи кверху, едва ли не вровень с ушами. Плечи настолько расслабились, что даже поясной шов платья опустился на свое место. Мне уже не нужно было требовать от себя невозможного. Спустя час я встретила знакомую, с которой провела пару часов накануне, и та воскликнула: *"Какой ты стала маленькой!"*

Что все это означало? Я осознала, что взяла на себя ответственность за сохранение жизни другого человека, и она легла на душу величайшим бременем. Добра ему этим я не сделала, зато себе причинила зло. Я немало потрудилась, стараясь высвободить его из себя, но поскольку он изо всех сил за меня цеплялся, оттолкнуть его было бы для него смертельным ударом. Он жил мной. Его физическая смерть убила бы меня духовно, потому что в ту пору общество относилось ко Мне, словно изготовившийся к прыжку зверь. Ведь в нашем сознании прочно укоренилось мнение, что врач несет ответственность за жизнь больного. Я не могла не беспокоиться за нас обоих. Тогда я еще была слишком хорошим человеком.

Мы все являемся на свет, чтобы нести ответственность за собственную жизнь, но мы не имеем права отвечать за жизнь других. Если мы берем на себя это право, оно становится обязанностью, и, если долг нами не

исполняется, нас встречает осуждение. Меня осуждали, мне было трудно, а пациент мой виновником считал себя и страдал вместе со мной. Я объясняла ему, что *сама* навлекла это своим страхом перед несправедливостью, что это *моя* ошибка, но он не мог этого вынести, ибо *боялся* за меня.

Об одном подобном случае я рассказывала в своей третьей книге, когда привела пример с юношей, отчаявшимся от печали и беспомощности, что стало причиной скопления у него в правом легком опасного для жизни количества жидкости. В моих страданиях он винил себя. Я объясняла, что он не виноват, - при всей воодушевленности от проделанной над собой работы и ее последствий он не мог вообразить, сколь велико было "эго" у журналиста. Журналист не виноват в том, что в своем полном невежестве и в погоне за сенсацией не выбирал средств, а думал только о себе. Он знал, что беседует с раковым больным, чью хрупкую психику следовало бы учитывать, но в своей **житейской наивности, что само по себе является эгоизмом**, не подумал о последствиях. Голодный думает только о том, как бы утолить голод. В этот миг он не ведает ни сочувствия, ни чувства ответственности. Не виноваты и врачи, считающие медицину единственно верным способом лечения. Раскрыть глаза им пока еще мешает страх и профессиональная честь. Нельзя из-за чужих стрессов усиливать собственные и среди них погибать.

Пациент выслушивал меня, выказывал согласие и понимание, но его *молодая душа*, которая от моих речей на время воспарялась и благоприотствовала ремиссиям - временным ослаблениям болезни, длившимся по полгода, вскоре вновь принималась впитывать плохое, проистекающее от хороших желаний хороших людей. От окружающей среды поддержки не было, хотя та же среда всяко-разно за него беспокоилась. А что беспокойство - это вампир, выпивающий до капли жизненную силу у того, о ком беспокоятся, об этом хорошие люди не ведают и ведать не желают. Они *желают* быть хорошими людьми, и *беспокойство является признаком хорошего человека*.

Ситуация не меняется, несмотря на то, что все это нам известно. Проблемы разрешаются, когда мы высвобождаем свои знания, когда очищаемся. Это значит - когда не притягиваем больше к себе такого большого количества грязи. Для очищения души требуется время, но **хорошие люди, они же общество, активно борющееся со злом**, не дает времени. Человек спешит, боясь не успеть, боясь оказаться виноватым. Хорошие люди *знают*, что спешка - не заяц, который убегает. Переставешь спешить - и спешки нет. Несмотря на это, человек подгоняет себя и других и портит все поистине прекрасное. Если попросить у бегущих: "*Дайте время!*", они тебя затопчут. Спешащие из чувства вины люди глухи к просьбам. Они желают получить осязаемый результат немедленно и еще вчера.

В хороших людях сидит великий **страх оказаться эгоистом в глазах других хороших людей**, человеком, кому наплевать на других, поэтому они вмешиваются во все, хотя сами несведущи. Толку от них никакого, но зато по крайней мере они доказывают, что являются хорошими людьми. Им невдомек, что тем самым они причинили больше плохого, нежели хорошего. Причем не только тому, кому хотели помочь, но и в целом.

Я втолковывала пациенту: развяжи чувство вины! Но у него накопилось за предыдущие жизни и с начала нынешней столько, что разом высвободить было невозможно. Если те, перед кем он ощущал себя виноватым, сказали бы ему в глаза прямо и чистосердечно: *"Нет! Ты не виноват. Вину свою ты выдумал сам, так как желал отдавать всем больше, чем возможно и необходимо"*, то у него, как и у меня, груз тотчас бы свалился с души. За те полтора часа я перепоручила ответственность за жизнь ближнего другому врачу и смогла начать дышать по-человечески. Взял ли врач на себя эту ответственность - его дело. Уверена, что не взял, ибо он был смысленнее меня.

Вас, наверное, интересует, излечился ли мой пациент? Нет, не излечился. Его уже нет в живых. Хотя он и начал поправляться, ему не давала покоя *навязчивая мысль - такая жизнь не имеет смысла*. Ему было **стыдно жить инвалидом**. Не смог примириться с мыслью, что ликвидация последствий болезни потребует еще лет 10 или 20. Это значит следующее: **знание и признание своих ошибок означает достижение душевного покоя, но лишь сознательное исправление ошибок означает исцеление тела**.

В такой атмосфере я не смогла научить его мыслить самостоятельно так быстро, как было необходимо, потому что он *с детства привык исполнять приказы*. Он делал только то, что я советовала. Первоначальный эффект был положительный, поскольку его стрессы были сопоставимы с топорной работой. Разъяснять их было просто. Из года в год, из месяца в месяц, изо дня в день мы внедрялись в глубину, доходя до все более тонких деталей. Мыслительная работа усложнилась, но с ней он справлялся, так как появились проблески самостоятельного мышления. Учитывая все убаюкивающий темп повседневной жизни, это было счастьем, поскольку я не могла уследить за каждым его шагом. К сожалению, хорошие люди наезжали на него со своими отрицательными оценками всякий раз, когда он успевал оправиться от предыдущего удара. Всякий раз нам приходилось восстанавливать разрушенное. Но надолго ли хватит у бедняги сил?

Что бы кто ему ни говорил, он привык ко всему прислушиваться. Любое суждение воспринималось им как приказ либо запрет. Сказали: хорошо, и он знал, что так правильно. Сказали: плохо, и он знал, что этого нельзя. В душе он протестовал против обязанностей, но наружу протест не выплескивал. Непокколебимая уверенность в том, что чувство ответственности было, есть и будет девизом Человека, изживается с великим трудом. Стоило кому-нибудь приказать ему *во имя хорошего* - и он тут же брал ответственность на себя. Кто бы ни захотел похвалиться его достижениями - и он уже бежал, куда хватало сил. Да и сам он не раз говорил мне: *"Ладно, пусть будет по-твоему!"* От недобрых предчувствий у меня волосы дыбом вставали, и, бывало, я переходила на крик: *"Кому это надо: мне или тебе!"* Иногда он отшучивался: *"Ну и тебе тоже!"* И был прав. Помимо желания видеть его живым, я желала сама уцелеть душевно. Из-за его смерти меня не отправили бы на костер - времена изменились, но обвинения жгли мою душу, словно это я виновата в его болезни, а вылечить не могу.

Что было бы, если бы я не взяла на свою душу ответственность за его жизнь?

Он давно бы помер, зато меня в этом не обвинил бы никто.

Зачем он появился в моей жизни - ведь мог бы и не появляться?

То была наша кармическая связь. Когда-то в прошлом, много жизней тому назад, он помог мне, *невзирая на трудности*, и его сердце знало, где теперь найти такую помощь, за которую не придется оказаться в долгу. **Чувство вины есть чувство ответственности, чувство долга, при этом самое сильное - чувство долга из благодарности.** Более всего он боялся оказаться виноватым и оказаться в долгу. Передо мной он в долгу не остался. Теперь наш кармический долг искуплен.

Грудная клетка у него была огромных размеров, куда умещалось бремя безмерной ответственности. Он нес его *с гордостью*, а когда окончательно убедился в том, что для выздоровления необходимо еще круче изменить стиль жизни, то надломился. Он не желал видеть плохого. В этом - главная беда тяжело больных людей, поскольку у них тут же появляется чувство, что их из-за этого станут считать плохими. Это значит, что хорошие люди, которые прежде хвалили, становятся теперь очернителями, а значит, плохими. Если больной **стыдится отзываться плохо о людях**, то не желает слышать ничего плохого. Болезнь как спутанный клубок негативной энергии остается из-за этого нераспутанным и не излечивается. Для меня знаком обреченности прозвучала произнесенная им в первый раз фраза, резанувшая слух своим старческим настроением: "*Не желаю, чтобы кто-нибудь вспоминал обо мне дурно*". На мой призыв одуматься, не бросаться словами он ответил, что, видимо, **слишком горд, чтобы унижаться**. Ему казалось, что находится ниже вершины - унижение, позор, а это хуже смерти.

В нем укоренилось представление, будто прощение есть принижение себя до уровня виноватого, что означало отсутствие сил оказаться выше плохого. Его всегда и всюду учили *быть*, как и положено человеку достойному, *выше* всех и вся. Никому и в голову не приходило, что **достоинство есть вознесение себя и других**, но никак не превосходство над кем-то или чем-то. В нем неосознанно воспитывали эгоизм, хотя при этом эгоизм критиковали и запрещали. В результате развился непомерный скрытый эгоизм, следствием которого и явилась раковая опухоль. В дальнейшем мы с Вами еще подробно поговорим о процессе возникновения рака.

Гордость запрещает говорить о плохом даже в том случае, когда говорить о плохом жизненно необходимо, чтобы вместе со словами выпустить из себя негативную энергию. Бедой моего пациента была именно гордость. И особенно большой бедой еще потому, что пациент не позволял ей проявляться внешне. Почему? Потому что оставались еще люди, над которыми ему хотелось утвердить свое превосходство. Он желал стать еще лучше, чтобы доказать прежде всего самому себе, что он - лучший из всех. Такова была его цель, за которой скрывалось желание отомстить за забытые детские унижения и обиды. Когда **гордое желание дышать полной грудью** сделало свое дело, мириться с меньшим - хуже смерти. Он не желал жить такой жизнью, а когда у человека пропадает желание жить, он превращается в живой труп. Он желал быть достойным и видеть достоинство в тех, кого хотел уважать. В первую очередь, своих отца и мать, затем учителей. Стремясь стать идеальным, он желал, чтобы и другие были такими же. Он был сверхтребователен в отношении ко всему. Внешне он был само спокойствие.

Заболел он внезапно - после неудачного выступления на чемпионате, где от него ожидали победы. У него развился лимфогранулематоз, опухолевое заболевание лимфатической системы. **Лимфогранулематоз возникает,**

когда человек испытывает смертельный стыд, вызванный тем, что человек не сумел добиться того, в чем фактически совершенно не нуждался. Ему было стыдно перед всеми, чьи надежды он не оправдал. А таких было много. Будучи больным, он желал своим *выздоровлением доказать* всем, кто в нем разочаровался, что способен на большее, чем от него ожидается. Даже исцеление стало для него целью. После выздоровления он мечтал начать творить чудеса и принимался их творить, как только чувствовал себя получше. Жизнь доказала, что, **несмотря на хорошее самочувствие = хорошее знание самого себя, он все же чувствовал себя совсем нехорошо**, и посылала ему обострение болезни. Раз за разом росло чувство стыда из-за очередного срыва намерений, пока не превратилось в трагическую безысходность: у меня все равно ничего не получится.

Как назло в ту пору произошел ряд неприятных случаев с известными, авторитетными людьми, и после каждого он либо подхватывал болезнь с температурой, либо погружался в депрессию. **Он ощущал стыд из-за позора других людей.** Наконец, он сделал выбор - решил *отвергнуть смерть при жизни, предпочтя ей жизнь после смерти*, но, кроме меня, никому об этом не сказал. Знал, что хорошие люди этого не одобряют. Он не желал никому делать больно. Я пыталась объяснить ему, что мы не имеем права прожить жизнь за другого. Он ухватился за мои слова и сказал: "*Вот именно*", имея в виду, что у меня нет права осуждать его выбор. Он не желал больше жить подобной жизнью в этом бесстыдном мире.

Такова жизненная судьба человека, который принес себя в жертву.

Проведенные рядом с ним годы научили меня лучше разбираться в причинах возникновения, течении и возможностях исцеления ракового заболевания. Я стала свидетелем того, как человек, избравший смерть, способен обрести себя благодаря исправлению умонастроения, обрести в такой степени, что страдания его физического тела оказались минимальными. Он скорее походил на готовящегося в долгий путь странника, который свел все счета с миром. Отправляясь в дорогу, он счел нужным сказать лишь: *не поминайте лихом*. Это одновременно и просьба, и назидание: я не сумел забыть плохое и потому так жутко страдал. Не повторяйте мою ошибку!

Человек, который не способен обрести себя в своем доме, отправляется странствовать по свету в поисках самого себя. Если в этом он видит цель своей жизни и посвящает себя этой цели, то, отправляясь в последний путь, он ни о чем не жалеет. Он идет с чувством, что поступает правильно, ибо подсознание говорит, что настал последний срок проторить дорогу в следующую жизнь.

Прежде чем Вы начнете читать главу о раковых заболеваниях, могу сказать, что все, написанное мною в предыдущих книгах о возникновении рака, к сожалению, справедливо. **Рак - это результат скопления энергии недоброжелательной злобы.**

Недоброжелательность являет собой нереализованную злонамеренность = нежелание быть плохим человеком, который начинает мстить всем, кто его принуждает и закрепощает. **Недоброжелательность - это желание**

убивать без убийства. Желание убить умерщвляется чувством стыда за подобное желание, и человек не чувствует, что в нем сидит столь постыдное желание. **Больной раком, который признается себе в том, что убил бы, если был бы уверен, что никто об этом не узнает, непременно начинает выздоравливать.** Высвобождая свою жажду убийства, он приходит к осознанию того, что желание избавиться от плохого и есть интеллигентское желание убивать. За этим следует еще одно озарение: желание, чтобы все было только хорошо, фактически и есть убийство. Какая разница, что речь идет об устранении плохого. Хорошее ведь и так не истребляют.

Когда диафрагма находится в поднятом положении, невозможно выдохнуть. Максимально поднятое положение подобно безоблачному небесному своду, выше которого нет ничего. Кто считает это само собой разумеющимся, тот испытывает недовольство, когда на небе появляются тучи. Он не в состоянии понять, что под неизменно безоблачным небом может простираться лишь пустыня. Постоянно поднятое положение диафрагмы гасит свечу жизни.

Жизнь - это движение. Диафрагма обеспечивает движение, т. е. жизнь. При движении диафрагмы вниз происходит вдох, при движении вверх - выдох. Если на сердце тяжело от чувства вины, диафрагма не может подняться так высоко, чтобы возникло возвышенное чувство. Это значит, что выдох происходит не до конца и тело не может полноценно очиститься с помощью дыхания. Поскольку жить неочищенным нельзя, человек при выдыхании прибегает к помощи вспомогательных мышц и к этому привыкает.

Все, к чему привыкают, считается нормальным и естественным. Так нормальное *беззвучное свободное дыхание* превращается в нормальное *напряженное шумное дыхание*. По мере роста напряженности дыхание ослабевает, превращаясь в *бессильные звуки, издаваемые на грани между жизнью и смертью*, что нормальным уже назвать нельзя. Человеку может быть так трудно, что дышать становится тяжело.

Страх, который подавлялся и оттого обратился в смелость жить полноценной жизнью, тем быстрее превращается снова в страх, чем сильнее чувство вины. Представьте себе легкое и дыхание, когда *желание смело жить полноценной жизнью* начинает бороться с навязчивым *страхом, что полноценной жизнью больше жить нельзя*.

Страх сжимает грудную клетку.

Смелость расширяет грудную клетку.

Страх вызывает спазм диафрагмы, и та принимает горизонтально-плоское положение.

Смелость максимально давит *вверх или вниз*.

Вверху может возникнуть опасное, вплоть до разрыва, напряжение, которое давит на легкие. Внизу возникает болезненное давление на расположенные ниже органы и ткани. Когда страх сжимает грудную клетку и сплющивает диафрагму, для вдыхания остается мало места. Иначе говоря, в тело поступает мало свежего воздуха. А что без кислорода тело жить не может, знает каждый.

Чистый воздух дает телу все, что необходимо для жизни, **и забирает** от тела все, что не нужно для жизни. Если же не забирает, то все, что остается в теле, становится опасным для жизни. Такое состояние называется **дыхательной недостаточностью**, а проще говоря, удушьем. Таким образом, дыхательный процесс, призванный человека возвышать, становится для него принижаящим. **Заблокированность энергетического центра дыхания ведет к перегруженности и болезням нижней части легких.**

Смелость, она же подавляемый страх, действует прямо противоположным образом. Чем сильнее желание жить полноценной жизнью, тем сильнее человек стремится к лучшему, *и диафрагма поднимается вверх, олицетворяя уровень человеческих желаний*. Желание иметь все больше и больше расширяется и оборачивается желанием иметь все больше и больше свободы. Это находит выражение в расширении легких как органов свободы, однако грудная клетка имеет свои пределы. Всякое желание есть *страх не получить того, чего хочется*, а поскольку так и происходит, возникает чувство, будто *жизнь несправедлива*. Это ведет к напряжению в диафрагме. Чем больше воздуха хватает ртом человек, тем ниже должна бы прогибаться диафрагма, но этого не позволяют печень, желудок и весь пищеварительный тракт.

Как подсознательно, так и сознательно под полноценностью понимается нечто идеальное, которое находится где-то на небесах. Желание жить полноценной жизнью ведет к подъему диафрагмы, будто она устремляется к небу. Когда диафрагма поднимается до максимума, человек не может выдохнуть. Количество оставшихся в теле шлаков выражает степень серьезности дыхательной недостаточности, а значит, степень опасности для жизни. **Вместе с тем центр дыхательного процесса перемещается кверху, что вызывает перегруженность верхушек легких и их потенциальное поражение.**

Остановитесь сейчас и прислушайтесь к своему самочувствию. Возможно, что еще до того Вы заметили, что дыхание то убыстряется, то замедляется, но в любом случае дышится тяжело. Да и сердце бьется то так, то эдак. Подобная реакция сопутствует чтению *любого текста* и усугубляется по

мере того, как Вы погружаетесь в читаемое, т. е. *сливается с ним*.

Сделайте паузу и отпустите от себя полученное знание. Затем читайте дальше. Вспомните, было ли с Вами так, что, отбросив в сторону книгу или газету, Вы восклицали: "*Фу, больше не могу!*" Поглощая книгу, Вы дошли до грани пресыщения и разрешили ситуацию так, хотя следовало бы иначе. Научитесь задаваться вопросом: "*Чему прочитанное меня научило? Почему оно так меня возбудило? Какую проблему мне нужно высвободить?*"

Поднятое состояние диафрагмы увеличивается также из-за давления

снизу. Пожалуй, каждому человеку доводилось испытывать тягостное ощущение на участке от пояса или даже пупка до ребер, которое нельзя списать ни на какую болезнь. Оно может быть слабым и беспокоить годами, то появляясь, то исчезая. Кто-то связывает его с одновременно возникающим и затем ослабевающим вздутием живота, а кто-то приписывает его непонятно откуда взявшемуся округлению талии. Иного время от времени беспокоит непонятное выделение газов как изо рта, так и из пищеварительного тракта, вслед за чем самочувствие улучшается. Кое-кто замечает странное ощущение пустоты, что заставляет набивать желудок, иной же считает это обычным чувством голода.

Кого постоянно преследует чувство переполненного желудка и одновременно голода, тот наедается до ощущения тяжести и тем не менее ощущает себя воздушным шаром. Тело давит все тяжелее книзу, а воздушный шар тянет все сильнее кверху, и так до тех пор, пока Вы однажды не ощутите, словно под диафрагмой у Вас образовалась плоская воздушная подушка, которая вот-вот лопнет и которая давит во все стороны. Из-за максимального подъема диафрагмы этой подушке нет ходу вверх, но и вниз тоже нет - мешают печень и желудок.

Такая воздушная подушка рвется вверх, независимо от позы Вашего тела. Кратковременное повышение в ней давления может вызвать непонятное ощущение беспомощности, печали, чувство ужаса, безысходности, отчаяние, из-за чего Вы на время лишаетесь сна. Напряжение ослабевает, если найти этому разумное объяснение. Постоянное же беспокойство ведет к неврозу, так как болезнь налицо, а медицина ничего не выявляет. Когда подобный приступ случается сильнее обычного, впору заподозрить заболевание почек, потому что почки вслед за этим делаются особенно чувствительными, и может показаться, будто они находятся вне тела. Поскольку Вы знаете, что такого не бывает, то принимаетесь себя успокаивать. Ситуация, когда болезнь есть и вместе с тем ее нет, плохо влияет на Вашу психику.

Обратите внимание на фразу "*себя успокаивать*", которая подразумевает, что своими знаниями Вы убеждаете себя до состояния нечувствительности, т. е. до смерти. Так мы увещеваем себя, а также окружающих и усиливаем стрессы, ведущие к неврастении. Астения - это слабость, бессилие. Астеник подобен выжатому лимону, из которого выжаты все соки, т. е. выжато естество лимона.

Вы можете являть собой само спокойствие "благодаря" собственному успокаиванию, однако обратите внимание: стоит появиться недовольному человеку, который начинает навязывать Вам свое право, как у Вас

вспучивает верх живота. Особенно явственна эта реакция в том случае, когда некто *очень много* для Вас *значит*, когда Вы *боитесь его потерять*, когда *выслуживаете его любовь*, тогда как у него сильно развито "эго", и он привык настаивать на своем. Ему не обязательно на Вас нападать. Наоборот: хуже всего делается в верхней части живота, если он - человек интеллигентный, и Вы *должны ему уступить, чтобы не испортить с ним отношения*. Если Ваш супруг из таких, у Вас непременно вспучен верх живота. *Постоянный страх перед недовольным человеком и постоянное состояние самообороны* ведут к ожирению живота. К такому же эффекту приводит одно лишь знание того, что Вы, по мнению супруга, все равно оказываетесь неправыми во всем. Чтобы обрести способность самостоятельно решать свои проблемы и действовать сообразно потребности, нужно развязать названные стрессы.

Родители! Если Ваш ребенок слишком пухленький, с животиком-мячиком, значит, ощущает свою беспомощность от сознания того, что *он всегда неправ*. Ребенок находится в безвыходном положении, ибо Вы внушили ему, что Вы всегда правы. Не будь у Вас этой же проблемы, Вы не унизили бы в том числе и ребенка. Как бы Вы ни старились урегулировать вес ребенка, это не удастся сделать, покуда Вы не научитесь уважать себя, супруга и ребенка таким, какой он есть. Мужской ум не делает мужчину мужчиной. Женский ум не делает женщину женщиной. Ум - это всего лишь свойство, отождествляя себя с которым принимаются отстаивать свои права, принуждая других к самозащите. Если они боятся Вас потерять, то защищаются пассивно, а значит, раздаются в теле, толстеют.

Духовная самозащита делает человека толстым. Поэтому в развитых обществах и возрастает проблема детского ожирения и ожирения в целом. Человеку, который показывает зубы, когда кто-то пытается его одурачить, навязать ему свою правоту, ожирение не грозит. Он может ошибаться, запороть дело, но поскольку не позволяет никому сесть себе на шею, то и не толстеет. Плохой человек не толстеет, толстеет хороший. Чем больше он выслуживает любовь, тем больше в нем внутренней пустоты. Внутреннюю пустоту призван компенсировать прямо противоположный внешний облик.

Внутренне пустой человек есть **неврастеник**. Это больной, который выжал из себя все до конца при помощи разных знаний, почерпнутых тут и там. *Самого его нет, есть лишь позаимствованные у окружающих представления и оценки*. Они не дают того, от чего успокоилась бы душа. Чем больше такой человек принуждает себя жить по примеру других, тем нечувствительнее делается его тело, которое в силу этого не может даже заболеть. Но зато от душевных мук впору сойти с ума.

Итак:

чем положительнее Вы желаете быть,

тем терпимее относитесь к людям,

т. е. тем больше с ними считаетесь,

тем больше значения придаете каждому их слову,
тем ближе к сердцу все воспринимаете
и оставляете в себе,
тем больше стараетесь по жизни угождать
другим
и тем больше истребляете в себе человека.
Когда гибнет человек, гибнет и тело.

В совокупности это и есть неврастения, которая усугубляется, если Вы принимаетесь называть себя нервно-больным и подавляете свою беду, скрывая ее от посторонних. Рано или поздно все это выплеснется наружу либо в виде досаждающей близким неврастении, либо в виде физической болезни. Обратите внимание на роль, которую играет перевозносимая со всех сторон терпимость в процессе возникновения данного состояния. Только так и может закончиться восхваление терпимости, обучение терпимости, насильственное воспитание себя и других в духе терпимости.

Человек не должен считаться с другими, считаться с другими есть его потребность.

После всего этого многословия хотелось бы все же узнать, отчего возникает это **мучительное состояние наполненности воздухом**? Что все это означает? Это означает, что человек **преисполнен духом**. Выражение это должно быть Вам знакомо. У человека зачесались кулаки, лицо покраснелось от возбуждения, а сторонние наблюдатели, жаждущие мести, распалют в задире этот дух. Никому и в голову не приходит остановиться и спросить себя, что это значит. Это значит, что **безграничный дух оказался в этот миг в плену у ограниченного пространства тела**.

Так срабатывает **низведение духовного отдавания до уровня земного обретения**. В таком состоянии **человек во всем видит деньги и делает все только ради денег**. И еще **испытывает гордость за то, что это у него получается**. Такое отношение уничтожает все святое, и чем выше потребность человека в святости, тем больше он себя губит. *Человек, распираемый идеями, а значит, преисполненный собой, надувается воздухом, и его надутое состояние проходит не ранее, чем он реализует все свои идеи.* Осуществив одну из них, он тихо-мирно радуется, но вот является некто и говорит, что это было им сделано только ради денег. В результате у человека, который передал людям идею, как воздух, или, иными словами, который высвободил идею из себя, вновь возникает под грудиной **ощущение надутого воздушного шара**.

У кого идей много, тому подобный удар можно нанести много раз, прежде чем он отправится к праотцам. Кто выдает свои идеи порциями, тому приходится немало страдать. Человек, лелеющий одну идею, выпестованную многолетним трудом и достойную того, чтобы стать всеобщим достоянием, от подобной оценки может воспарить в мир идей, он же мир святости.

Состояние наполненности воздухом являет собой гордость по поводу гордости. Чем сильнее Вы желаете гордиться реализацией своих идей, пусть даже очень скромно, тем больше Вы наполнены. Например, желаете быть нормальным человеком, но не понимаете, что одного желания мало. Стараетесь быть скромным, приятным, понимающим, милым, улыбчивым, тихим, покладистым - и это Вам удастся. Провернули славненько свое дельце и отправились восвояси с чувством удовлетворения. Но как только ощущаете спад напряжения, возникает новая проблема: Вас распирает от газов - хоть лопни. Бросаетесь искать укромное местечко, чтобы тихонько их выпустить, но когда находите - ничего не получается. Между тем верх живота так и распирает. Так дает о себе знать **гордость за то, что я не возгордился**.

Пример из жизни.

Знавала я одного академика, который задумал создать материальные условия для реализации своей гениальности. Денег государство не дало, и он сошел в могилу, унося с собой свою гениальную идею. Государство не поняло его идеи. Он не понял государство, ибо своей идеей намного обогнал время. Когда ему дали понять, что он гонится *только* за деньгами, он был оскорблен до глубины души, ибо всю свою жизнь прожил более чем в скромных условиях. По сути же он и впрямь добивался только денег - чтобы осуществить свою идею, из-за которой и надломился. Он знал и чувствовал, что обществу скоро понадобится его задумка, и пытался доказать, что нужно поспешить, иначе будет поздно, то есть начинать следует немедленно, однако хозяева казны его не поняли.

Вся обида читалась на его лице. Это значит, он был в высшей степени приятным джентльменом, но его подтачивала болезнь, отражавшаяся на лице. Стыд публично признаться в том, насколько превратно были истолкованы его иллюзии, как и в том, что ему плюнули в душу, - все это выражалось у него на лице, искаженном болезнью. Ответь он на обиду тем же, он наплевал бы в собственную душу, ибо одной из его целей было всегда оставаться джентльменом. Джентльменом можно было бы остаться и будучи Человеком, но он слишком завяз в своих принципах, требующих изо всех сил отстаивать свои идеи.

Здесь было бы уместно пройтись насчет государства, но я воздержусь. Напротив, подчеркну, что жизнь человека зависит от него самого. Высвободите в себе низведение духовного отдавания к материальному получению, тогда никто не сможет нанести Вам словами удар под дых, не сможет перекрыть Ваш энергетический канал.

Самое высокое уравновешивается самым низким. Чем более высокое слово, идею либо теорию Вы выдаете, тем больше Вас обвиняют в денежной корысти. Почему? Потому что Вы боитесь и не приемлете низведения духовного отдавания к материальному получению.

Допустим, Вы - учитель из числа бессребреников. Опять же, допустим, на Вас надета единственная пара штанов, а в кармане перекачивается последний медяк - ведь мысли о деньгах посещают Вас в последнюю очередь. Но если Вы посмеете запросить достойную оплату за свой труд, Вам заявят, что Вы думаете только о деньгах. Вы не сознаете того, что Ваша смелость - это подавляемый страх, который притягивает то, чего Вы боитесь. Боитесь, как бы Вас не сочли плохим человеком. И нате - сочли.

Если Вы высвободите свои *страх и злобу, испытываемые в связи с низведением духовного отдавания до земного обретения*, то поймете, почему деньги испокон века считались грязными. Идея есть святость, которая созидает материальный мир, в том числе и деньги, но алчность истребляет святость, а значит, собственного создателя. Так человек, которому Вы секундой раньше оказали бескорыстную помощь, может углядеть в Вас собственную жадность к деньгам и обвинить Вас в этом в глаза либо за спиной. Он не понимает того, что, нанеся удар Вам, он нанес и себе удар по печени, и скопившаяся там злоба выплеснулась наружу. Его подсознание напомнило ему, что существует священный закон природы, который гласит, что духовное отдавание и земное отдавание должны быть уравновешены. Если ближний потрудился, помогая тебе, то нужно за это ему отплатить, тем самым ты ему поможешь. Корыстолюбие же не позволило человеку с этим согласиться. **Корыстолюбие** - такая вещь, что человек все гребет под себя, однако **не атакует, когда нет кого атаковать**.

Критикуя чужое корыстолюбие и духовную приземленность, Вы попадаете в самого себя, поскольку фактически в ближнем критикуете себя. Чем больше Вы считаете, что Вы не такой, тем больше Вы такой и есть. Поскольку относитесь к этому отрицательно, то скрываете данное качество от себя и других, да так, что никому никогда про него не прознать. Знают про это лишь жизнь да Ваше живое тело и соответственно реагируют.

Пример из жизни.

Как-то раз я начала совместную работу с одним умным и очень активным организатором. Разница между нами заключалась в том, что пока я еще размышляла, он уже действовал. Привлек к делу широкий круг личных знакомств. Я не успевала досконально обдумать и проверить свою идею, а он уже приходил в восторг. Для меня это было и есть красным сигналом светофора. Мне казалось, что я достаточно хорошо разбираюсь в напарнике, как вдруг после успешного разрешения некоей сложной проблемы он с воодушевлением заговорил о том, что с моими способностями нам любое дело по плечу.

Его план **по форме имел целью спасти мир, по содержанию же речь шла о покорении мира**. Тогда я *не знала*, что он этого *не ощущал*. Я же *почувствовала и была шокирована* тем, что духовный, как мне представлялось, человек может быть таким корыстным. Тогда я еще не знала, что ни один человек не может быть *только* духовным. В ту пору я была еще столь наивна, что верила умным, знающим людям, которые восхищались

духовностью. Я чувствовала, что здесь что-то не так, но не понимала, в чем дело.

Мои призывы к осторожности пролетали мимо его ушей. Хотелось развернуться и броситься наутек, однако не позволяла воспитанность. Мое самочувствие ухудшалось с каждой минутой. Меня выручила болезнь - не дала мне сделаться интеллигентной, и я не предприняла ничего для ее предотвращения. Мне хотелось заболеть, и я заболела. В течение часа температура у меня подскочила до 40° и "потекло изо всех дырок", так как единственной моей мыслью было: "*Прочь отсюда - и навсегда!*" Я желала заболеть, чтобы не высказать авторитетному человеку прямо и откровенно своего мнения. Это значит, что тогда я еще не посмела быть сама собой.

Покуда я в смятении терзалась вопросами, дескать, как же так и как так можно, температура не спадала, но как только я принялась высвобождать **корыстолюбие, что обращает святыню в товар**, температура пошла на убыль. Ныне меня подобные предложения уже так не поражают - ведь от меня самой зависит, позволю ли я сделать из себя источник дохода или нет. А также поняла, что не зазорно получать за свою работу соответствующее вознаграждение. Это не значит, что данный стресс мною позабыт, а значит, что я еще не успела высвободить его полностью. В условиях возрастающего натиска со стороны мира денег нужно неослабно заботиться о своей душевной чистоте. Кто этого не делает, тот еще не ведает, что это означает.

Итак, каким бы ни был ближний, мое отношение - это мое личное отношение, и чем оно отрицательнее, тем больше страданий мне выпадет. Не будь страхов, не пришлось бы себя защищать.

Больше всего боли человек причиняет себе сам. Подумайте, как терзается Ваша душа от чувства вины, когда Вы желаете отдавать просто так, не рассчитывая ни на что взамен. Поскольку без денег не прожить, Вы должны брать деньги. И что еще хуже - должны требовать их за честно сделанную работу. Покуда Вы испытываете *страх и неприязнь* к низведению духовного отдавания к земному приобретательству, Вы и будете относиться к *вознаграждению за труд как к получению*. Будете опасаться любой случайно подвернувшейся работы и стыдиться самого себя, сколь бы мало за нее ни получили.

Вы перестаете замечать то, что отдаете сами, и не умеете принимать то, что Вам дают взамен. Вы желаете быть чересчур хорошим, подобно ангелу. При денежных затруднениях корите себя за то, что берете деньги, и одновременно за то, что *не берете денег*. Маринуете себя еще немножко и принимаетесь бичевать себя за то, что *желаете денег* и вообще о них думаете. А все из-за того, что не сумели высвободить один стресс.

Проблема денег касается лично каждого, в том числе и меня. Поэтому я стараюсь выискивать, находить и высвобождать стрессы, которые ведут к

моим собственным недоразумениям. Призываю Вас делать то же. Знайте - кто враждебно относится к деньгам, у того либо уже есть, либо возникнут денежные проблемы. Имеющего денежные проблемы человека раздражает все, что касается денег, даже разговоры о деньгах. **Кто не обращает себя в источник дохода, тот и ближних не обращает в источник дохода, и у него может быть много денег, но он не навлекает на себя из-за них кармического долга.**

"Если я высвобожу низведение духовного отдавания к земному обретению, будет ли мне нужно заниматься этим и впредь?" - спросила машинально одна из слушательниц и под шумный ропот залилась румянцем, опустив очи долу. Аудитория ее осудила. Когда же я спросила у присутствующих, что же все-таки будет, никто не сумел мне ответить. *"Тогда Вы становитесь дающим, который принимает то, что ему дают. Дают Вам то, в чем Вы нуждаетесь. Дают столько, чтобы Ваше сердце было довольно как в духовном, так и в материальном смысле"*.

Есть святые мгновения, когда дающий благодарен, что его дар принят, и когда неуместно расплачиваться чем бы то ни было, кроме благодарных слов. Такие мгновения следует распознавать самому. Если же Вы не распознали и желаете расплатиться, но видите, что ближний уязвлен, то можете исправить ошибку простыми словами: *"Прости! Боюсь, я чего-то недопонял"*. Вам простят. Вы сами это почувствуете.

Человек счастлив, когда он уравновешен. Уравновешенность возникает тогда, когда обе стороны жизни - духовная и физическая - равноценны. Духовные достижения способствуют и земным достижениям. *А духовное стяжательство способствует лишь земному приобретению.* Человек, мыслящий материально, желает *только получать*, поэтому в любом духовном отдавании он видит *только получение*. Он неспособен уяснить, что *если бы ему не дали духовно, то он не получил бы и в земном отношении*. Берущему всегда кажется, что ему мало дали, отдавать же ему не позволяет жадность.

Человек, признающий лишь материальные ценности, желает, чтобы ему преподносили все сразу и в готовом виде. Он удовлетворен, когда в аптеке ему дают таблетки за деньги, добытые его собственным нелегким трудом. Стоят ли таблетки таких бешеных денег и помогут ли они ему - в этот момент значения не имеет. Потом будет время поругаться. Духовное же учение, объясняющее, как улучшить и сберечь здоровье, он принимается тут же охаивать, если за него надо выложить деньги, - ему же ничего не преподнесли в готовом виде. А если платить не пришлось, все равно охаивает. Хотя бы потому, что был вынужден попусту потратить драгоценное время на выслушивание речей. Вот почему поистине хорошие альтернативные целители боятся брать с пациентов деньги, не говоря уж о том, чтобы назначать свою цену, и страдают от материальных проблем. Они приносят себя в жертву, из-за чего их целительные способности ослабевают.

Законы природы гласят просто и ясно: **каждому нужно отдавать то, что у него есть. Тогда он получает то, что ему нужно.** Если один отдает другому свою духовную энергию, тому *нужно* отдать первому свою материальную энергию, чтобы сохранить равновесие.

- **Когда берущий отдает** дающему **меньше, чем того заслуживает труд** дающего, **то берущий получает меньше, чем ему дали**. Часть отдаваемой ему энергии улетучивается в воздух, а, возможно, это имело жизненное значение. Если дающий отождествляет себя с полученным взамен вещественным вознаграждением, в том числе с денежным, его чувство собственного достоинства понижается. Бизнесмены говорят: знай себе цену и не продавай себя дешевле, чем ты того стоишь, иначе превратишься в уцененный товар. В этом они правы.

- **Когда берущий отдает** дающему **больше, чем того стоит труд** дающего, **и дающий это принимает, то у дающего уменьшается способность отдавать** по мере роста его жадности. Он не понял того, что его как человека купили. Это значит: его купили, потому что он себя продал. Это принижает достоинство дающего, из-за чего уважение к нему падает. Поэтому и говорят, что **каждый отдает и берет сообразно своей совести**.

- Если человек не имеет денег и не может платить, сердце приводит его к такому помощнику, который помогает ради помощи, и не хуже, чем те, кому нужно платить. Но если страждущий вошел во вкус и желает сделать из помогающего дойную корову, то вскоре помощь прекращается. Сама жизнь вмешивается, преграждая дорогу жадности.

Жизнь человека берет начало от родителей. Низведение духовного отдавания к земному получению также берет начало от родителей. Младенец начинает плакать либо заболевает, когда:

1. Его мать бросает в лицо отцу мысленное либо словесное обвинение: *"Ты меня не любишь. Другие живут, как господа, а у меня ничего нет!"*

Либо же когда:

2. Отец вместо "мы" говорит "я".

Так неимущие люди низводят любовь к деньгам, а богатые - к телу. Желают денег и желают тела, однако с ними или без них одинаково плохо, ибо счастья подобные воззрения не приносят. Комплекс неполноценности заставляет мужчину произносить: *"Моя семья. Мои деньги. Мои дети"*. Слова эти встречают одобрение среди таких же, как и он. А если тот же человек говорит - наша семья, наши деньги, наши дети, его тут же записывают в недотепы. Под влиянием окружающей среды человек начинает и дома говорить: *"Мои деньги!"* Он не замечает своих слов, адресованных жене, которая зарабатывает ничуть не меньше его.

Неумная жена закатывает по этому поводу истерику. Умная молча проглатывает обиду. Особенно болезненно воспринимается эгоизм мужа женщиной, просидевшей несколько лет дома, воспитывая детей. Если ребенок заболевает, это значит, что его мать обидели особенно болезненно. В верхней части детского животика возникают сильные спазмы всякий раз, когда он

слышит, что любовь опять пересчитывается на деньги или вещи.

Отношение, начавшееся с родителей, распространяется на весь свет. При виде того, как пренебрежительно люди относятся к любви либо отзываются о ней, у Вас от отчаяния, вполне возможно, перехватывает дыхание. При мысли о лучшем будущем человечества Вас охватывает чувство безысходности и пессимизма. Если Вы не умеете их высвободить, но не желаете, чтобы они одержали над Вами верх, то начинаете их в себе подавлять и заставляете себя надеяться на лучшее. Вынуждаете себя превозносить духовные ценности таким образом, чтобы их поняли и признали окружающие.

Многие признают, а те, кто не признает, начинают наносить Вам удары. Лупят, как говорится, от души. Тем самым они учат Вас уму-разуму, дескать, прежде чем соваться с наставлениями, освободи-ка лучше свои стрессы. Вы хватаете ртом воздух, защищаете живот руками и начинаете думать. Как и я в свое время. Когда отчаяние делается невыносимым, Вы оказываетесь вынужденным пораскинуть мозгами над его смыслом.

Родительское желание, чтобы один из них доказал другому свою любовь, перерастает в желание, чтобы дети доказывали свою любовь родителям. Поскольку мужчины страдают сильнее из-за неспособности доказать свою любовь, большинство из них не требует этого и от детей. Они предпочитают держаться от детей подальше либо начинают доказывать, кто в доме хозяин. Доказать любовь невозможно, а доказать, что ты хозяин, можно. Матери же до своего смертного часа будут, скорее всего, сетовать на нехватку денег как главную причину их несчастной жизни. Тем самым они доказывают, что нельзя любить мужа, который держит семью в бедности. Доказывают, но доказать не могут. Тогда они принимаются обвинять всех в том, что никто им не верит. И верно - не верят.

Если Ваша мать из их числа и если Вы - человек очень чувствительный, то можете ощутить, что при мыслях о матери у Вас начинает пучить живот - ощутимо, зримо и осязаемо. А также при мыслях о жадности отца или обоих родителей. Отпустите от себя **желание доказать своим родителям, что они поступают неправильно, и желание осчастливить родителей, достучавшись до их сердец**, тогда одним страданием у Вас будет меньше.

Могу сказать, что высвободить эти два стресса бывает особенно трудно, если Вы часто общаетесь физически со своими косо мыслящими родителями. Если родители покинули сей мир, у них легче испрашивать прощения за то, что Вы не сумели разъяснить им духовные ценности жизни, хотя за этим и явились на свет. Духам легче прощать то, что они не вняли наставлениям. Испросить прощения у собственного тела - задача также выполнимая.

Родителей переделать невозможно, но можно сделать так, чтобы самому не стать подобным родителем. Лучший наставник - новорожденный младенец. **Знайте, что во время кормления грудной младенец заглатывает в себя воздух, если мать либо иные присутствующие низводят любовь к оценивающему любованию ребенком.** Либо к сокрушающему оцениванию, если ребенок родился нездоровым. Если человек не замечает этого за собой, он наносит урон здоровью.

Вспомните принципиальные проблемы, о которых шла речь в предыдущей главе, связанные с недомоганиями в верхней части живота, и тогда Вам будет

легче понять настоящую главу.

Воздушный пузырь в желудке, который выводится наружу в виде резких звуков, если держать ребенка вертикально, вызывает в детском животике такую же режущую боль, как и ту, что причиняют детской душе материнские слова или мысли. Вам прекрасно известно, какая это напасть - детские газы. Чем больше ребенком любуются, то есть чем больше подчеркиваются хорошие качества, тем сильнее желание и в дальнейшем видеть то же самое. А поскольку жизнь следует по синусоиде, то **абсолютно то же самое не может повториться никогда**. Если этого тем не менее желать, останавливается качественное развитие жизни. Чем сильнее сокрушаются у постели больного ребенка, тем нереальнее подъем его жизненной синусоиды.

Бывают больные от рождения дети, которые не терпят притворного веселья, чрезмерных нежностей и умиленного сюсюканья. Высвободите свой оптимизм и будьте нормальными. Поймите, что Ваш ребенок предпочитает оптимизму пессимизм. А более всего ему подходит спокойная серьезность. Врожденная патология выражает собой кармический долг, который возник в предыдущей жизни как о следствие того, что человек желал чрезмерно хорошего. Теперь он явился познать откровенно плохое. Помогите ему своей честностью, не скрывайте плохого. Поверьте, плохого в Вас не более чем на 49%. В количественном смысле все мы в этом отношении одинаковы. Осознав это, Вы станете человеком, учитывающим обстоятельства и приспособливающимся к ним, и у Вас разовьется удивительная находчивость, с которой Вы поможете ребенку приспособиться к жизни.

У каждого человека есть нечто, являющееся для него святым. Святыня, которая превозносится, кажется великой и прекрасной, и честь превозносить ее обычно выпадает на долю сильных мира сего. Разговор пойдет не о ней. Я говорю об **истинной святости**, которая настолько личная для каждого человека, что о ней никогда не говорят. Для выражения святости нет слов. **Священное чувство** может превратить любого маленького человека в святого, если он верит в свою святость и не боится того, что она может померкнуть, сойти на нет или разрушиться. Подобный уравновешенный человек держит свою святыню при себе, ибо знает, что ни к чему провоцировать корыстолюбие окружающих.

Поскольку большинство испуганных людей своим страхом провоцирует окружающих осквернять их собственную святыню, то так и происходит. Иной раз злонамеренно, а чаще безо всякого злого умысла. Если стресс не снят, то чем больше человек *желает, чтобы его святыню признавали таковой*, тем больше оскорблений ему приходится сносить. В ком нет святости, тот моментально становится грешником.

Кто считает святым воскресенье, тому нет дела до того, что его могут посчитать ленивым. Занимаясь в святой день проблемами души больше обычного, человек очищается от того, что другие считают виной. **Святой день** не обязательно должен быть воскресеньем. У каждого может быть свой святой день, святое деяние, святыня, вызывающая трепетное благоговение. Если мы именуем нечто святым, например, семью, и вместе с тем стремимся вырваться от семьи подальше, чтобы отдохнуть, то мы заблуждаемся. Хотим считать семью святыней, однако не считаем, и потому семья утомляет. Отрываем от семьи святой день - воскресенье, чтобы поработать и

почувствовать себя счастливым, но не становимся счастливыми. Слишком много работы истребляет святость. Вообще всякая чрезмерность губит святость.

Святотатство приводит к отчаянию - стрессу, который стальными тисками сдавливает III чакру. В момент острого отчаяния возникает потребность опорожнить кишечник. Чем отчаяние сильнее, тем больше это выражается в виде внезапного расстройства желудка. Иному достаточно подумать: опять я попал впросак, как он уже торопится в туалет.

Кишечник работает как по часам у того:

1. Для кого в жизни нет ничего святого, ибо ему все безразлично.

Либо у того:

2. Кто умеет беречь свою святость в душе так, что земные дела ее не оскверняют. Это идеальный способ сберечь святость.

Знайте, что *при необходимости* свободная энергия реализует себя сама, поэтому высвободите все свои заветные планы, так как без этого они не смогут реализоваться. Умеете - освободите все планы разом, не умеете - освобождайте по одному. Если после этого у Вас изо рта и кишечника станет выделяться газ без запаха - с задачей Вы справились. В будущем жизнь покажет, суждено ли Вашей прекрасной идее осуществиться на физическом уровне.

Самая неосуществимая из всех идей, которая может быть у человека, - это идея перевоспитать ближнего в духе идеала либо сделать его здоровым и счастливым.

Святость - это идеал, без которого нельзя жить, поэтому в любом живом человеке есть нечто святое, даже если он в знак протеста заявляет, будто у него ничего святого нет. Независимо от уровня развития, духовные ценности идеализировались всегда. Если их видят в земных вещах, то *земная вещь становится ценной*. Страх ведет к обратному. Он превращает данную земную ценность во врага духа и считает, что раз земное преходяще, то не имеет и духовной ценности.

Духовная ценность земной вещи заложена в самом ее существовании.

Чем сильнее страх, тем с большей опаской человек относится ко всему земному и тем больше его отвергает, видя в нем дьявола, которого нужно истребить. Невзирая на это, земное тело и духовное тело изначально равноценны, однако они имеют разный смысл. Поэтому нужно *одинаково оценивать* сущность обоих, но нельзя *сводить* духовную ценность к физической. Тем не менее это происходит сплошь и рядом.

Жизнь устроена так, что если тело, имеющее первостепенное значение, т. е. духовное тело, дает земному телу *то, в чем нуждается земное тело*, то взамен земное тело отдает ему *то, в чем нуждается духовное*. **Обоюдная отдача помогает жить и развиваться, опираясь на взаимопомощь.** Дух сообщает телу житейскую мудрость, посредством которой тело созидает материальные ценности, что, в свою очередь, необходимо для духовного развития. Оба они как будто идут своей дорогой, однако постоянно передают друг другу нечто, в чем другой нуждается, и получают взамен. Такое движение подобно спиральной лестнице, ведущей на небо.

Подобная лестница, ступени которой символически соотносятся с развитием физического тела, а перила - с духовным развитием, наличествует в ядре каждой клетки человеческого тела. Она называется **ДНК - дезоксирибонуклеиновая кислота**, которая выглядит, как двойная спираль, состоящая из цепей. Звенья цепи именуются **генами**, в них записана **вся наследственная информация о жизнедеятельности как клетки и организма, так и о жизнедеятельности их потомства**. Хотя клетки различных тканей и отличаются внешне, у них принципиально одинаковое содержание.

Клетка являет собой модель тела, в которой есть все, что есть и в теле. Ядро клетки, где находится спираль ДНК, равнозначно сердцу, т. е. средоточию души. Это означает, что все скрытые тайны души на самом деле тайнами не являются, поскольку они запечатлены на физическом уровне, вот только прочесть их пока еще не умеют. Вместо того, чтобы, обнаружив ошибку, научить человека эту ошибку исправить, ныне стараются вычленив больной ген из спиральной цепочки и заменить его здоровым. Ученые не задумываются о том, что совершают насилие. Душа хоть и протестует, однако все же позволяет это делать. На опыте ведь учатся. Ученые не сознают того, что есть еще кто-то, кто глядит на это деяние со стороны и знает про издержки благих деяний. Это - Дух.

Духовно возможно увидеть патологию генов, вызывающую генетические заболевания. Если **ген сдвинулся с места в генной цепочке**, это значит, что человек из-за своих ошибочных представлений свернул со своего жизненного пути на *неверную дорогу*. Под неверной дорогой обычно подразумевают путь, ведущий к преступлению. Неверная дорога есть следствие неверной *духовной* дороги. Не исключено, что скоро наука позволит нам взглянуть на наш больной ген на фотографии. Высвободив стресс, вызывающий патологию в гене, мы сможем полюбоваться уже на другой фотографии результатами своих способностей. Надеюсь, тогда Вы поверите в силу мысли. Кто в прошлых жизнях повторял достаточно часто одну и ту же ошибку в разных ситуациях, да и в нынешней выбирает условия для ее повторения, у того виток спирали завершен. Дальше уже невозможно развиваться *на манер примитивного человека*, творящего зло. Конкретная энергия перелилась через край и выразится в виде болезни на следующей, более высокой, ступени развития. Это значит, что если человек не осознавал своих ошибок, когда *творил зло*, то мог бы осознать их сейчас, когда, как ему кажется, он *творит добро*.

Ребенок с генной патологией сам учится тому, как стать нормальным, и учит этому родителей. Когда родители освобождаются от **неверных** мыслей, они начинают относиться друг к другу соответственно своей половой

принадлежности. Иными словами, начинают нормально относиться друг к другу. **Сместившийся ген ребенка возвращается на свое исконное место.** Отношения между родителями выправились, и ребенок выздоровел. Никто никого не переделывал - все изменились сами. Таких случаев, когда маленький пациент излечивался, в моей практике было немало. Приобретенные болезни также являют собой подобное смещение генов. Ведь каждый ген - это носитель одной конкретной идеи. Смещение гена в генной цепочке - дефект, видимый глазу. Это аналогично тому, что **плохой человек потому плох, что его плохое видно окружающим.** В борьбе "кто кого" слабого сталкивают с его места. Кто после этого вместо примитивной схватки предпочитает подковерную борьбу, у того в гене возникают изменения. Это аналогично тому, что **хороший человек потому хорош, что он скрывает свое плохое.** Если человек скрывает его и возвращает, чтобы в некий момент проявить свою власть, он повреждает свой ген изнутри. Настает день, когда ген скукоживается и выглядит дефективным даже внешне. С точки зрения новейших достижений медицины, возникает болезнь, вызванная этим покалеченным геном. Давайте вынем его из клетки и заменим новым. Грандиозно! Сделаем-ка из человека нового. И делают. Совершенно нового человека, да так, что он **сам себя не узнает.**

Ученые даже не подозревают, насколько верные вещи они говорят. Они берут у человека *ген конкретного неверного представления* и заменяют его *геном нормального представления.* Идея замечательная. Только вот сам человек и пальцем не пошевелил. Опять все было за него сделано на физическом уровне. Между тем в человеке живет знание того, что на свет он явился добиваться счастья в жизни своими руками. В этом состоит смысл жизни каждого из нас. Ни один ген не существует самостоятельно и не вызывает сам по себе болезней.

Ген подобен некоей мысли, которая для достижения собственной цели впрягает в упряжь другие мысли. Угадайте, что произойдет, если глава авторитарной системы оказывается недееспособным и его отстраняют и замещают нормальным правителем? В первый миг возникает полная неразбериха, хаос. Никто ничего не соображает. Никто уже не является самим собой. Хаос можно ликвидировать насильственно и внешними факторами - лекарствами, но проблема остается. Не за горами новые болезни.

Революция в государстве замещает одного главу государства другим. Что произойдет, если главой государства назначается святой? Если граждане не готовы к такому повороту, может произойти немало удивительного. Совершенно нормальный ген символически является святым. Если научить народ понимать духовную сторону жизни, то он примет своего нового главу государства. Это значит - если человек осознает свои ошибки и ему помогают поскорее подняться на ноги при помощи генного лечения, то и врачи, и пациент начинают лучше разбираться в жизни. В противном случае мы имели бы как следствие все более агрессивное общество.

Высвобождая свои стрессы, Вы улучшаете собственный генетический код и генетический код своих потомков. То есть ликвидируете в том числе и те болезни, которые еще не возникли, но уже замаячили на Вашем горизонте. Такова истинная предупреждающая медицина.

Базовой энергией генетических отклонений является **отрицательное отношение**.

О тварях божьих

Все сущее - свято. Давая однозначную оценку сущему, мы истребляем святость. Все, чему мы даем оценку, остается у нас внутри энергетически и вызывает недомогания разной степени, тем самым подавая знак, чтобы мы его высвободили.

В плену у диафрагмы томится немало представителей животного царства. Энергия лягушки, она же энергия обиженности, с присовокуплением униженности превращается в энергию **крокодила**, ибо унижение задевает больше всего. Крокодил горазд мутить воду и ориентироваться в этой мути. Когда он раскрывает пасть, что-то туда да попадает. Он пожирает жертву, а сам проливает крокодиловы слезы - от жалости к себе. Почему? Потому что в его представлении ему приходится довольствоваться мелкой и скудной добычей. *Ему стыдно, потому что ощущает себя посрамленным.*

Энергия лягушки и крокодила - это комплекс маленького человека.

Кто считает себя лучше, чем он есть, у того энергия кита и акулы.

Маленький человек ждет, чтобы его жизнь наладили другие. Большой человек желает доказать, что и свою, и чужие он улучшает сам. Ни тот, ни другой не сообразят, что духовно они делают все только для себя и что своими поступками не следует похвалиться перед ближними. В повседневном обиходе эти энергии мы именуем **мелочностью и широтой натуры**. Так, в смысле общественной позиции, большой человек может быть мелочным, а маленький человек может проявить широту натуры.

Хотя диафрагма - **орган с виду простой**, в ней можно отыскать энергии многих видов животных. Если рассматривать ее с точки зрения печали, т. е. воды, то в ней отыщутся водные животные. Это значит: кто живет в печали, тому следовало бы высвободить соответствующих водных животных. Кто печали не страшится, тот относится к ней без злобы, и **диафрагма** у него **подобна медузе**, обитающей *близко от поверхности воды*, двигаясь вверх-вниз легко и непринужденно. В меру эластичная и упругая, медуза живет себе как бы между прочим на подходящей для нее глубине и никого не задевает. Волны для нее - ритмичные чередования обстоятельств, без которых она не была бы медузой.

Набухшая диафрагма подобна киту, который старается стоически переносить несправедливость, но тем не менее опечален - из-за своих огромных размеров. Кит относится к млекопитающим. Поскольку он

выкармливают детеныша молоком, кит является дающим, который старается отдавать, чтобы им были довольны. Выброшенный на берег волнами печали, кит погибает, и его разлагающаяся туша по масштабам гниющей плоти не сравнится ни с одной иной падалью, а потому и бывают столь велики гнойные очаги под печенью. А жидкость под печенью подобна китовым слезам - она же печаль из-за того, что мне приходится покориться массе, ибо она одерживает надо мной верх.

Воспалительные видоизменения или поражения подобны акуле, отхватывающей куски зубами. Разъяренный из-за несправедливости человек и есть такая акула. Покуда эта энергия сдерживается желанием быть хорошим человеком, он причиняет боль себе. Когда же боль доводит человека до отчаяния, он набрасывается на беззащитных. Как водится, на тех, кто слаб и убог. Так энергия кита уступает дорогу акуле, иначе говоря, хороший человек делается плохим.

Человек, у которого напряжена диафрагма, может ощущать режущую боль, когда он ест слишком быстро или слишком много, то есть когда набивает желудок, точно акула. Так как чувство протеста и желание побороть несправедливость оказываются сильнее страха испытать боль от еды, то человек ест, чтобы набраться сил. Любое недомогание, не говоря уже о боли, которая не унимается, приводит человека в отчаяние. Отчаявшегося человека легко загнать в угол и унижить. Кто принимается кричать и вопить, у того воспаление диафрагмы выплескивается наружу в виде нечистот. Кто все держит при себе, тот может умереть от собственных нечистот.

С точки зрения несправедливости, жизнь у водных животных проще, нежели у наземных, поскольку вода их и кормит, и защищает. Точно так же ведет себя водное животное в человеке. Вероятно, Вам по собственному опыту известно, как можно кормиться и защищаться при помощи слез.

У наземных животных взаимоотношения с водой несколько иные.

Пример из жизни.

У одной из пациенток диафрагма предстала передо мной в виде **жирафа**, угодившего по самые уши в яму с навозной жижей. В первую очередь я стала обследовать диафрагму, так как женщина дышала очень поверхностно. Внешние нечистоты энергетически сдавили грудную клетку пациентки. Сама она сетовала на необъяснимо плохое самочувствие, донимавшее ее после двух курсов больничного лечения.

В первый раз ее лечили от укуса клеща и по поводу сердца, но поскольку у нее развилась от лекарств аллергия, она покинула больницу. Этим фактом она гордилась. На деле же она чувствовала, что в больнице к ней относятся как к сумасшедшей, которой не нравятся лекарства. Во второй раз ей лечили легкие, но и на этот раз возникла аллергическая реакция. У женщины произошел нервный срыв, и лечение было прервано. Она считала, что как пациентка она никого не заинтересовала и потому ее столь легкомысленно выписали из больницы.

Во избежание худшего она решила смириться с несерьезными недомоганиями, решила преодолеть плохое. Хронический кашель с белой тягучей мокротой не проходил. *Энергия жирафа являет собой желание всегда одерживать верх над неприемлемой несправедливостью и глядеть на нее свысока. Желание самостоятельно улаживать свои дела.* Эта женщина обладала поразительным терпением. Сами посудите - смогли бы Вы ждать, как ждет жираф, погруженный по уши в житейские нечистоты, т. е. несправедливость.

Хронический бронхит возникает у человека, который протестует, почему, дескать, такая трудная жизнь ему выпала, **который постоянно борется с трудной и несправедливой жизнью и одновременно с этим примиряется, так как желает доказать, что он выше этого.** Выше и лучше. Оказавшись в беспомощном, печальном и безвыходном положении, человек ощущает злость из-за собственного бессилия выкарабкаться из данной ситуации.

Когда мы высвободили жирафа, обнаружилась курдючная овца. Женщина уже давно ощущала в груди стеснение и неприятную тяжесть, но привыкла к этому. Поскольку ее жалобы никто не мог толком объяснить, она и перестала сетовать. Когда я поинтересовалась, есть ли у нее эти ощущения, она с живостью принялась их описывать. Эта женщина была из тех, о ком говорят, что он похож на овцу, с которой постоянно стригут шерсть и которая в конце концов оказывается на вертеле.

Речь идет о том, что человек **осознанно примирился с тем, что его умышленно эксплуатируют**, ибо у него нет ни ума, ни богатства, ни сил, чтобы себя защитить. Разница между примиренчеством курдючной овцы и обычной овцы заключается в том, что курдючная при этом испытывает злобу и копит ее впрок. Женщина подтвердила, что ей ненавистны несправедливость и предвзятость, поскольку мешают ей жить по-человечески. Скрытая злоба откладывается в виде жировой ткани даже там, где жировой ткани не должно быть.

В данном случае испытываемая женщиной злоба к несправедливости скопилась на верхней поверхности диафрагмы, а злоба к предвзятости - под диафрагмой, отчего и возникло постоянное ощущение стесненности. Верх живота приобрел у нее форму бочонка, тая в себе бережно накопленный бочонок жира. Себе она представлялась такой старой, что внешность уже не имела для нее значения, похвалиться же своей работоспособностью и порядочностью была готова всегда. А как похвалиться, если не внешне? Больше нигде на теле жира я у нее не заметила.

С такой диафрагмой дышать очень трудно. Во-первых, потому, что она тяжелая, а во-вторых, потому, что занимает очень много места. Малейшее физическое усилие - человек уже задыхается и утирает пот. Чувство усталости становится хроническим, а вкус к жизни мало-помалу улетучивается. **Человек, пытающийся выстоять под напором несправедливости**, хочет тихонько затаиться в своей норке. Единственное его желание - чтобы несправедливость была уничтожена.

Жизнь берет свое, и человека начинают как будто нарочно терзать. Его заставляют двигаться, что раздражает со временем все больше и больше, вплоть до неприязни к малейшему движению. Он не желает видеть детские игры, спешащих молодых людей, бегущих животных, мчащиеся автомобили и ничего из того, что заставило бы его ускорить шаг. Если он заболевает и врач советует ему больше двигаться, такой врач - плохой. Если в следующий раз врач спрашивает, начал ли он ходить на прогулки, ему кажется, что врач издевается над ним. Разве непонятно, что больной человек бегать не может! Такой человек замыкается в одиночестве, и поначалу ему там хорошо. Впоследствии же очень плохо.

Чем больше человек жарится в своей злобе, точно курдючная овца, тем серьезнее болезни у него возникают.

Понадобилось немало времени, прежде чем я поняла, что состояние диафрагмы указывает на то, насколько мы люди, а насколько - животные. **Для кого жизнь - святыня, тот человек.** Кто желает быть человеком, у того в диафрагме обитает энергия животного и вынуждает его вести себя аналогично этому животному. Соответственно желанию человека стать лучше, диафрагма может выявить необычных животных либо создать неестественный и уродливый их симбиоз. Уяснить символ не всегда бывает просто, но люди сами помогают разгадать его смысл.

Если в человеке есть чувство святости, диафрагма поднимается и опускается ритмично, позволяя выше- и нижерасположенным органам также двигаться в такт нормальному ритму жизни. Чем острее ощущается несправедливость и предвзятость, тем сильнее напряжение в диафрагме, что оказывает воздействие практически на все ткани тела. На органы, которые непосредственно с ней соприкасаются, оказывается прямое воздействие, на остальные - косвенное.

Животная жизнь

Насколько человек болен физически, настолько он - животное. Почему? Потому что животное неспособно подавлять в себе стрессы. Человеческое животное не способно *бесконечно* подавлять в себе стрессы, хотя следовало бы. Когда чаша переполняется, накопленное выплескивается наружу и материализуется в виде болезни. По состоянию диафрагмы можно определить, что человек из себя представляет - возвышенного человека либо униженное животное.

Сверху от диафрагмы расположена энергия несправедливости.

Символически она соотносится с **энергией быка**. Кто ощущает себя так, словно он - животное, выращенное для того, чтобы им пользовались, тот и

есть бык. От человека зависит, скотина он или нет, позволяет использовать себя или нет. Кто является человеком, к тому не относятся как к скотине.

Снизу от диафрагмы расположена энергия предвзятости. Символически она соотносится с **энергией овцы**. Кто ощущает себя так, словно он овца, с которой регулярно стригут шерсть, тот и есть овца. Если он не высвобождает из себя овцу, его в довершение ко всему насаживают на вертел. Кто не является доверчивой овцой, тот ближних не дурачит.

Несправедливость и предвзятость воздействуют на все тело - от темени до кончиков пальцев ног - *через горизонтальные энергетические каналы*. Все, что касается *желания* человека честно вести свои дела, быть святым, сопряжено с чувством стыда, покуда он не научится жить, исходя из потребностей. Пока не поймет, что такое честность и что такое ложь, что есть честь, а что позор.

Дикие животные вырастают на лоне природы и имеют чувство собственного достоинства. Домашние животные - крупный рогатый скот - относятся к мясному скоту, и их с самого рождения используют на потребу человеческого желудка. Ребенок, которого воспитывают исходя из собственных желаний, подобен скотине, которая постоянно страдает от несправедливости. Он - никто, и его используют в зависимости от того, насколько он нравится. Чем больше нравится, тем скорее его используют. Чем сильнее он напрягается, затаив дыхание, тем толще у него делается диафрагма. В конце концов он затаивает дыхание при любой мелочи - а вдруг он окажется больше не нужным. В критический момент все из него выплескивается в виде звериной ярости.

Как-то раз имела дело с молодой женщиной, у которой был **sclerosis multiplex**, рассеянный склероз. Какой стресс вызвал эту болезнь? То было отчаяние от обнаружения ужасающей истины: *я люблю, как любит невинное дитя, а меня превратили в орудие для достижения своих целей. Я хороша во всем и стремлюсь быть еще лучше, а меня взяли и предали. Ради своей любви я вынуждена делать все, что от меня хотят, в противном случае я буду лишена любви*. Волевая женщина сделалась безвольной. К такому состоянию привел страшный гнев, **гнев разъяренной львицы**, и желание отомстить ничегонеделанием, абсолютной неподвижностью, что подобна **сброшенной змеиной коже**. Почему так произошло? Потому что женщина **стыдилась повести себя так, как ей хотелось**. Если бы речь шла только о ее мучителе, она проучила бы его и рассмеялась бы ему в лицо. Но мысль о позоре, который ее ожидает, когда всем все станет ясно, заглушила всякое желание отомстить. **Подчинение воли чувству позора вызвало болезнь, связанную с неподчинением мышц воле**. Тело показывает, что бывает, когда у человека нет своей воли.

Не зря существует выражение "упереться как бык". Иной так упирается рогами, по-другому говоря, протестует, что к нему не подступиться. Никакими словами не проймешь. Лучше отойти в сторону и оставить его в покое. Второму угодно, чтобы с ним возились, но и он тоже вызывает желание

держаться от него подальше, но если это сделать, он же принимается **охать, кряхтеть и сопеть**. Обиженный на несправедливость малый ребенок сопит, точно бычок, и глядит исподлобья. Чтобы определить его настроение, высшая математика не нужна.

Зато бабушка шумно сопит днями напролет и обижается, если спрашивают, что с ней. Она и сама не знает, что с ней. Ей кажется несправедливым даже то, что другие моложе ее. А следовательно, радостнее, счастливее, здоровее, умнее, богаче. С нею же жизнь обошлась несправедливо! И если она каждый день заводит об этом разговор, молодые убегают, не дослушав ее.

Человеку помоложе либо молодому, которому приходится жить с подобным старым человеком под одной крышей, может настолько осточертеть старческое брюзжание, что он всех стариков возненавидит. И уж, конечно, к себе не подпустит. Старикам такой человек кажется несправедливым, а на самом деле он просто хочет уменьшить чувство вины. Он пребывает в постоянной самообороне, и каждый пустяк выводит его из себя.

Развяжите все названные стрессы и запомните, что несправедливость - это то, что Вы считаете несправедливостью. Одна мамаша сказала: *"Конечно, это несправедливо, что мою новорожденную кроху так жутко колют шприцами"*. В течение нескольких недель ею была проделана над собой колоссальная работа, чтобы искупить то, что случилось при родах, и ее малыш быстро поправился, на удивление врачам. Стоило же мне упомянуть стресс несправедливости, как он выплеснулся наружу в том виде, в каком таился в душе.

Она прекрасно понимала, что ребенку требуется лечение и что иначе, чем шприцами, ввести в тело лекарства было невозможно. За это время она ни разу не обвинила врача, который вел ее роды, не говоря уже о тех, кто лечил ее младенца. Она понимала, как много ею самой допущено ошибок. Весь ее облик говорил о бесконечной признательности, однако неснятые стрессы всегда находят лазейку, чтобы вырваться наружу.

Кто вершит самосуд, в том клокочет злоба против несправедливости, и ему постоянно кажется, что жизнь несправедлива. Диафрагма представляет собой энергетическую границу, делящую тело надвое - на будущее и прошлое, тогда как сама она является настоящим. **Кто уясняет философию правды и права сегодня, для того вчерашнее и завтрашнее сливаются в единое целое.** Целостная жизнь - это здоровая жизнь.

Пример из жизни.

Как-то раз, когда я выступала с лекцией, один из слушателей то и дело кашлял. Как только я закончила выступление, человек подошел и спросил: *"Вы слышали, как я кашляю?"* Чтобы этого не услышать и не увидеть, нужно быть глухой и слепой - ответила я. Кашель продолжался уже несколько месяцев. *"Что за стресс сидит во мне?"* - спросил он. Я ответила, что он считает себя настолько хорошим человеком, что взял право страстно бороться против несправедливости и опечален тем, что борьба его безуспешна.

Он приумолк и вскоре громко рассмеялся. Его несказанно развеселило то, что я назвала его хорошим человеком. По ходу лекции он не раз отпускал саркастические замечания по поводу хороших людей, а теперь его самого назвали хорошим. Он понял то, чего не понимал раньше, - видя в ближних псевдохорошее, он видел в них самого себя.

Через час он снова подошел, на сей раз с большой свитой, и сообщил, что кашель у него как рукой сняло. Ему хотелось продемонстрировать людям человека, спасшего его от напасти. Я сказала, что у него хватило рассудительности быстро распознать в себе злобу, и потому кашель ушел. Но и непонятливости в нем тоже хватает, иначе он не посчитал бы меня избавительницей. Он состроил на миг гримасу протеста, но все понял и с довольным видом отправился восвояси.

Когда человек признает свое заблуждение, недуг с готовностью сдает свои позиции. За энергетическим улучшением следует физическое выздоровление.

Все болезни легких связаны с диафрагмой. Бактериальные воспаления легких происходят оттого, что человек, протестующий против ограничения своей свободы, обвиняет других в пристрастности, предвзятости, несправедливости, но себя со стороны не видит. Таким "другим" может, к примеру, оказаться холод. Боязнь холода вызывает злобу на холод, и человек, выйдя из дома недостаточно экипированным для похода на Северный полюс, досадует, мол, почему похолодало именно сегодня. Виновным в воспалении легких, последовавшем за простудой, объявляется все тот же холод. Фактически же холод как страх является лишь благоприятствующим фактором.

Вирусные воспаления легких возникают, когда в отсутствии *личной свободы, т. е. отсутствии возможностей*, человек **обвиняет самого себя**. Например, корит себя за то, что сглупил и не рубанул правду-матку в глаза другому. За то, что струсил и не расквасил тому нос. Что растерялся и не заехал по морде. Это значит, что **вирусное воспаление легких развивается тогда, когда человек винит себя в том, что не причинил умышленного зла кому бы то ни было**.

Если один из родителей укоряет себя: *"Почему я не сказала мужу, чтобы тот пошел и навел порядок! Почему я не сказала ему, чтобы он не возвращался домой прежде, чем отомстит за эту несправедливость!"*, то ребенок заболевает вирусным воспалением легких. Итак, **причина детского вирусного воспаления легких заключается в том, что один родитель обвиняет себя в том, что не велел другому причинить умышленное зло ближнему**.

Человек, павший жертвой несправедливости, начинает искать выход. Чем больше он пострадал, тем больше старается избегать несправедливости, пока не приходит к выводу, что ее **разумнее всего предвосхитить**. *Запомните следующее: предвосхищение проблем с помощью уловок, выдуманных умом, увеличивает эту же проблему в плане душевном. Физическая проблема становится душевной. Стремясь предупредить несправедливость, человек*

старается быть полезным. Так, человек, не желающий быть глупой овцой, которую постоянно стригут, т. е. дурачат, превращается в животное, от которого сразу отхватывают кусок без предварительной стрижки. **Стараясь предвосхитить несправедливость, человек становится жертвой несправедливости.**

Стресс, с помощью которого это происходит, есть **желание быть полезным**. Оно вынуждает человека предлагать свои услуги. При этом возможны два варианта: их либо принимают, либо не принимают. Принимает тот, кто не желает ближнего обидеть, т. е. в ком сидит **страх обидеть**. Предложившему свои услуги это нравится, и он полагает, что принявшему тоже нравится. Зачастую, особенно поначалу, так оно и есть. Предлагающий от этого вдохновляется и предлагает все больше и больше, покуда себя не исчерпает. После этого он принимается обвинять ближнего в том, что тот его использовал. Если тот действительно его использовал, то усмехается ему прямо в лицо и говорит - в другой раз будешь умнее. Это значит, что использовавший тебя человек - честный учитель, хоть и суровый. Кто же не собирался вовсе использовать ближнего, тот глубоко оскорблен - он, возможно, принес себя в жертву, чтобы ближнему угодить, и принял предлагаемое. Оказывается, что предлагающий навязал свой товар и теперь требует за него умопомрачительную цену.

Кто боится обижать ближних, того самого обижают.

У кого вовремя просыпается совесть, тот от предлагаемого, скорее всего, отказывается. Когда-нибудь, возможно, предлагающий скажет ему спасибо, но вместе с тем он обижен и никогда этого не забудет. Это значит - не простит. Классический пример - влюбленные женщины, и особенно юные девушки, предлагающие себя избраннику. Они отдают то, что считают наиболее ценным, - любовь, которую зачастую путают с телом, и, если мужчина ее не принимает, оскорбляются до глубины души. **Женщина, предлагающая себя мужчине, никогда не простит, если мужчина ее не захочет.** До конца своих дней она, возможно, будет мечтать о сладостной мести. И вместе с тем испытывать благодарность за то, что мужчина не злоупотребил ее юностью, глупостью, красотой и невинностью, а преподнес хороший урок. Поэтому современные мужчины все реже отказываются от женской плоти. Ведь они чувствуют, что женская мысль, и особенно злоба, - величайшая сила в мире.

Мечты о мести ведут к заболеванию крови.

Страдания из-за неразделенной любви и вынашивание мести могут вызвать рак крови.

Желание быть полезным для супруга, матери, отца, родителей супруга, бабушки, дедушки, ребенка, друзей, родственников, знакомых, соседей, сослуживцев, народа, государства, человечества означает разбазаривание самого себя. Следствием в любом случае является неудовлетворенность, ибо

осчастливить никого не удастся. Более того, кому Ваши услуги пришлось не ко времени, тот завидует тем, для кого Вы оказались полезным.

О необходимой потребности

Для разъяснения сути стрессов я буду пользоваться такими понятиями, как "тюрьма", "пленник", "заключенный". Если эти слова Вам не по душе, подыщите для себя другие. Важно, чтобы Вы научились высвобождать стресс.

Пленнику необходима свобода. Сама по себе свобода - это все то, что человеку нужно для счастья. Каждый заключенный живет во имя свободы. Его душа тоскует по свободе. Разум соображает, как ее достичь, а руки-ноги реализуют задуманное. Руки у пленного не могут бездействовать. Они должны по меньшей мере попытаться проделать отверстие в стене камеры. Чем дольше мы удерживаем в плену негативность, тем она становится больше и тем шире должно быть отверстие, через которое будет совершаться побег.

Отверстие в стене - это болезнь. Чтобы заделать отверстие, вызывают ремонтную бригаду. Чем здание внушительнее, тем престижнее мастера. Чем оно богаче, тем выше их расценки. Чем оно прославленное, тем прославленное и бригада. Имя этой бригады - Медицина. Если это и не бригада, то какой-нибудь добрый человек, который обещает устранить дефект. Возможно, и устраняет. Отверстие заделывается чужими силами, и внешне стена кажется целой. Истину знает лишь само здание.

Беглого пленника ловят и снова помещают в тюрьму. Бросают в глубокое подземелье, где за десять стенами и запорами место будет надежнее, да и подальше от чужих глаз. Снаружи приставляют охранника, чтобы тот ходил взад-вперед и регулярно заглядывал в глазок. Если охранник добросовестный, он не ограничивается рутинным присмотром, а начинает в служебном рвении приговаривать морализаторским тоном: *"Уж я-то знаю, что ты делаешь. Уж я-то знаю, о чем ты думаешь. Сиди тихо, уж теперь-то тебе не убежать"*.

Подобным охранником становятся в большей или меньшей степени все родители и люди постарше, кто хоть сколько-нибудь печется о ребенке либо заинтересованно следит за его благополучием. Иными словами, кто желает ребенку добра. Ребенок, он же пленник, напрягается всякий раз, когда слышит приближающиеся шаги охранника. Стремление к свободе приводит его руки в движение. Поймавший его с поличным охранник принимается ругаться, угрожать, предупреждать, урезонивать и высмеивать.

Чем охранник умнее, тем сильнее у него чувство ответственности, и, пользуясь своим правом сильного, он выдумывает приказы и запреты, не сознавая того, что все это и есть унижение. Охранник справляется со своей работой тем лучше, чем больше он намаялся сам в родительском плену. Страх, что меня перестанут любить, если я не буду с рвением исполнять свои обязанности, поневоле усугубляет в нем прежние ошибки. *Разглядеть в ребенке самого себя и воспитать его в духе сердечной доброты способны лишь те родители, кому в детстве пришлось невыносимо тяжело от родительского плена и у кого чудом уцелела душа благодаря заступничеству ангела-хранителя.* Большого узнику и не надо. Один гуманный охранник

возрождает в заключенном смысл жизни.

Необходимо подчеркнуть, что все символы, которые я использую в описании, позаимствованы мною от самих пациентов. Надеюсь, что задетые родители, читающие эту книгу, не станут обижаться на то, что автор называет их охранниками. Учитывая реакцию, вызванную предыдущими книгами, считаю это напоминание вполне уместным.

Итак, чем больше охранник стремится к общественному одобрению, тем он суровее со своим пленником. Жажда жизни велит пленнику шевелить мозгами, чтобы перехитрить охрану. И вот однажды в голову приходит превосходная мысль. В этот день родилась **интеллигентность** - способность **убрать с чужих глаз долой все плохое и выставить напоказ все хорошее**. Отныне заглядывающий в окошко стражник диву дается произошедшей с узником перемене - тот превратился в завятого каменотеса, и под его руками безобразная каменная стена покрывается ажурным кружевом, чтобы зловещая тюрьма превратилась в прекрасный дворец. Чем сильнее узника хвалят, тем больше он начинает верить в собственную положительность. Прошлое в мыслях задвигается на задний план - ведь сейчас все хорошо. Желание обмануть охрану оборачивается потребностью обманывать самого себя, поскольку так легче притерпеться к хорошему.

Все как будто налаживается, но в один прекрасный день здание обваливается. Никто не понимает, почему. Лишь здание ведает про то, что ажурные стены не выдержали тяжести. Это значит, что интеллигентность погубила душу хорошего человека и тело тоже не выдержало.

Как быть, чтобы с Вами не случилось то же самое?

Представьте себе, что у Вас в душе расположена тюремная камера.

Это камера Страха.

В камере сидит заключенный. Имя ему - Проблема.

Представьте, что Вы распахиваете дверь комнаты настежь и говорите заключенному:

"Ты свободен. Прости, что до сих пор не предоставлял тебе свободы.

Прости, что взрастил тебя таким, какой ты есть. Отныне ты свободен!"

Глядите, заключенный встает, направляется к двери - зов свободы непреодолим. Глядите, как он переступает через порог, как меняется весь его облик, когда он оказывается на свободе. Распрямляет спину, высоко держит голову, расправляет грудь, дышит легко, глаза светятся. По дороге шагает человек, который чувствует, что земля дарит ему тепло. Именно ему. Цветы цветут, птицы поют - и это тоже для него. Чувство одиночества

улетучивается.

Простите себя за то, что не сумели высвободить свою проблему раньше. Простите так, чтобы Вы смогли почувствовать, что на душе стало легче и в голове прояснилось. Вы убедитесь в том, что изменилось не только самочувствие, но и отношения с людьми. **Прощение себя - это наиважнейший элемент процесса прощения.** Кто простил себе, тот способен прощать и другим. В противном случае прощение превращается в пустое разглагольствование в устах хорошего человека.

Не говорите, что Вы не видите своего стресса. Выкройте хоть раз для себя время и **сосредоточьтесь**. Представить столь простую картину доступно каждому. Для этого нужно *время и для начала возможность побыть наедине с собой*. Жизнь постоянно дает нам время, чтобы работать над собой, но мы не умеем им воспользоваться. Мы умеем тратить его на то, на что не следовало бы.

Практика показывает, что зрительно представлять свои стрессы женщины учатся быстрее мужчин. У мужчин же более четкие чувства плюс способность в них разбираться. Развивая в себе способность, к которой Вы предрасположены, не забывайте, что для познания самого себя необходимы все чувства. Кто из-за способности духовного видения считает себя лучше других, тот вполне может быть очень хорошим ясновидящим, но если он не перепроверяет себя остальными чувствами, то *явившийся образ будет ему непонятен*, и своим толкованием он будет вселять страх и ужас. Если для уяснения сути дела использовать все свои чувства, то в конечном счете они сведутся к убеждению, что первоначальное чувство оказалось верным. А более позднее чувство оказалось обманчивым. Более позднее чувство возникает оттого, что человек начинает размышлять. *В мыслях он переиначил свое чувство* и решил, что оно будет точнее, ибо рассудок шепчет, что так лучше.

Разум всегда относится к чувствам с насмешкой, а потому чем человек желает быть умнее, тем меньше говорит о чувствах. **Поначалу он стесняется окружающих, затем стесняется перед самим собой и тем самым чувства умерщвляет.** И если он потом говорит, что знает, то может, положив руку на сердце, говорить как себе, так и другим, что не лжет. Слова словами, разговоры разговорами, но запомните, что о житейских проблемах нам повествуют наши чувства. Признаться в правде особенно трудно бывает мужчинам. Они хотят выставить себя сильными и умными и потому стыдятся сказать, что чувства подсказывают им, как нужно делать то или иное дело. Они говорят: "Я знаю". Так солиднее звучит. Кто чувствует, как обстоят дела, тому было бы полезно проверить свои ощущения зрительным образом. *Если все органы чувств говорят в принципе об одном и том же, значит, Вы правильно уяснили суть незримого.*

Для всестороннего познания самого себя как раз и следовало бы

задействовать все чувства. Например, обратиться к одному из органов, скажем, к сердцу, легкому или печени. Либо же к мышце, нерву, соединительной ткани либо покалеченной кости. *Постарайтесь мысленно его представить.* Возьмем, к примеру, сердце. Если не умеете иначе, то вспомните изображение сердца в анатомическом атласе или представьте свиное сердце, которое продается в мясном отделе. Обратитесь к нему, словно к живому сердцу. Посмотрите, стоит ли оно вертикально либо клонится из-за нарушения равновесия в ту или иную сторону. Обратите внимание на его тонус - нормальный ли он, не сделалось ли оно вялым или уставшим, не увеличилось ли. Чем пристальней за ним наблюдаете, тем отчетливей ощущаете, здорово ли оно или нет. Осознаете, насколько обременили его чувством вины, опечалили, утомили, и все это высвобождаете.

Затем прислушайтесь к его голосу. Что оно пытается Вам сказать? Вслушайтесь в его биение, шумы, шорохи и знайте, что все услышанное - понравилось оно Вам или нет - нужно высвободить. Энергичное, ритмичное биение внушает спокойствие, а скребущие шорохи как бы говорят: развяжи свой страх оказаться виноватым, ведь он сковывает сердце, сужает его полость и кровеносные сосуды. Если после этого шорохи не прекращаются, значит, там произошло известкование - окаменение, которое говорит: *высвободи свою печаль и гордость за удачно скрываемую печаль. Если ритм нарушен, это говорит о том, что Вы живете неправильно.*

Далее примухайтесь к своему сердцу. Сосредоточьтесь на запахе. Запах свежести говорит о том, что сердце в порядке. Запах свежего кровавого мяса говорит о том, что и сердце засела жажда мести. Запах вони означает, что в сердце - фальшь. Гнилой запах указывает на то, что в сердце имеется воспаление, которое желает всей душой избавиться от невыносимого унижения, но не знает как. Более всего человека унижает он сам. Чем именно? Тем, что превращает себя в рабочую скотину, в раба. Запахи бывают разные, и каждый что-то означает. Если порассуждаете сами с собой, то поймете.

Далее попробуйте сердце на вкус. Ощувив языком неприятный вкус, постарайтесь установить, что именно имеет подобный вкус, и больше не употребляйте этого в пищу, ибо в теле у Вас этого в избытке. Вкусовые ощущения могут быть самыми разными: соленое, сладкое, горькое, кислое, холодное, горячее, едкое. Если Вы приходите к выводу, что в Вас имеется:

- чрезмерное **желание быть сильным**, которое удерживает в теле **соль**;
- чрезмерное **желание, чтобы все было очень хорошо**, которое задерживает в теле **сахар**;
- слишком много **житейских разочарований**, которые задерживают **горькое**;
- слишком много **обвинений**, которые задерживают **кислое**;

- слишком много **страхов**, которые вызывают ощущение **холода**;
- слишком много **гнева**, который вызывает ощущение **горячего**;
- слишком много **химии**, т. е. желания улучшить свою жизнь химическими средствами, что задерживает в теле разъедающие вещества.

- Это значит, что Вы сумеете высвободить стрессы. А еще представьте, что сквозь сердце протекает ручей с теплой кристально чистой водой, который уносит с собой вещества, зашлаковывающие сердце. Вообразите к тому же, будто перебираете ткани сердца своими пальцами, которые излучают любовь, и тем самым еще лучше промываете сердце. Шлаки вымываются с водой. Поверьте, что подобным образом скорее очищается и физическое тело. После всего Вы ощутите свое сердце совсем по-другому.

Свой орган можно также осязать духовно. Мысленно начните поглаживать свое сердце, и почувствуете, что оно тянется к Вашей руке и на душе становится удивительно тепло. Вы никогда не думали, что можно любить собственное сердце, а оказалось, что можно. Любящее Вас сердце открыло дорогу Вашей любви. И Вы осознаете, что Ваше тело, оказывается, любит Вас всеми своими органами, тканями и клетками, о чем Вы прежде и не догадывались. А вдруг и Вы, сделав это открытие, полюбите свое тело?

Желая во всем удостовериться собственными глазами, Вы вряд ли сможете заглянуть к себе в грудную клетку, поэтому представьте себе, что эта тюремная камера находится перед Вами. Скажите себе: "*Вот моя тюремная камера и вот мой пленник, которого я выпущу сейчас на волю*". Откройте дверь и скажите ему все, что можете. А если воображение Вам отказывает, ничего страшного. Прочувствуйте эту картину. Ведь чувствовать-то Вы можете. Если же не можете прочувствовать, значит, стресс слишком велик, и Вам отныне следует знать, что он у Вас есть. Поверьте - все энергии, существующие в мире, есть и у Вас внутри.

Когда я осознала возможность такого высвобождения, я сразу догадалась, почему мне ее предоставили: ведь я искала, каким образом научить людей прощать от сердца, так как многие были готовы к прощению и занимались этим. Поскольку результаты были скудные, люди вскоре разочаровывались. Современному человеку все подавай сразу. Ему не хватает терпения испробовать то или другое, покуда он не *распознает* то, что ему нужно. Ему подавай надежный метод либо технологию, чтобы и он получил то хорошее, что приобрел его ближний. Он далек от мысли, что для прочувствования необходимо только время. Иные условия несущественны.

Когда человек распахивает дверь темницы, расположенной у него в сердце, откуда выходит наружу все, что человек накопил в своем сердце, он становится более гибким и понимающим в отношении всех и вся. И, скорее всего, помимо прочего убеждается в том, что, считая себя мудрым мыслителем, он на деле заглатывал разжеванную ненужную ерунду.

Пример из жизни.

Как-то утром зазвонил телефон. На другом конце провода раздались женские рыдания и бессвязные крики о помощи. Женщина была в паническом страхе. Я почувствовала, что имею дело не с обычной истерикой, а с серьезной бедой. Нужно было действовать, а не вести пространную утешительную беседу. Панический крик нужно перебивать криком погромче, чтобы взять ситуацию под контроль. Я крикнула так громко, что слова мои могли бы долететь до нее и без телефона: *"Прекратите рыдать! Что случилось? Говорите быстрее!"* От испуга женщина поперхнулась и в нескольких предложениях обрисовала ситуацию.

Накануне вечером ее с ребенком выписали из больницы. Врачи признали ребенка почти здоровым. Ничего как будто не произошло, однако что-то происходило, и что-то страшное. Ухо мое слушало женщину, а сердце слушало ребенка, и я услышала стоны задыхающегося дитя. Я поняла, почему сердце матери набрало номер моего телефона, а не скорой помощи - женщина почувствовала, что в данный момент скорая может опоздать с помощью.

Я мгновенно поняла, что женщина еле держится от усталости - сказывались долгие дни и ночи, проведенные в уходе за малышом, которому было пару месяцев от роду. Страх не давал ей сомкнуть глаз, а самобичевание усиливало усталость. Дома произошел спад напряжения. Всю ночь она проспала как убитая и утром проснулась от страха. На нее накатил девятый вал самобичевания: *"Какая же ты мать! У тебя болеет ребенок, а ты спишь!"*

Она не обратила внимания на учатившееся сердцебиение, вызванное грузом вины, что легла на сердце, не заметила возникшей одышки, поскольку увидела, что с ребенком творится что-то неладное. Она не заметила сходства между собственным состоянием и состоянием малыша. Страх, что ребенку стало худо, сдавил ей горло холодной рукой. Точно то же произошло и с ребенком. *"Что я опять натворила?"* - вскричала душа матери и приникла к ребенку. Она не желала поверить, что опасная болезнь, от которой ребенка спасли, вернулась вновь. Однако поверить пришлось, когда увидела, что ребенок стал задыхаться.

От меня требовалось оказать немедленную помощь. Я сделала так, как подсказывало сердце, не стараясь быть вежливой и тактичной. Я стала орать в трубку - главное было перекричать мать, чтобы она полностью переключилась с ребенка на меня. Главное было, чтобы она вняла моим словам: *"Дорогая мамаша! Вы не виноваты! Вы совершали ошибки, как совершают их все люди. Ваш страх оказаться виноватой так велик, что уже не дает дышать. Отпустите чувство вины. Поглядите, у Вас в груди - тюремная камера. Глядите! Видите? Глядите еще! Теперь видите? Она там?"*

На миг все стихло, и затем она воскликнула: *"Есть!"* Я кричу дальше: *"Загляните внутрь, там сидит пленник! Видите?"* - *"Вижу"*, - уверенно последовало в ответ. *"Это Ваше чувство вины, - кричу я в трубку. - Откройте дверь темницы и скажите пленнику: "Ты свободен. Прости, что не сразу сообразила тебя освободить. Прости, что взрастила тебя таким большим". "Глядите, он встает и направляется к двери. Видите?"* Она не могла не увидеть. *"Глядите, как легко он зашагал, как глубоко вздохнул. Глядите - его глаза засияли! А теперь посмотрите на своего ребенка"*. Прошло несколько

секунд, и хрипы удушья прекратились. Несколько одиночных беспомощных всхлипов - и затем громкий плач. Дыхательные пути вновь открылись.

Я говорю дальше: *"Загляните снова к себе в грудную клетку. Там еще одна темница. Посмотрите, кто в ней!"* Женщина не отвечает. Я чувствую, как она напряглась. Она-то видит, но не может поверить. Ее охватывает ужас. Начинаю ее провоцировать: *"Отвечайте! Кто это? Отвечайте! Кто это? Кто это? Кто это?"*

Раздается сдавленный выкрик: *"Мой ребенок!"* - *"Да, именно он - свою привязанность к нему Вы посчитали за любовь. Откройте дверь темницы и скажите своему ребенку: "Ты свободен! Прости, что я прежде не сумела этого сделать. Теперь умею". Посмотрите, он встает и топает своими маленькими ножками к двери. Видите - карабкается через порог. Ему нужна свобода. Глядите - он шагает по своей жизненной дороге все уверенней. О-о, с каким достоинством он распрямляется!"*

Вы заметили, как засияли у него глаза? А теперь посмотрите на своего малыша и возьмите его на руки, прижмите к груди. Теперь он свободный ребенок, а не Ваш пленник. Вас соединяет подлинная, а не собственническая любовь. Попросите у него прощения за то, что навлекли на него вирусное заболевание из-за самобичевания. Простите ему, что он принял Ваш вирус, поскольку и он тоже хотел быть хорошим. Ведь он мыслит так же, как его мать".

Слышу - ребенок всхлипнул пару раз и залепетал.

Скорая помощь была оказана. И оказана эффективно, так как страждущий человек принял помощь с распахнутой душой. Учение о прощении оказалось для человека примлемым. Так бывает не всегда. Люди стремятся к показному хорошему, тогда как истинное хорошее встречается ими в штыки. Почему? Потому что истина недоказуема научно. Люди верят не своему сердцу, а науке, которая утверждает, что в болезни человека повинен вирус - этот извечный враг. Когда же вирус *умерщвлен* лекарствами и здоровью положено бы вернуться, однако оно не возвращается, то человек уже не знает, чему верить. Попутно *умерщвляется* и вера в медицину. Во что теперь осталось верить этому испуганному человеку? Ни во что и ни в кого.

Жизнь без веры равнозначна смерти. Таким образом медицина неизбежно отталкивает людей, чтобы *страждущий вновь отыскал дорогу к себе*. Чтобы поверил в себя. Выходит, медицина, творя хорошее, делает плохо, а причиняя зло, творит добро, однако считать ее хорошей и плохой - глупо.

Бывает так, что многие стрессы выводятся из тела, а один сопротивляется, хотя зов свободы непреодолим. Почему? Потому что Вы не желаете высвободить его надлежащим образом. *Не хочу* - это страх, переросший в злобу. Напряжение от страха становится запредельным, и Вы желаете одного - развязки. Отчаявшийся человек ни о чем ином не думает. Вам хочется избавиться от этого стресса, а именно: ударить кого-то по морде - словами либо кулаками. Хочется горячей ссоры с ее очищающим пламенем, чтобы выплеснуть наружу накопившиеся в душе нечистоты.

Сказать либо заехать кулаком всегда успеется. Прежде освободите свой *страх лишиться стресса, который помог бы Вам выяснить отношения, а также злобу, она же желание высказать свое мнение, протест против молчаливого страдания*. Освободите также страх, что будет, если я поведу себя, как животное. *Страх действовать и бездействовать*. Тогда освободится и заупрямившийся стресс. После этого Вы почувствуете, требуется ли что-либо еще говорить. Если потребуется, то идите и говорите, а после сами будете удивляться своим спокойным, толковым словам, за которые Вас искренне благодарит Ваш недавний враг. Поразмыслив, Вы поймете, что, покуда проблема сидела в Вас взаперти, Вы видели эту проблему в ближнем и были готовы на него наброситься.

В тупике доброжелательности

Не я первая и не я последняя, кто учит, что нужно просто-напросто существовать. Чувствуется, что в этом предложении чего-то как будто не хватает, потому что мы не привыкли говорить такие вещи. В предложении отсутствует **оценка**, т. е. **осязаемый органами чувств материальный уровень**. Лишь в очень серьезных случаях говорят: "*Будь человеком!*" Обычно произносят: "*Будь добр!*"

Человек, который желает быть добрым, на это отвечает: я такой и есть. Разве это плохо, если я желаю быть добрым? Поди растолкуй ему, что **просто быть и быть хорошим - это взаимоисключающие понятия**. Он не удосуживается это выслушать. Он находится в своей стихии и вдобавок ко всему является хорошим человеком. Хороший человек хочет иметь все сразу: хочет быть и хочет быть хорошим. Ему невдомек, что бытие - это уравновешенность, способность быть самим собой. "Хороший и плохой" - это уже суждения оценочные, возникающие от страха. Таким образом, словом "хороший" испуганный человек оценивает хорошее, а значит, незримое плохое.

Большинство людей считает себя хорошими потому лишь, что желают хорошего. Желают для себя лично и для ближних, однако не ведают того, что желание - это негативность. **Остальные считают себя хорошими потому, что не желают плохого.** Они стремятся доказать свою положительность тем, что борются с плохим, не сознавая при этом, что возможно доказать лишь то, что существует материально. Невозможно доказать истинную положительность, то есть духовность. **Истина доказывает себя сама**, и обладай мы способностью видеть, то поняли бы это.

Жизнь доказывает и тем, и другим, что *желаю хорошего* - это то же самое, что *не желаю плохого*. Следствием рано или поздно явится только плохое. Разница состоит в том, что первые не признают своего плохого, а вторые боятся его обнаружить. Первые в своей наивности верят в хорошее с таким пылом, что скорее умрут, чем изменят свое мнение. Вторые превращаются в столь ярых борцов с плохим, что могут вспылать ненавистью к собственной персоне, если обнаружат в себе некоторый изъян. Со злом они сражаются во

имя того, чтобы заработать дополнительные очки со стороны хороших людей, стремясь обратить зло в добро.

Как видите, различие состоит в том, что хорошие люди ворочают, точно бульдозером, своим хорошим, а плохие - своим плохим. Угодивший под бульдозер человек вынужден рано или поздно понять, что насилие бывает двояким: психическим и физическим. **Психический террор провоцирует физический террор**, независимо от пола, образования, материального благосостояния и положения в обществе.

Типичный психотеррорист - это человек, считающий себя хорошим.

Чем выше такая самооценка, тем больше человек считает себя вправе указывать окружающим на их место. Делает ли он это молча в глубине души, высказывает ли свое мнение прямо, пишет ли жалобы куда следует либо вежливо ставит плохого человека на место - в любом случае это досаждают согражданам. Обе стороны понимают смысл недосказанного. Если поборник добра видит, что ближний поступает по-своему, его охватывает обида. Обиженность выражается в **раздражительности**. Следующая порция слов звучит уже более требовательно. За нею слова произносятся на повышенных тонах и так непреклонно, что собеседник оказывается спровоцированным на ответную реакцию. Пожалуй, всем нам доводилось быть свидетелями словесных баталий, начинавшихся с вежливого требования, причем виновником объявлялся тот, кто вспылил первым. При виде того, что симпатии присутствующих оказываются на стороне провокатора, его оппонент испытывает беспомощную ярость, а потому пускает в ход кулаки. Вот и произошло физическое насилие. И если такая ситуация повторяется снова и снова, униженный хватается за нож. Так униженный становится преступником, а унижающий получает по заслугам.

Вы можете возразить, что человека пырнули ножом случайно. Либо что невинного человека поразила шальная пуля, предназначавшаяся другому. Напомню еще раз, что ничего случайного не бывает. В ком есть **выжидающая случая энергия униженности, она же случайная жестокость**, того настигнет случайный нож или пуля. Кто знаком с пострадавшим подобным образом человеком, тот знает, что время от времени в нем внезапно прорывалась жестокость к нижестоящим, хотя человек он в принципе добрейший. Почему так происходит? Потому что когда-то в прошлом его унизили, и жажда мести тлеет в нем, словно уголек под слоем пепла.

Каждый униженный неосознанно подпитывал его энергию унижения, которую он выплескивал на ближнего всякий раз, когда получал ее с избытком, но всякий раз энергия скапливалась вновь. Скапливалась, чтобы преподать урок посильнее. Вдобавок человека унижали вышестоящие люди. Излить на них свою злобу он не осмеливался - от них зависело его благополучие. Ничего иного не оставалось, как унижать и без того униженных. А поскольку величайшее унижение вызывает желание убить виновника унижения, так и происходит.

Или еще один пример: дисциплинированный человек дисциплинированно переходит дорогу и на "зебре" *попадает под колеса*. Водитель скрывается с места происшествия. Закон во всех отношениях на стороне пострадавшего. Почему так случилось? И здесь срабатывает закон природы "подобное притягивает к себе подобное". Под колеса *в буквальном смысле* попадает тот, кто сам временами *в переносном смысле* наезжает на других. Наезжает словами либо поведением. При этом внешне он производит самое благоприятное впечатление. Мы часто используем выражение "ездить на ком-то верхом", но не задумываемся о его смысле. Если водитель оказался пьяным, это значит, что и *пострадавший терроризирует окружающих, будучи в состоянии алкогольного опьянения*. Если пострадавший вообще не употребляет алкоголя, значит, он пребывал в состоянии кризиса, вызванного печалью.

Только печаль, она же бессильная злоба, толкает человека к спиртному. Кого не толкает, тот к пьянству относится со страхом и ненавистью, и его знакомство с алкоголем вынуждено будет произойти через человека, употребившего спиртное. *Трезвеннику до тех пор приходится страдать из-за алкоголя, покуда он не поймет, что трезвость и алкоголизм - это два конца одной палки.* Оба они порождены печалью. Трезвенник остается трезвенником, пока боится печали. *Непьющий может быстро спиться, если печаль перерастает в отчаяние.* В отчаянное нежелание бояться печали.

Каждый, кто жалеет себя, сеет печаль, а значит, алкоголизм. Кто не принимает жалельщика близко к сердцу, тот не станет заглушать жалость к себе вином. Запомните: **если будете жалеть нытика, станете алкоголиком.**

Если в дорожном происшествии пострадал ребенок, значит, его родители только таким способом понимают, в какой мере они друг на друга наезжают. Если у попавшего под колеса ребенка повреждаются мягкие ткани, это значит, что именно так наезжают на его мать. А если к тому же ломаются кости, это значит, что так проезжают по его отцу. Перелом кости - отец надломился. Если у отца с матерью плохие взаимоотношения, то такие же отношения у них со всеми представителями противоположного пола. Даже если внешне отношения выдаются за хорошие. Показное хорошее не спасает нас ни от одной беды. Выдавая на словах плохое за хорошее, человек усугубляет плохое.

Если хорошие люди перестали бы быть хорошими, у плохих не было бы причины быть плохими. Обратное желание противоречит законам природы, и потому это невозможно, как бы сильно мы этого ни желали. Будь мы просто людьми, то и остальные были бы по отношению к нам просто людьми. Покуда существуют слишком хорошие люди, должно существовать такое же число слишком плохих - так жизнь создает равновесие. Если желаете, чтобы Ваша жизнь стала нормальнее, т. е. уравновешеннее, то станьте сами нормальнее, и все окружающие будут относиться к Вам

нормальнее, потому что Вы изменили свое отношение к другим. Вы сделали реальное дело, а не просто распространялись о том, какой Вы хороший или каким хорошим желаете стать. Нормальному человеку не нужно показывать окружающим, какой он хороший - он просто есть.

Типичный хороший человек желает, чтобы другие знали, что он хороший. Поэтому язык у него как бы сам собой начинает описывать, кому он сделал хорошее, сколько и какое именно. Чем человек добрее, тем многословнее и эмоциональнее его речи. Доброта жаждет внимания и похвалы, безучастность собеседника причиняет ей боль. Вспомните-ка, сколько раз в течение всей своей жизни Вы вновь и вновь заводили речь о своем благом поступке или удачном деле, надеясь, что окружающие сочтут Вас хорошим человеком. Либо во всеуслышание ругали себя за свою ошибку, чтобы другие поняли, что Вы не желали плохого. Либо сокрушались по поводу чужого проступка, удивлялись тому, как люди могут так поступать, - это тоже способ ненавязчиво подчеркнуть свою положительность.

Вероятно, у Вас возникло чувство, что и рта уже раскрыть нельзя - сморозишь что-нибудь не то. О плохом нельзя говорить, о хорошем тоже нельзя - как же тогда жить? Отвечаю: *учитесь следить за собой и сразу исправлять ошибки. Как только поймаете себя на том, что с уст слетает маленькая оценка, сразу же ее исправьте.* Иными словами, если Вы назвали что-либо хорошим или плохим, красивым или некрасивым, умным или глупым, чистым или грязным, то постарайтесь поразмышлять, почему так произошло. Постарайтесь понять, чему учит Вас это плохое. Можете даже проделать исправление своих ошибок вслух, тогда увидите, что и как меняется. Человек, пока являющийся законченным материалистом, запечатлевает увиденное в подсознании и хотя бы подсознательно испытывает благодарность.

Хороший человек непременно рассказывает о причинах, по которым он творит добро. Кто-то возмещает бескорыстную помощь, поддержку, сочувствие, оказанные ему когда-то кем-то; кто-то возмещает какой угодно моральный или материальный долг, который уже нельзя вернуть по адресу. И человек подчеркивает - раз тебе помогли, то и ты в дальнейшем помогай другим. Подобные душещипательные сцены весьма типичны и для нашего народа. Как приятно зато впоследствии вспоминать до конца своих дней о своей доброте и думать о том, что и ближние об этом помнят. Таким образом, человек, которому кто-то оказал совершенно бескорыстную помощь, под воздействием страхов становится на деле корыстолюбивым. Кто старается изо всех сил быть хорошим, тому, скорее всего, и в голову не приходит, какой лавиной обернется культивируемое им заблуждение. Добрый человек не может не упомянуть о всех духовных и физических страданиях, которые ему пришлось перенести в процессе самоотверженного поведения.

Вести себя так вынуждает стресс, имя которому **долг благодарности.** Человек сделал ближнему доброе дело и тут же про это забыл. А ближний, ждавший добра, заполучил стресс, ибо сердце подсказывает, что сам он так поступить бы не смог. **Долг благодарности - величайший из тех, которые никогда невозможно искупить.** Чувство долга может свербить душу всю жизнь. Оно ставит человека в зависимость от себя, покуда долг не будет

оплачен. Из желания быть хорошим многие люди не требуют вознаграждения за проделанный труд, и благодетельствованный становится пожизненным должником. Мотивировка убедительна: с меня за добро не взяли, как я могу взять с тебя? Чувство невозвращенного долга являет собой чувство вины, от которого заболевает сердце. Но ни благодетель, ни благодетельствованный про то не ведают.

На вопрос, как поживает его семья, человек отвечает уже совершенно иным тоном. У всех благодетелей супруг плохой или, по меньшей мере, не хороший. Дети больны, непослушны либо не желают учиться. Те, кто постарше, обзавелись семьями, однако ошиблись в выборе спутника жизни, так как не послушались родительского совета. Поэтому и внуки либо больны, либо непослушны, либо не желают учиться. И из-за всего этого хорошему человеку становится плохо. Сперва плоха жизнь, а в конце концов - здоровье. В последнее время встречаются люди, у которых больна вся семья, а они говорят, что все хорошо.

Хорошим человеком принято считать такого, кто делает добро чужим. Чужим легко делать добро, тогда как своим трудно, ибо им не нужен внешний эффект, а нужна суть. Благодетель знает себе творит добро, поскольку в процессе деятельности не ощущается страх *меня не любят* или *я никому не нужен*. Всякая деятельность - это подавление страха. А также любое слово благодарности или похвалы. Растущим в таких семьях детям приходится несладко, а когда они взрослеют, начинают поступать так же.

Оскорбленный родитель, от которого отворачивается ребенок, не догадывается, что ребенок в точности повторяет его самого. Многие спрашивают: *"Почему у моих родителей, прародителей, прапрародителей и у меня в одном и том же возрасте возникла одна и та же семейная проблема?"* В ответ я говорю, что если человек намерен искупить все грехи своего предка, жившего четыре поколения назад, только тем, что старается быть очень хорошим человеком, то все будет продолжаться по-старому вплоть до седьмого колена. *Быть хорошим означает скрывать ошибку, а не исправлять ее.*

Когда человек озабочен только тем, чтобы творить добро, он вынужден его навязывать ближним, даже если тем оно ни к чему. Ближним из деликатности остается лишь благодарить и хвалить - не огорчать же славного человека. Похвала окрыляет доброхота, каким бы усталым он ни был. Может случиться, что сам он не сообразит остановиться, пока не найдется честный, прямолинейный человек, который выскажет ему правду в глаза.

Пример из жизни.

Пожилая женщина рассказывает о своей задаче, приключившейся несмотря на то, что желала она *самого хорошего*. Будучи человеком добросовестным и дисциплинированным, она не первый год занимается выявлением и снятием своих стрессов, но данное происшествие ее огорошило.

Желая радикально изменить свою жизнь, она сменила место работы. К тому моменту она поняла, что была слишком хорошим человеком, старательным, добросовестным, безотказным, чем сослуживцы охотно пользовались, и

почувствовала, что без смены места работы поворота на 180° не сделаешь. Оставить все как есть тоже было нельзя - здоровье совсем расшаталось. Последней каплей послужила травма лица, которая подсказала ей, что ее прекрасным иллюзиям нанесена пощечина.

Она *превозмогла* даже то, что ее взрослые дети избегали мать, более того, не подпускали к внуку. И это при том, что бабушка сутками дежурила в больнице, выхаживая внука, чье здоровье находилось в критическом состоянии, и благодаря ее интуиции ребенок избежал самого страшного. За внешним благополучием бабушка почувствовала опасность для жизни, тогда как специалисты посчитали, что все уже в порядке.

В новом коллективе она тихо делала свое дело, стараясь не лезть в чужие, так как сразу почуяла дух соперничества и борьбы за лидерство между коллегами с многолетним стажем. На второй неделе она пала жертвой человека, который решил излить ей свою душу. Стараясь быть особенно внимательной и сочувственной, она явно переборщила, когда, сама того не заметив, сказала ему: *"Не считайте себя хорошим человеком"*. И это после его слов о том, какой он хороший и какие все остальные плохие. Она хотела добавить, что ни один человек не бывает ни хорошим, ни плохим. Что у каждого есть свои достоинства и недостатки и что все совершают ошибки. Хотела, но не успела, ибо незадачливый разоткровенничавшийся коллега впал в ярость: *"Ах, значит, по-твоему, я плохой человек! Сама ничего не смыслишь, хамка, а смеешь других оскорблять!"* Короче говоря, один хороший человек облил помоями другого и удалился с гордо поднятой головой, поскольку ощущал, что другому мало еще досталось.

Женщина была подавлена. Она понимала, что сделала что-то не так и тем самым спровоцировала собеседника, но не понимала, в чем дело. Какую она допустила ошибку?

Она *начала свою речь с отрицания*. Запомните и Вы: **никогда не говорите "нет"**. Ни себе, ни другим. Говорите всегда "да". Даже если Вы не согласны. Если начнете свою речь с отрицания, то человек, ожидающий от Вас одобрения, зацепится за первое же слово, и вместо собеседника Вы почувствуете глухую стену либо извергающийся вулкан. Если ближний желает доказать, что он - хороший человек, скажите ему: *"Да, но, может быть, тебе это показалось. Всем нам свойственно ошибаться. Сразу всего и не поймешь"*. Либо еще что-нибудь в том же духе. Возможно, собеседник будет разочарован Вашим равнодушием, но, по крайней мере, не станет гневаться и порывать навсегда отношения. Так вы оба сохраните нечто очень важное. В следующей беседе можете добавить что-нибудь урезонивающее, и он хоть немного задумается. И не будет считать Вас противником. Не противник - значит, и не враг. Если Вы для него не враг, то друг. Может, это звучит и сумасбродно в наше время, но успокаивает душу. Постепенно и эта оценка проходит.

Исходя из того же принципа, **не говорите никогда кому бы то ни было, что он Вас не понял**. Как только скажете, можете быть уверены в том, что между вами наглухо захлопнется дверь. Поведение собеседника зависит от того, сколь велико в нем в данный момент желание быть интеллигентным

человеком. Возможно, он вдруг сильно заторопится уходить. Можете не сомневаться - встретитесь вы не скоро. Если вообще встретитесь. А возможно, разозлится в открытую, ибо для человека умного обиднее всего, когда ему говорят, что он ничего не понимает.

Кто признается себе в том, что многих вещей в жизни не понимает, тот не испытывает стыда, признаваясь в этом прилюдно. В его понятливости, как правило, не сомневаются, и его не оскорбляют своими подозрениями.

Надеюсь, Вы больше не считаете себя ни хорошим, ни плохим человеком. А также надеюсь, что свои положительные и отрицательные черты характера не оцениваете больше лишь положительно или отрицательно, что сумеете поверить в то, что сиюминутная форма таит в себе содержание, которое Вы ищете. И, надеюсь, найдете.

О подлинном и кажущемся

Хорошего желают все - откуда же тогда берется плохое? От черта, утверждают христиане, однако на поминание черта наложено табу. А Вы смогли бы просто и ясно ответить мне, что есть что?

Что есть хорошо? Вы когда-нибудь задавались этим вопросом? Говорят, **хорошо то, чего у меня нет, и хорошо там, где меня нет.** Задумывались ли Вы о том, что это значит? Например, скажете Вы, если человек возвращается из дальних странствий и с радостью делится впечатлениями и показывает сувениры, тогда это высказывание верно. В каком смысле верно? В смысле материальном? Совершенно справедливо, у нас и впрямь нет всего того, что есть там, в далекой стране. Но должно ли оно быть у нас? Нужно ли оно нам? Было бы нам хорошо, если бы все чудеса света встречались на каждом шагу? Или было бы лучше, если бы каждый народ сохранял свое своеобразие, не считая себя лучше или хуже других?

Если разобраться, человек разъезжает по белу свету, когда не может найти себя под родным небом. Стремясь ко всему хорошему, что радует глаз и улаживает слух, он когда-нибудь осознает, что все это не было ему потребно. Подлинное хорошее, которое мы ищем, - это то, что дарует душе покой, и находится оно дома. **У кого на душе спокойно в родных стенах, у того душа спокойна повсюду.** Путешествуя по свету и наблюдая за жизнью разных людей, мы лишь укрепляемся в этой истине. Поэтому и необходимо путешествовать.

Поскольку душевное спокойствие в понимании материалиста - это хорошо, то для доходчивости я буду употреблять понятие "хорошо" так, как мы привыкли. И вообще, как только высказывается оценочное суждение, так сразу же включается материальная энергия. *Если Вы рассуждаете о духовности и употребляете оценочное выражение, то шмякнетесь с небес мягким местом оземь.* Бац! - и сделались "ужасно духовным человеком". В

предыдущих книгах я не всегда и не во всем сумела провести различие между духовной и физической сторонами, а в настоящей попробую сделать это отчетливее. Постарайтесь более внимательно относиться к оценочным словам, тогда будет легче уловить мысль.

Подлинно хорошее есть свободно движущаяся энергия. Это то, что человек пока еще не освоил. Представьте себе, что где-то далеко есть хорошее, к чему я стремлюсь. Мое желание заполучить его подобно длинной невидимой глазу руке, которая хватает это хорошее и хочет его присвоить. Не важно, заполучила я это физически или еще нет, либо знаю, что никогда не заполучу, а хочется по-прежнему, - в любом случае я уже поместила его в *темницу своей души*. Теперь оно пленник, сама я - тюрьма, и отношения между нами, как между заключенным и тюрьмой. Оба истребляют друг друга, и обоим причиняется боль.

Все, что человек для себя желает, он присваивает себе духовно. Невозможно перечислить все то, что человек именует своим, поэтому назову лишь самое главное.

Моя мать, мой отец, мой муж, моя жена, мой ребенок. Мои братья-сестры, мои дедушки-бабушки, мой тесть, моя теща, мой свекор, моя свекровь, мои друзья, родные, знакомые, товарищи, партнеры, коллеги. Мои животные, растения, вещи. Мое тело, дух и душа. Мое сердце, легкие, печень, мозг, почки. Мои мышцы, жировая ткань, соединительная ткань, нервная ткань. Мое формирование в качестве эмбриона, младенчество, детство, юность, взрослая пора, старость, моя судьба, будущее, прошлое, настоящее, карма. Мои проблемы, мечты, желания, мысли, стрессы. Мои страхи, чувство вины, злоба, беспомощность, печаль, жалость к себе, гнев, истерия, вампиризм, протест, жестокость, тупиковое положение, сверхтребовательность, неудовлетворенность, желание быть лучше всех. Мой ум, благополучие, богатство, деньги, ценности.

Это то, что пришло в голову мне. Впишите ниже то, что считаете нужным добавить от себя:

Короче говоря, какие бы мысли ни приходили Вам в голову, они приходят для того, чтобы Вы их высвободили. Подсознание, а они приходят оттуда, знает точно, почему оно преподносит их именно в таком порядке. Доверьтесь своему подсознанию, т. е. душе. Начните с самого важного.

1. МАТЬ

Представьте, что в темнице Вашей души находится Ваша мать. Помешать такой картине может только поспешность, а значит, желание поскорее спихнуть с себя плохое. Откройте дверь темницы и скажите: *"Дорогая мама Ты свободна. Прости, что не догадалась освободить тебя раньше. Прости, что, считая тебя своей, полагала, что люблю тебя больше, чем на самом деле"*.

Глядите, как она встает и идет, как перешагивает через порог. Ощутите в себе облегчение. Если не ощущаете, значит, из *страха лишиться матери* Вы ее запрятали очень глубоко внутрь. Когда же наконец высвободите мать, Вы словно высвободите некое энергетическое тело, и, следовательно, что-то изменится.

Высвобождение одного и того же стресса происходит у каждого по-разному. Не важно, сколько раз это делаете, а важно, что делаете от души. Есть люди, у которых *желание заполучить хорошее* столь велико, что вынуждает забывать про еду и сон и заниматься одним лишь прощением, причем результаты оказываются посредственные, хотя человек и делал все, как надо. Это значит, человек занимался прощением по обязанности и из желания добиться цели. Такое прощение - это уже перебарщивание. **Переборщить можно с любым делом.** *Зацикленность на цели* превращает потребность в желание и приводит к разочарованию, если человек не получает своего. Кроме того, *панические мысли, сосредоточенные на одной цели*, вызывают блокировку мозгов.

При подлинном высвобождении наступает момент, когда Вы ловите себя на том, что слова *"моя мама"* Вы уже произносите иначе. Вы говорите *"моя МАМА"*, с ударением на слове *"мама"*. Ощущаете, что смысл стал иным. Понимаете, что Ваша мать - это и есть та самая идеальная мать, чей образ Вы храните в душе, однако прежде этого не понимали, ибо сваливали в одну кучу негативность матери, т. е. неусвоенные уроки, и ее идеальную сторону. Нелегко разгрести такую мешанину. Эта ошибка Ваша, а не матери. Вы не умели относиться к матери правильно, поэтому не понимали ее. Более того, стали относиться к ней с повышенной требовательностью. В итоге страдаете обе.

Могу сказать по своему опыту, что за эти годы я высвобождала свою мать тысячи раз, и стоит мне о ней вспомнить, как снова высвобождаю. Речь идет об очищении собственной души - занятии, которое не может надоест. Речь также идет об исправлении отношения к матери, благодаря чему улучшается общение с ней. Какой бы хорошей или плохой Вы ни считали свою мать, постепенно истина проясняется, и Вы осознаете, что именно эта мать была выбрана Вами для усвоения своих жизненных уроков.

Пример из жизни.

Для каждого человека мать являет собой бесконечный урок. Высвобождая ее такой, какая она есть сейчас, когда разозлила меня, я часто обнаруживаю нечто такое, о чем раньше вообще не задумывалась. В течение нескольких десятилетий она без конца готовилась умирать. Чуть что не так, и она уже умирает. Но вот однажды меня осенила мысль - дай-ка выпущу на волю

смерть матери. Вгляделась и оторопела. Смерть матери предстала в образе всадника без головы, который едет и едет на своей смертельно уставшей лошади и не знает покоя. Покой наступит лишь тогда, когда он отыщет свою голову, а голова у него под мышкой. Прошло несколько дней, прежде чем я детально расшифровала этот образ. Я могла бы его просто-напросто высвободить, но мне нужно было выяснить все досконально.

Голова - это отец, муж, сын, мужской род на физическом уровне. **Под мышкой находится энергия любви, скрытой, неразделенной, отвергнутой.** Голова под мышкой означает, что мужчина запрятал свою любовь в самое потаенное место и, что хуже всего, в самое несуразное. *Когда женщина стыдится любить мужчину, он превращается в безмозглую курицу, которая прячет голову под крыло.* Перерезанная шея означает, что мать, жена, дочь, женский пол вообще для него половинчаты, несовершенны. Любовь, которую питала моя мать к отцу, была особенной, болезненной, так как ее собственный замечательный отец умер молодым. Кто цепляется за отца, возлюбленного, мужа, сына, тот именно его и теряет. **Мужчина должен быть либо личностью, либо эгоистом, чтобы женщина не смогла истребить его своей собственнической любовью.**

Страх лишиться мужчины превращает женщину то в рабыню, то в демона. Отношение к отцу определяет отношение к мужу, сыну, мужскому роду вообще. Противоречивое отношение матери к мужчинам стало для меня гораздо понятнее. Всадник без головы - это ведь мертвец, который разыскивает свою голову, т. е. разум, чтобы та им управляла. **Разум семьи находится в голове мужчины.** Испуганная женщина, которая то приносит себя в жертву, то требует за это благодарности, не признает за своим мужем разумного здравого смысла. А зачастую и не имеет такой возможности, ибо муж скрывает свою разумность от жены, опасаясь за ее сохранность. Так мужчина, которого все считают умным, становится дома тюфяком и подкаблучником.

Я высвободила из себя этого *несчастливого измученного всадника без головы* и затем вспомнила, что любимой книгой матери в юности был "Всадник без головы". Как видите, суть своей смерти была высказана матерью еще давным-давно, но никто не понимал смысла ее слов. Как, впрочем, всегда и бывает. С этого момента меня перестали ранить материнские слова о смерти. И, что удивительно, тема смерти в разговорах матери стала звучать гораздо реже!

С высвобождением материнской смерти мне пришла в голову мысль, не высвободить ли также **жизнь матери**, которая обернулась как для нее, так и для меня немалыми страданиями. Так я и сделала. Передо мной предстал белоснежный ангел с лебедиными крыльями, заполнивший собой всю темницу, которому не давали проявить свою сущность. Лебедь - это птица, а птица символически соответствует беспечности. Лебедь - птица величественная, а значит, олицетворяет величавую беззаботность. В своей доброте моя мать может и впрямь была сущим ангелом, если бы только не оплакивала свою несчастную судьбу.

Вся жизнь рисовалась ей одной сплошной заботой, словно и не было ничего

хорошего. Если Бог кому-то посылал тяжкие испытания, моя мать оказывалась в родной стихии. Она самоотверженно бросалась на помощь. Поэтому, будучи ребенком, я хотела болеть и даже умереть - так сильно хотелось испытать на себе материнское ангелоподобие. Испытала-таки и с лихвой, да так, что возникла потребность отыскать подлинную мать без прикрас.

И я нашла. **Распознав в своей матери истинную мать, ощущаешь счастье, которое залечивает бывшие раны.** Испытываешь душевный покой от сознания того, что ты сделала все, что в твоих силах, даже если она не умеет этого принять. Но тебя это уже не задевает.

Ангел как символ имеет свое значение. Есть такие места и народы, среди которых царит буквально культ ангелов.

Как-то раз мне довелось гостить в доме, в котором было собрано множество разных ангелов. Там были детские рисунки, плакаты, произведения живописи, репродукции фрагментов картин великих живописцев, на которых были запечатлены ангелы, дешевые и дорогие статуэтки. Красиво было, но уже через пару дней стало раздражать. Я принялась думать, что бы это значило. Когда поняла, раздражение прошло.

Ангел - это символ свободной души. Благоговейное отношение к ангелам указывает на *одухотворение свободной души*. Речь идет о стремлении к душевному освобождению. Пребывание среди всевозможных ангелов улучшает самочувствие. К сожалению, сам человек при этом в ангела не превращается. Происходит лишь одушевление ангелов, т. е. *приобщение к духовному*. Опять-таки все сводится к тому, чтобы что-то получать. Для такого человека реальная действительность становится еще невыносимей. Возможно, даже несправедливой. Он ощущает, что его притесняют, и не понимает, что своим недовольством сам притесняет окружающих.

Свободная душа являет собой дух.

Благоговейное отношение к ангелам свойственно людям, которые твердо убеждены в том, что они свободны. Они боятся всякого рода неожиданностей и не замечают того, что находятся в плену у своих страхов. Привыкшие к комфорту, они не способны приспособиться к простым и естественным условиям. Одержимые свободой, они отправляются на край света, однако хотят быть уверенными в том, что и там все до мелочей будет по их вкусу. И даже если все будет отвечать их непомерным требованиям, душа их не обретет покоя. Потому что ангел не высвобожден.

При созерцании коллекции ангелов у человека неимущего наворачиваются слезы. Он не стремится заполучить этих ангелов себе, он желал бы сам быть ангелом. Если это у него не получается, то он желал бы умереть, ибо не желает жить в бедности и несчастье. Изображения ангелов, которыми набиты

церкви, адресованы именно тем, кто утратил надежду, и эти люди ходят туда, чтобы почерпнуть надежду, до тех пор, пока не превращаются в ангелов либо умирают. А между тем еще при жизни можно было бы потихоньку начать высвобождать свои стрессы.

Восторженное отношение к ангелам представляет собой бегство от реальности, что свойственно нашей житейской наивности. Житейская наивность есть у всех, и чем она больше, тем о более сказочной жизни человек мечтает. Мечтает и пытается создать мир, соответствующий своим желаниям. Его попытку высмеивают закоренелые материалисты и от этого становятся еще более материальными. Так жизнь обеспечивает равновесие. Итогом является то, что фантазии людей, восхищающихся духовностью, не реализуются так скоро, как могли бы. В душе у творца идеи происходит надлом. Ведь он предусмотрел все, но не учел того, что реализация духовной идеи на материальном уровне может занять много времени. Не приходится удивляться возникновению в такой ситуации нарушений психики или душевных расстройств.

Это означает, что **если отец со своим здравым смыслом не заставит мать спуститься с небес на землю, у детей разовьются душевные болезни**.

Чрезмерно положительный муж и сам витает в облаках. Обычно мужья возвращают жен с небес на землю тем, что выставляют их дурочками. В этом случае ребенок получает душевную травму, что ведет к физическому поражению детского мозга, нередко сопровождающемуся нарушениями психики.

2. ОТЕЦ

Чем основательнее Вы высвобождаете из себя отца, тем скорее происходит познание его сущности. Тогда Ваш язык уже не повернется сказать: "*Мой отец*". Вы произносите "ОТЕЦ!", машинально расправляя при этом спину и гордо поднимая голову. Отец тоже является тем человеком, чья негативность, она же неувоенные уроки, сплавлялась в нашем сознании с его идеальным образом. Не сознавая своего заблуждения, мы начинаем оценивать отца и осуждать его. Если отца Вы не знаете и в Вас живет тоска по хорошему отцу, то знайте, что Ваше внутреннее чувство знает именно того мужчину, который Вас зачал. Тоскуете Вы по нему. Высвободите его и попросите прощения за то, что судили о нем по рассказам других. Вы его осуждали, поэтому и Вас осуждают.

Высвобождение отца и матери означает высвобождение самого себя, потому что ребенок является суммой отца и матери. Возможно, Вам будет проще, если Вы станете высвобождать хорошую мать и плохую мать по отдельности. Все, что в матери есть, *по Вашему мнению*, хорошего, составляет хорошую мать. Все, что в матери есть плохого, составляет плохую мать. Точно так же можно рассматривать отцовские положительные и отрицательные стороны (как хорошего отца и плохого отца), которые, высвобождаясь, становятся

просто отцом. А в скором времени и близким по духу, родным отцом, чего раньше не было.

Далее высвободите своего супруга.

3. МУЖ

Женщины! Возможно, вы почувствуете себя впервые в жизни счастливыми, когда вместо фразы "мой муж" скажете "МУЖ!". Вы ощутите, что этот идеальный мужчина не томится более в плену в вашем сердце. Вы начинаете с пониманием относиться к его недостаткам, поскольку их понимаете и учитесь с ними считаться, обращая их с женской ловкостью во благо семьи, поскольку их понимаете. Перестаете быть рабыней мужа либо повелительницей. Сделаетесь просто Женщиной.

Пример из жизни.

Мне позвонила знакомая и спросила: "Я ведь раньше была таким хорошим человеком. Как это во мне умещается столько плохого?" Я сказала: "Хорошо, что говоришь, что не ты сама плохая, а что в тебе сидит плохое". "Да уж, - ответила она, - знаешь, что произошло между мной и мужем? Он схватил меня за руку с такой силой, что у меня на глаза навернулись слезы. Обычно вслед за этим он принимался бить меня. (Уж понить-то я любила всегда). И вдруг я подумала: "Это не мой муж, это агрессивность моего мужа". И, представь себе, он отпускает мою руку и говорит: "Прости, кажется, я сделал тебе больно". У меня даже синяков не осталось. До сих пор удивляюсь тому, что способна сотворить мысль женщины. Сколько же мне пришлось натерпеться в жизни, а ведь сама все беды на себя накликала. Скажи, ну не дура ли я?"

И без слов ясно, что этого я сказать не могла. Я посоветовала: *"Только не вздумай почивать на лаврах, не то старое вернется"*.

4. ЖЕНА

Мужчины! Высвободите свою жену. Свободный человек любит и хранит верность по доброй воле, а не из страха навлечь на себя позор. Свободная жена - это любящая жена, которая отдает мужу то, что ему нужно, и с радостью принимает от мужа то, что у него есть. Отдать у них обоих есть ровно столько, сколько нужно для счастья. Любящая жена не отталкивает мужа под всевозможными предлогами ни душевно, ни телесно. Она дарит мужчине свое тело не потому, что желает отблагодарить его за подарок либо услугу. Ее половые органы не заболевают из-за унижения, которое она скрывает. Если Вы относитесь к жене как к собственности, то видите только ее тело, а не человека.

Кем пользуются, как вещью, у того на душе копится обида, даже если человек всего этого не осознает. Как долго способна женщина молча глотать обиду? Если долго, то она становится бесчувственной и холодной и живет лишь по принципу: как есть, так и есть, главное, при муже и без скандалов.

Так Вы растаптываете жену, ее работоспособность и тело, покуда вдруг не обнаруживается, что очарование пропало. Другие не замечают в ней этого, зато видите Вы, потому что жена для Вас перестала существовать.

Спасательным кругом может стать болезнь, которую Вы оба будете считать причиной незадавшейся жизни. Теперь у жены появляется отговорка, чтобы не пускать Вас к себе в постель, а у Вас - причина для оправдания интрижек на стороне. Если жена про это узнает, то вынуждена будет помалкивать, ведь сама-то она ущербная. Она будет страдать, оправдывая Ваше поведение тем, что мужчина не может без женщины. Тем самым она старается проявить к Вам доброе отношение, тогда как Вас эта доброта может привести в бешенство.

Пример из жизни.

35-летний мужчина обеспокоен из-за своего сердца. Так как полное обследование не выявило ничего, кроме **повышенного содержания холестерина**, он стал следить за пульсом и подметил кратковременные нарушения ритма. Мужчина запаниковал, поскольку его отец тоже перенес инфаркт в молодом возрасте.

На это я сказала, что у него с отцом есть и другие общие черты. Мужчина напрягся, однако сделал вид, будто не понимает, о чем речь. Скорее всего, не знал, но догадывался. *"Как же Вы не знаете, что терзает Ваше сердце? Конечно, знаете, но не считаете это причиной сердечного недуга, а потому не говорите. Недоумеваете, почему врач интересуется несущественными деталями, которые к делу вообще не относятся"*, - сказала я. Мужчине это не понравилось. Я как бы усомнилась в его умственных способностях.

Мерило хорошего и плохого находится у каждого человека в его душе и всегда дает о себе знать, когда человек ошибается. Если человеку указать на это в связи с его болезнью, то, как правило, следует признание: *"Я и сам это чувствовал, но не верил"*. Разум всегда находит аргументы, чтобы вытеснить веру - вытеснить духовность в угоду физическому. Мне было важно, чтобы мужчина задумался и уяснил свои ошибки, и я сказала: *"Вы считаете, что Ваше **сердце и половая жизнь** между собой не связаны, однако они - два полюса единого целого, являя собой **духовную и физическую стороны любви**"*.

Отец Ваш был бабником, как и Вы сейчас. Признайтесь себе в этом, другим признаваться ни к чему. Кардиолог о таких вещах не спрашивает. И я тоже. Я говорю о них сама, раз уж Вы обратились ко мне за помощью. У меня заняло бы сердце, если бы я не разъяснила Вам суть проблемы. Итак, покуда Вы оправдываете свой образ жизни, признания не может быть".

"А как мужчине жить, если жена не хочет секса?" - выпалил он.

"Я же сказала - не оправдывайтесь, а Вы сразу стали оправдываться. То, что жена Вам отказывает, в этом и есть Ваша проблема."

Чем основательнее высвободите свою проблему, тем лучше уясните для себя ее значение. Ведь возникла она не случайно, она - Ваш неусвоенный урок. Состоит он в Вашем неумении общаться с женщинами.

Жена - она кто? Не человек ли, в первую очередь?" На это мужчина замкнулся в себе, точно улитка, спрятавшаяся в свой домик. Еще бы - жена разве человек! Это отношение перешло к нему от отца, а тот, в свою очередь, унаследовал его от своего деда, ибо дед был авторитетом. Несколько поколений убежденных атеистов, а к женщинам, тем не менее, относятся с религиозных позиций, так как это им выгодно. Так проще оправдывать себя. *Своя жена виновата* в том, что отказывает мужу в его желаниях, а *чужая виновата* в том, что не отказывает ему. К сожалению, желания мужчины возрастают, поскольку он не сознает, что ему нужно.

"Я-то вижу, какой козырь у Вас в руках, - сказала я. - Однако болезнь Вашего отца опровергает это глупое убеждение. Ранняя смерть отца указывает на то, что он не понял сути. Он продолжает жить в сыне и набирается ума через Вас. Если Вы высвободите обиду на женщин, то Ваша мужская гордость перестанет быть мишенью для женщин и Вам не грозит участь отца. Превратное отношение к женщинам составляет Ваше заблуждение, которое Вы не исправили и которое проявляется в чувстве вины. Его нужно высвободить, а Вы что делаете? Старательно его культивируете".

Подсознательное чувство вины перед женой вынуждает мужа во всем обвинять жену. Знание того, что жена у него красивая и хорошая, не позволяет высказать это вслух. А если еще учесть, какая она прекрасная мать, то рот и вовсе нужно закрыть на замок, ибо было бы огромным несчастьем лишиться такой жены. Лучше жены не сыщешь. Но мужу не дает покоя нереализованная физическая любовь. Необъяснимое томление в нижней части тела вызывает страх лишиться мужского естества.

У мужа все чаще возникает желание удостовериться в нормальном отправлении своих функций, что вынуждает его заниматься сексом, но жена не хочет. К счастью, чужие женщины не противятся, и хотя бы в этом вопросе мужчина обретает душевный покой. С другой стороны, на сердце тяжким бременем ложится груз вины и страх оказаться изобличенным в грехах, т. е. **страх оказаться виноватым как раз и вызывает аритмию сердца.**

Желание хоть как-то искупить свою вину заставляет работать не покладая рук. Денег хоть и становится больше, но и расходы возрастают, так как любовницы не жалуют бедных ухажеров. Любовницы усваивают свой урок - урок краденой любви, а это задание не из легких. Им перепадает то, что отнимается от семьи, и это еще больше усиливает чувство вины, хотя семья материально ни в чем не испытывает недостатка.

Чувство вины велит мужчине компенсировать деньгами отсутствие душевного тепла. Наступает кризис, при котором он чувствует, что важнее всего -

набитый до отказа кошелек и мужское тело. Свою сексуальность ему приходится доказывать себе, ведь не станет же он признаваться женщинам, что использует их лишь в качестве подопытных кроликов. А между тем силы все убывают. Бессилие - это **жалость к самому себе из-за того, что меня не считают человеком**. А также из-за того, что нет никого, кому можно бы всерьез пожаловаться на свою беду, да так, чтобы что-то изменилось к лучшему. Кто отнесется к нему как к человеку, если ни себя, ни женщину он человеком не считает? Людей он делит на женщин, мужчин и детей.

Мужчина, о котором идет речь, долгое время страдал **воспалением простаты**, однако обратиться к врачу не смел. Предпочитал неизвестность. Чувство сексуального унижения, возникшее из отношений с женой, прикрывается им посещениями женщин на стороне. Короче говоря, *разгульный образ жизни спас мужчину от гораздо более серьезных заболеваний половых органов, однако сказался на сердце.*

Предстательная железа - это враг отцовства. Воспаление являет собой чувство униженности. Мужчина, который желает стать прекрасным отцом, видит, что жена управляется с детьми лучше, чем он, и ощущает себя униженным отцом. Нафантазировал про свою отцовскую униженность и относится к себе как к униженному отцу. Его дети должны быть святыми, чтобы не относиться к отцу так же, как он сам к себе относится.

Орган любви - сердце. **Околосердечная сумка - перикард - выражает чувство ответственности человека, связанное с любовью.** *Обязанность любить* ограничивает безграничную любовь, т. е. заключает ее в темницу. Сердце как бы помещено в закрытую коробку, и коробка эта должна разорваться, чтобы любовь снова смогла течь беспрепятственно. На это указывает заболевание перикарда, которое дает о себе знать мужчине все чаще, словно говоря: *"Высвободи свою жену. И тех, других женщин тоже. Тогда ты увидишь, что вы вновь обрели друг друга и все наладилось. Чужие женщины не станут качать права. Почему? Потому что жизненный урок тобой усвоен. Больше не придется никому доказывать, что ты мужчина, потому что ты и есть Мужчина"*.

Человек выслушал мою долгую речь с явным недовольством: сильному мужчине не пристало поддаваться болтовне какой-то тетки. Однако в теткинских словах была своя логика, а против нее не попрешь. Пришлось выслушивать хотя бы из-за той ерунды насчет холестерина. И этот вопрос тетка тоже постаралась разъяснить.

Для современного человека холестерин стал проклятьем, от которого нужно избавляться как можно скорее, иначе - неминуемая гибель. *Повышенное содержание в крови холестерина ведет к всевозможным тяжелым болезням*, так как он скапливается на стенках кровеносных сосудов, отчего они сужаются и теряют эластичность. Нет такой ткани, где не было бы кровеносных сосудов, а потому данное нарушение обмена веществ является потенциальной предпосылкой всех болезней. Наиболее распространенные из них - известкование кровеносных сосудов и желчнокаменная болезнь.

Особенно же часто происходит отложение холестерина в *белом веществе головного мозга и в кровеносных сосудах сердца*.

Многие люди с повышенным содержанием холестерина ощущают себя несчастными, так как сидят годами на строгой диете и добросовестно поглощают антихолестериновые лекарства, однако содержание холестерина и не думает снижаться. От побочного действия лекарств возникают недуги пищеварительного тракта, мышечные боли, отеки, упадок сил, нехватка витаминов и минеральных веществ, в результате чего человек ощущает себя больным, в то время как повышенное содержание холестерина ничуть не мешало ему нормально жить и работать. Многие обзляются и перестают проверяться у врача.

Если при повышенном содержании холестерина запрещается потребление животной пищи, особенно жирного мяса, молока и молочных продуктов, то при пониженном его содержании следовало бы рекомендовать данные продукты, однако этого не происходит. Будь повышенное содержание холестерина характерно исключительно для толстяков, то хватило бы одного похудания, но такого не бывает. Будь повышенный холестерин свойством исключительно алкоголиков, у трезвенников не было бы данной проблемы, но и это не так. Также и сведение потребления соли до минимума далеко не всегда влияет на содержание холестерина. Постарайтесь вникнуть в последующее изложение и понять, почему так происходит.

Верно ли, что **холестерин - это очень плохой стерин**, как полагают некоторые, связывающие первую часть слова со словом "холера"?

В популярном толковании существует хороший, плохой и очень плохой холестерин. Последний, видимо, и имеется в виду, когда вспоминают про холеру. Но нигде объясняется, что это значит. А значит вот что. Человеку в нужной мере потребно все ТО, что есть на свете. Если он желает лучшего, то *превышает меру*, и это уже *плохо*. А если желает наилучшего, то *превышает меру многократно*, и это уже *очень плохо*. Речь идет о **СИЛЕ**.

- Если человек испытывает **потребность быть стойким**, то **холестерина** содержится в нем **в нужной мере**.
- Если человек **желает быть стойким**, значит, **он желает быть сильным**, и тогда у него **холестерина в избытке**.
- Если человек **желает быть сверхсильным**, то **содержание у него в крови холестерина можно назвать опасным для жизни**.
- Бывают люди **с чересчур низким содержанием холестерина в крови**. Это значит, что **человек оценивает свою стойкость очень низко и на себя вообще не надеется**. Одним словом, **человек отчаялся**.

Так называемый **хороший холестерин** представляет собой химические вещества - *стерины*, необходимые для жизнедеятельности организма, которые подразделяются на животные, растительные и грибковые. Например,

стигмастерол является **растительным стеринном**, который встречается в большом количестве в *соевых бобах*. По своей структуре он походит на холестерин. Из стигмастерола организм вырабатывает женский гормон *прогестерон - гормон материнства*. К **грибковым стеринам** относятся грибки и спорынья, содержащие *эргостерол*. В современных условиях его производят с помощью дрожжей. При ультрафиолетовом облучении эргостерол вырабатывает *витамин D₂, он же кальцеферол*. Кальцеферолы - жирорастворимые витамины, регулирующие обмен кальция и фосфора в организме.

Холестерин животного происхождения синтезируется из сахаридов и жирных кислот, образуя с жирными кислотами эфиры. Одним из таких является, например, аспирин. Живи мы согласно потребностям, то у нас было бы эфиров в необходимой мере, наша кровь была бы в нужной степени жидкой и нам не пришлось бы ради разжижения крови зашлаковывать организм синтетическим аспирином. *Холестерин является исходным веществом для синтеза стероидных гормонов*. Стероидные гормоны - это гормоны коры надпочечников, от которых напрямую зависит *жизнь или смерть* человека. Половые гормоны также относятся к стероидным гормонам, и от них зависит продолжение рода, а значит, жизнь.

Природа предоставляет человеку все возможности. Человек может питаться растениями, грибами, мясом либо всем перечисленным вместе, и организм в любом случае производит синтез веществ, требуемых для поддержания собственной жизни. Он делает это сбалансированно, сберегая здоровье, если человек живет, *сообразуясь с потребностями*. Стоит человеку возжелать лучшего, как для достижения этого ему нужны дополнительные силы. Чтобы стать сильнее, человек должен получать больше, быстрее и лучшего качества. Обретение дополнительной силы как раз и отражает повышение в крови содержания холестерина, за которым неминуемо следует спад, подобно тому, как вслед за гордыней приходит стыд. **Избыточный, он же плохой**, холестерин, циркулирующий в организме вместе с кровью, становится очень плохим с того момента, когда он начинает оседать на дне чаши страданий - в тканях тела.

Один и тот же хороший холестерин превращается сперва в плохой, а затем в очень плохой оттого лишь, что его количество зашло вначале за критическую черту здоровья, а затем уже за критическую черту жизни. Это значит, что дела очень плохи, когда человек теряет надежду. Чем больше сил человек желает иметь для борьбы, тем больше ему приходится обороняться, поскольку он провоцирует борьбу против себя. Постоянная борьба утомляет, ожесточает, рождает ощущение безнадежности, апатию и примиренчество. При этом содержание *в крови* холестерина падает, и все как будто хорошо, но на самом деле стало еще хуже, так как холестерин отложился на стенках кровеносных сосудов либо в тканях, усиливая зашлакованность организма.

Таким образом, **давая оценку чему-либо, необходимо уяснить его обратную сторону.**

Для понижения содержания холестерина человека прежде всего сажают на растительную диету. Кто довольствуется этим, у того холестерина и впрямь становится меньше. А кто боится ослабеть, на того диета может вообще не подействовать. Более того, если человек со злобой относится к растительной пище, содержание холестерина может еще больше подскочить. Поэтому для того, чтобы отрегулировать свою жизнедеятельность при помощи диеты, следовало бы знать, почему растительные стерины более полезны для здоровья, чем животные. Для этого следует вспомнить, какая у мяса энергия. Энергия злобы, не так ли?

Жирное мясо - открытая злоба.

Постное мясо - скрытая злоба.

Для кого положение в обществе имеет жизненно важное значение, тому не следовало бы вообще потреблять животного жира. А кому наплевать на приличия, тот то и дело выплескивает свою злобу вместе с бранью и может уписывать жирное мясо за обе щеки, не опасаясь никакого холестерина. Увы, такие права даны лишь дебилам. Здравомыслящие люди, которые не желают образумиться и потому запрещают себе давать волю чувствам, уходят из жизни прежде срока. Поэтому если Вас одолевает желание сказать свинье в глаза, что она свинья, дайте этому желанию волю. Если Вы подавляете в себе злобу, Вас с нездешней силой потянет на соленое сало. А если подавите и это желание, то совершите над собой еще одно насилие. Злоба из-за подобных *запретов* воздействует на Вашу поджелудочную железу, особенно на обмен сахара, следствием чего явится *ожирение без потребления жира*.

Человека тянет на такую пищу, которая уравнивает стрессы, нуждающиеся в балансировке. Чем больше в человеке скрытой злобы, тем больше он налегает на постное мясо. Постное мясо - это мышцы. Мышцы выражают силу воли. **Потребляя мясо животных, мы усиливаем в себе животную силу воли**, что само по себе есть культивирование насилия. Незаметно для себя мы принимаемся сокрушать плохое, будучи абсолютно уверенными в правильности своих действий. Истребляя плохое, мы наделе истребляем самих себя. Сколь мы в этом преуспели, показывает анализ холестерина. Плохой анализ хорош в том смысле, что теперь человек будет больше заботиться о себе. Хочется надеяться. Если так и происходит, своей внешней положительностью он причиняет всем меньше зла.

Сила воли являет собой энергию злобы. Освобожденная сила воли есть свободная воля, она же потребность, которая реализуется соответственно надобностям. Высвободите свою открытую злобу, и тогда ошибка будет исправлена, и Вам не придется больше насиловать себя для ее сокрытия. Высвободите также свою скрытую злобу, тогда перестанете бояться осрамиться.

Одним словом:

Чем больше человек гордится своей силой, тем выше содержание холестерина.

Стыд сильного человека за собственную слабость ведет к образованию холестериновых бляшек, которые циркулируют в крови до тех пор, куда гордость борется со стыдом. Чья гордость загоняется стыдом в тупик, у того холестериновая бляшка закупоривает узкий капилляр. Возникшее нарушение кровоснабжения не проходит, если у человека нет надежды получить лучшее, чтобы стать лучше самому. При распространении безысходности на иные сферы жизни холестериновые бляшки, точно снежные хлопья, принимаются залеплять стенки кровеносных сосудов на соответствующих иных участках тела. Кровеносная система незаметно превращается в засоренный трубопровод. Кровь хорошего человека, она же любовь, вынуждена отныне течь по все более сужающимся от отложений шлаков сосудам, пока не оказывается поставленной перед фактом, что проход замурован. Такое состояние может быть опасным для жизни.

Кто выживает, тот задумывается: нужно ли мне то, о чем тоскует душа, или нет.

"Желаю взять от жизни все, что только можно!" - заявляют современные люди. И берут. Если жизнь не дает, вберут силой, ибо так велит желание. Попробуйте несколько переиначить этот лозунг, подгоняя его под себя: "Мне нужно принять от жизни все, что она дает". Прочувствуйте, какая из этих позиций придала Вам ощущение достоинства.

5. РЕБЕНОК

Родители, выпустите из душевного плена на волю своего ребенка, детей, внуков, если желаете им помочь. Сейчас Вы ощутили внутри слабый толчок протеста, потому что Вами не высвобожден страх лишиться того, кем дорожите. Вы **смешиваете свободу и невоспитанность**.

Пример из жизни.

На прием пришли мать и ее 10-летняя дочь. Мать знала все, но ничего не понимала. Дочь не знала ничего, поскольку книг моих не читала, однако понимала все, о чем я говорила, понимала с ходу и очень естественно. Я объяснила им смысл собственнической любви и научила высвобождать пленника из темницы. Девочка внимала всем сердцем, мать же только ушами.

Я спросила: "Скажите, если Вы освободите дочь из своей темницы, то Вы ее лишитесь?" Аналогичный вопрос я тут же задала дочери, чтобы мать смогла обдумать ответ.

Мать вздрогнула, словно тростинка на ветру, часто задышала и подняла взор к потолку, будто ища там готовые ответы. Дочь отреагировала моментально:

"Нет, не лишусь". Мать испуганно уставилась на дочь. "А что тогда будет?" - поинтересовалась я. Мать стала хватать воздух ртом, окончательно утратив способность что-либо соображать. Дочь ответила просто: "Тогда мы станем подружками". И верно, именно так просто и устроена жизнь! И эту толковую девочку мать старалась переделать по своему подобию, сделать из нее порядочного, хорошего человека! Ей и в голову не приходило посоветоваться с дочерью либо поинтересоваться ее мнением.

У меня такое чувство, что мать до сих пор не осознала своих ошибок, так как не удосужилась выкроить время, чтобы заняться высвобождением стрессов. Дочь укрепилась в чувстве собственного достоинства, ведь ее наставляли из сердца в сердце: дорогое дитя, верь в себя и не бойся высказывать свое мнение. Если боишься за последствия, развяжи свой страх и смело раскрывай уста. **Поверь, оттуда польются совершенно иные слова, которые никому не причинят боли.** Если кому-то это не понравится - его дело. Родителям твои слова тоже могут не понравиться, потому что родителям трудно себя переделывать. Если раньше ты считалась хорошим ребенком, то теперь, возможно, тебя будут ругать за то, что ты плохая. Если же ты выздоровеешь, они изменят свое мнение. Ведь фактически никто не желает плохого. Они перестанут тебя воспитывать и дадут тебе взростеть.

Что происходит с энергией, которую Вы высвобождаете? Представьте себе человека, выпущенного Вами из плена и от которого Вы не требуете ни ответной услуги, ни вознаграждения. Даже не говорите ему, мол, когда со мной приключится беда, буду рассчитывать на твою поддержку. Иными словами, не связываете его никакими обязательствами, освобождаете даже от выражения признательности. Разве он бросится бежать и забудет Вас навеки? Он навсегда останется Вашим *настоящим* другом, который всегда окажется рядом, когда Вам это будет нужно. Если с Вами приключится небольшая беда, он будет рядом физически и поможет. Если придет большая беда, он будет рядом с Вами духовно и поможет еще эффективнее. Откуда он узнает, когда и где появиться? Ему подскажет сердце.

Это значит, что, если Вы оступитесь и упадете, он придет и протянет руку помощи. Беда эта мелкая и помощь небольшая. Если Вы окажетесь в кромешном аду и по собственной глупости провалитесь там в бездонную пропасть, откуда не выбраться, то хотя бы за миг до смерти он придет к Вам на память. А уже в следующий момент Вы окажетесь наверху, возле края пропасти. Каким образом, останется для Вас загадкой. То была духовная помощь Вашего друга, которую Вы приняли, поскольку дверь для нее была открыта. Что не смог сделать ум, сделала любовь. Сердце надоумило ухватиться рукой там, где не рвется, и поставить ногу туда, где есть опора. Сердце умеет то, чего не умеет разум.

6. ЛЮБЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Высвободите все, что мало-мальски страшит Вас, а значит, все, что приходит к Вам в голову. Представьте это в виде энергетического тела, имеющего очертания человека либо животного, которое выходит наружу, и постарайтесь

по его повадкам понять, что это значит. Почему в виде человека или животного? Я учу так, как учили меня. Если Вам видится иначе, воля Ваша, это не должно мешать предоставлению ему свободы. Если ваши энергии предстают перед Вами в виде животных, постарайтесь по их поведению уяснить суть своей проблемы и затем ее высвободите.

Пример из жизни.

Приходит мужчина, у которого прежде без конца болела спина. В промежутке он усердно занимался собой, исправляя умонастроение. *"Еще недавно я мог сказать, что спина у меня совершенно здоровая, а сейчас обнаружилось местечко, величиной с пятак, которое очень болит. Уж как ни старался я понять, что это значит, но не понимаю. У меня такое чувство, что я **должен это место холить и лелеять, иначе случится неизвестно что**".* Я поглядела и говорю: *"Эта боль называется Беременность Моей Жены. Ты правильно говоришь, что ее **нужно холить и лелеять, иначе случится неизвестно что**. Но ты еще не понял, что наилучший способ холить и лелеять - это высвободить свою жену и плод, тогда они смогут вести себя так, как им нужно в данный момент. Природа все расставляет по своим местам, если только не вмешивается человек. Проблема твоя состоит в том, что ты цепляешься за жену и ребенка и усложняешь им жизнь"*.

Желание всем нравиться притягивает всевозможных страждущих, которым он не смеет отказать. Положение особенно усложнилось в связи с беременностью жены. Теперь о ней нужно заботиться больше, чем когда-либо прежде, тогда как окружающие по привычке продолжают требовать помощи. Из беды мужчину выручило тело - тем, что заболело. С болезнью нельзя не считаться, и люди умерили свои притязания.

Болезненное и труднопереносимое напряжение спинных мышц, при котором человек не может выпрямиться и вынужден наклоняться вперед, **представляет собой желание нравиться**. Человек испытывает ощущение, словно к крестцу привязан камень. Желание нравиться боли не вызывает. Вероятно, Вам доводилось видеть согбенных людей, верхняя часть туловища которых чуть ли не параллельна земле, но которые, тем не менее, разгуливают с неизменной улыбкой на лице. Человек получил то, чего желал, и по-своему доволен. Если скрюченный человек желает нравиться еще и внешне, он начинает распрямлять спину. Неудача рождает отчаяние, а отчаяние - боль. Таким образом, **болезненное, труднопереносимое напряжение спинных мышц являет собой отчаяние от желания нравиться**.

Боль - это всегда злоба, а точнее, примитивная жестокая злоба. Отрицание, выражающееся словами "не хочу", уже содержит злобу, которая выражает отчаяние. Чем отчаяние сильнее, тем больше выплеск энергий и тем сильнее боль.

Желание нравиться - это стресс продольных мышц спины, который держит в напряжении всю спину, так как продольные мышцы спины тянутся от затылка до копчика. Антиподом напряжения является вялость. На сегодняшний день обмякшие от вялости тела чаще всего можно наблюдать у детей. Нагляднее всего это проявляется у больных, пораженных вялым параличом, которые неспособны даже сидеть самостоятельно. **Любая вялость являет собой безысходность.** Кто сизмальства привык отчаянно пыжиться, чтобы понравиться, у того в некий момент лопается терпение, и ему все становится безразлично. Следствием этого является искривленный позвоночник, похожий на безвольного червя. То же может произойти с ребенком, если у его матери при родах лопается терпение. Она больше не может и не желает нравиться даже акушерке. Бывает, что новорожденный появляется на свет со скоростью пули и получает родовую травму, словно реализуя мысль матери.

Иной раз говорят: "У меня болит крестец". Это значит, что **действия человека прямо противоположны его желаниям.** Знание, что нужно нравиться, протестует: "Не желаю!" И тем не менее человек поступает наоборот. В результате возникают заболевания крестца, которые укладывают человека в постель, где он вынужден лежать, а значит, делать то, что нужно.

Мужчины жалуются на больную спину.

Женщины жалуются на больной крестец.

Это значит, что область поясницы у мужчин заболевает от отчаяния, если мужчина не в состоянии удовлетворить притязания всех, кто желает, чтобы он выполнил за них *их* работу. Крестец у женщины заболевает, когда она отчаивается из-за того, что не справляется *со всеми своими делами*. Женщина желает в первую очередь нравиться самой себе своим трудолюбием и лишь затем окружающим. Если поясница болит у женщин, это значит, что они желают понравиться окружающим своей работоспособностью. Иными словами, *женщины стремятся к идеалу больше и быстрее, чем мужчины.* Если крестец болит у мужчины, это говорит о том, что он мыслит по-женски, то есть страстно, азартно желает нравиться себе, чтобы затем уже нравиться всем остальным.

Пример из жизни.

Недавно одна пациентка сказала мне: "Поглядите, у меня, кажется, в левой почке камень. Вчера прихватило, а сегодня весь день провалялась в постели. За сутки сделалась просто страшилищем". Я ответила: "Почка и впрямь отдает болью, но поскольку она находится глубоко, то и боль должна идти из глубины. У Вас же не так. Во-вторых, будь это почечная колика, Вы не улыбались бы вежливой, виноватой улыбкой, ибо это адская боль. Вы же чувствуете, что боль отпускает, стоит Вам скрючиться".

"Чувствую, точно, - воскликнула она, - но я же не могу находиться в такой позе, у меня муж намного меня моложе!"

Она сама и назвала причину своего недуга. То было **желание нравиться мужу**, которое из-за недоверия превратилось в отчаяние. Оно возрастало всякий раз, когда муж уходил из дома один. Возрастало оно и тогда, когда муж каждое утро отправлялся на работу, хотя работу она и считала безопасной отлучкой.

Связывая жизнь с человеком гораздо младше себя, люди в большинстве случаев молодеют. То, что раньше казалось очень важным, в один миг становится несущественным. Все помыслы отныне сосредотачиваются на том, как бы не разонравиться избраннику. *Страх разонравиться и страх потерять любимого человека* вынуждает лезть из кожи вон, чтобы молодо выглядеть. Чем дольше длится этот период, **именуемый второй молодостью**, тем пожилой человек становится ребячливей.

Это не всегда сопряжено со сменой партнера. У человека может возникнуть *желание нравиться также и молодым*. Физическая форма при этом хоть и улучшается, но духовное развитие либо приостанавливается, либо наступает регресс, потому что *желание нравиться своим молодежным образом мыслей* тормозит естественный процесс созревания человека.

Капризный, своенравный, упрямо гнуший свое старик хуже малого дитя. Чем больше люди расхваливают внешность старого человека, который желает всем нравиться, а особенно внешность женщины, тем больше масла подливается в огонь. Даже в том случае, если она отрецивается, мол, ну что вы, я ведь стара и некрасива, только на корм червям и гожусь. Кто не выдерживает напряжения, которого требует от него желание быть всегда моложе своих лет, тот ломается и однажды просыпается стариком. Все старания и ухищрения пропали даром. Останься человек самим собой, старея потихоньку, такого внезапного превращения не произошло бы.

Желание нравиться молодым способно даже вызвать менструации у женщин, достигших менопаузы.

Пример из жизни.

Пожилую женщину вдруг посетила мысль, что с ней будет, если в старости она занеможет? Ведь своих детей у нее нет. Кто будет за ней ухаживать? Кто ее похоронит и станет приходить на могилу? Речь сейчас не о том, как отреагировали на моментально преобразившуюся тетушку - само воплощение доброты и молоджавости - ее молодые родственники, а о том, что у нее после 10-летнего перерыва возобновилась менструация. Переполошившиеся врачи пытались найти у нее рак матки, но чего не было, того не было. Зато были выделения крови, похожие на менструацию. Женщина от этого вся расцвела.

Можно было бы сказать, что все хорошо, ни к чему поднимать панику. Увы, не все золото, что блестит. Гормоны, соответствующие молодому организму, рано или поздно провоцируют нежелательные процессы в организме старом, ибо подобное положение равносильно недоброжелательству по отношению к старому телу. Для молодого тела быстрый рост клеток - явление

положительное и полезное, а для старого - отрицательное и ненужное. Так что врачи оказались неправы и вместе с тем правы. Мнение женщины, что врачи напрасно ее мучили, оказались верным и одновременно неверным.

Вы, должно быть, понимаете, сколь важное значение имеет время. То, что сегодня так, завтра может быть совсем по-другому. Поэтому никогда не цепляйтесь за тот или иной поставленный диагноз. Займитесь исправлением своего умонастроения с тем, чтобы не подтвердился грозный диагноз, поставленный врачом или экстрасенсом и снятый его оппонентом. В противном случае Вам придется столкнуться с тем, что победное торжество и высмеивание автора диагноза когда-нибудь повлекут за собой слезы.

У этой женщины врачи хотели на всякий случай удалить матку, так как считали, что рак находится в скрытой форме где-то глубже. Что верно, то верно. Именно в скрытой форме и гораздо глубже, то есть еще не успел материализоваться в физическом теле, и от удаления матки пользы было бы немного. Без ликвидации истинной причины он материализовался бы в ином отягощенном стрессами органе. В данном случае в мозгу, поскольку женщина с утра до вечера мучила свою голову мыслями о том, что ее ждет в будущем.

Какой человеку дать совет? Кто привык в жизни думать своей головой, тому можно посоветовать два имеющихся варианта и предоставить ему право выбора. Кто начинает торговаться и требовать гарантии, тот всю жизнь прожил, добросовестно выполняя чужие приказы. Если предложить ему заняться одним лишь исправлением умонастроения либо порекомендовать иное альтернативное лечение, этим ты поставишь себя под удар, так как впоследствии он примется тебя же обвинять.

Этой женщине я посоветовала заниматься исправлением умонастроения, как до хирургического удаления матки, так и после, до конца жизни. Немного подумав, она встала и сказала: "*Хорошо!*" Ушла она достойно, с видом человека, обретшего самого себя, оставив за порогом моего кабинета образ легкомысленной девчонки. Я поняла, что она решила прежде всего обдумать сказанное. Человек сделал по своей воле выбор и имел на это право.

Если пожилой человек притрагивается вдруг к зеркалу и начинает оплакивать свою былую молодость и красоту, это предвещает скорую утрату способности мыслить. Не утешайте его, не говорите, что он и сейчас еще красив и что Вы любите его таким, каков он есть. Он не знает, что означает "таким, каков он есть". Возможно, в этот момент Вы имеете в виду только внешность, поскольку жалость низводит любого человека с небес, т. е. из духовной сферы, на землю. Человек ожидает от Вас сочувствия, понимания его беды и потому сочтет Вас жестоким, если Вы скажете, что его внешность не имеет для Вас никакого значения. Если Вы его любите и скажете, мол, я люблю тебя за твою душу, это проникает в его сердце, и поверьте, он перестает придавать столь большое значение своему телу. Родителям можно сказать: "*Я люблю свою маму, которая без этих морщин была бы и не мама вовсе*". Либо: "*Папа, я люблю тебя и из-за твоих больных ног не стану любить меньше*".

С посторонними несколько сложнее, потому что мы не умеем их любить, поэтому и язык не поворачивается признаться в любви. Пока мы не достигнем материального благополучия, которое сулит взятый нами курс развития, то сколько бы мы ни щебетали: "*I love you*", никто не воспримет это всерьез. Пустая фраза, за которой кроется лишь желание нравиться. Конечно, если мы доживем до благополучия, нам от этого будет ни жарко ни холодно. У самих-то одна цель - желание нравиться.

Не имеет значения, слабы ли Вы здоровьем с детства или стали немощны с возрастом. Постоянно напоминайте себе, что жизнь - не нагромождение дней, а их соположение. Это значит, что нам нужно уже сегодня формировать будущее. **Для молодости важна внешняя форма, для старости - внутреннее содержание, и дать Вам это не сможет никто, кроме Вас самих.**

Рождение сына или дочери: счастье или несчастье?

Многие люди недовольны своим полом. Родился женщиной, а хотел бы быть мужчиной либо наоборот. Почему? Потому что человек **желает быть таким, каким его желают видеть другие**. Кто эти другие? Известно кто - прежде всего родители. Никто так сильно не желает переделать человека, как его родители. Нередки случаи, когда человек знает, что вместо него родители ждали младенца другого пола. Многие делают такое заключение из недовольства родителей. Многие это чувствуют нутром, хотя родители, желающие быть хорошими, все отрицают. Признаться в своих ошибках не позволяет чувство вины.

Чем сильнее родители желают иметь ребенка определенного пола, тем больше потребность ребенка подпадает под родительское желание. Детская потребность жить сильнее, чем потребность быть женщиной или мужчиной. В действительности ребенок, который нужен родителям, сам выбирает свой пол, однако им *об этом знать не дано*. Они желают сына или дочь, потому что преследуют определенную *цель*. Своеобразие желания предопределяет и специфику обоюдных страданий.

Половые органы эмбриона начинают формироваться с восьмой недели беременности. Если родителям нужна девочка, а у них навязчивая идея родить мальчика, то ребенок и не рождается. Сын не может родиться, а девочке родиться заказано.

Если родители нуждаются в девочке и девочка таки зачинается, однако родители, узнав про беременность, начинают желать исключительно мальчика, то беременность может прерваться. Либо рождается девочка с мальчишечьей душой. Не исключено, что она захочет изменить свой пол хирургическим путем. Когда родители притягивают к себе сына, а это значит, что они заслуживают сына, но хотят девочку, то рождается сын, который, подрастая, становится похожим на женщину - и внешностью, и манерами. Не исключено, что он захочет изменить свой пол хирургическим способом. Люди стремятся переделать природу в надежде обрести счастье столь утопическим

способом.

Чем позже родителям в голову втемяшивается конкретное желание относительно пола ребенка, тем для него лучше, ведь чем более развиты его половые органы, тем меньше вреда наносится их развитию. Бывает, родители задумываются о поле ребенка уже после его рождения. Чем разочарование сильнее, тем вероятнее, что ребенок станет сторониться родителей. Сознание того, что его не любят таким, каков он есть, отчуждает ребенка от родителей и приводит в общество тех, кто любит его как раз таким, какой он есть.

О том, как человек приходит в тело, я расскажу подробнее, чем в первой книге, в последующем изложении. Для этого поясним понятие "дух". Когда мы говорим о духе, то обычно его себе не представляем. Говоря о духе, мы не догадываемся, что в действительности ведем речь о средоточии эфемерного безграничного духа, которое находится где-то, куда-то пришло либо куда-то ушло. В принципе дух подобен бесконечному небу, о чем мы еще будем говорить подробнее.

Всякий человек, он же духовное создание, приходит в физическое тело по-своему.

I. Дух ребенка приходит одновременно с телом.

Духовное создание, т. е. дух, приходит в физическое тело в момент образования физического тела. Иначе говоря, в тот миг, когда **яйцеклетка принимает в себя сперматозоид**. Так начинается **желанная беременность**. Она может в данный момент и не осознаваться, однако она желанная, если женщина и мужчина обоюдно запланировали зачатие. У такого ребенка амплитуда стрессов небольшая, стрессы не насылают на него хворь и не перекрывают для него жизненный путь. Его не пригибают к земле житейские уроки, так как он обладает способностью извлекать из кажущейся пустяковой проблемы большой важный вывод.

Родители, которые любят друг друга и считаются друг с другом, считаются также и с жизнью и обстоятельствами, поэтому у них не бывает проблем ни с половой жизнью, ни с предохранением от беременности. Они зачинают столько детей, сколько им нужно, будь то один или одиннадцать. Они счастливы с детьми, и дети счастливы с ними.

Когда нет желания нравиться, нет и нежелания нравиться, и человек может благополучно быть самим собой, а значит, личностью.

II. Дух ребенка приходит до возникновения тела.

Дух приходит в яйцеклетку раньше, если он видит, что мать отталкивает отца, т. е. **яйцеклетка отталкивает сперматозоид**. Потребность в физическом рождении есть потребность в развитии, и духовная энергия

вынуждена пускать в ход изобретательность. Ради собственного блага человек способен изобрести все, что угодно. Сознание духа знает, что человек, одолеваемый страхами, неспособен принять то, что ему предлагают. Он видит в ближнем самого себя и начинает его отталкивать. Дух видит это и является с любовью, чтобы уравновесить страхи матери. Когда дух обосновывается в яйцеклетке, он обосновывается и в самой женщине. Женщина уже не отталкивает мужчину с прежней силой, и сперматозоид проникает в яйцеклетку. Таким образом этот дух, он же человек, помогает себе воплотиться в теле.

Сделаю отступление, чтобы подчеркнуть значение отдавания. Человек счастлив, когда он отдает, поэтому всегда следует принимать от ближнего то, что он дает. Так бывает не всегда. Вежливые фразы вроде "Ну что Вы!" или "Этого не следовало бы" фактически означают неприятие предлагаемого. Если человек принимает физически, но не принимает духовно, это все равно что не принимает вообще. Почему? Потому что дающий не благословляет отдаваемого и делает из ближнего берущего, тогда как тот не желает становиться берущим, т. е. несчастным. Вот почему то, что дается из корыстных побуждений, вызывает у человека вежливый машинальный отказ.

Дух - это воплощение спокойствия. Он наблюдает за всем со стороны и подводит душу к необходимым для усвоения урокам. Дух созерцает метания души и тела в чаше стрессов, но это его не тревожит, ибо он знает, что таким образом дети познают самих себя. Душа является первичным средством общения, и ее не обманешь. Даже в том случае, если эта душа извела столько обмана и несправедливости, что перестала верить кому-либо. Она все равно отличит искренность от фальши. Для того, чтобы люди не отвергали того, что Вы намерены им отдать, высвободите свое *корыстолюбие*.

Если Вы интуитивно почувствуете корыстолюбие, развяжите свой *страх перед корыстолюбием* и *злобу против корыстолюбия*. В противном случае Вы не захотите принимать даже дары природы. Это самая большая ошибка, какую допускают. Дикая природа ведает обо всем лучше всех. Растения, их соцветия и плоды дают совершенную энергию, в которой человек нуждается именно *в данный момент*. Кто потребляет дары природы, растения, произрастающие вблизи родного дома, тому легче прожить счастливым и здоровым до следующего урожая. Растение воплощает в себе дух, а значит уравнивает, который воздействует уравнивающе даже на образ мыслей человека. Какой бы величины ни был Ваш земельный участок и что бы там Вы ни выращивали, все, что там произрастает, обладает идеально сбалансированной энергией. То необходимое, что Вами не посеяно, дают сорняки. Они знают, чего недостает до полного совершенства.

Сорняки сами заботятся о том, чтобы успеть передать съедобным, иначе говоря хорошим, растениям то плохое, что зачастую нужнее хорошего, прежде чем человек выдернет их из почвы. Если мы уничтожаем сорняки в зародыше ядовитыми веществами, то лишаем себя истинно необходимого, а это поважнее, нежели то, что мы поедаем отраву.

Природа помогла бы телу человека избавиться от нечистот, если человек при всей его внешней положительности дал бы ей такую возможность. Если мы этого не видим, то и не догадываемся об этом, а если кто-то об этом говорит, то не верим.

Кто растительной пище предпочитает животную, тот губит себя так же, как и животное. Растения, по мере своих возможностей, стараются эту ошибку исправить. Царство растений предлагает человеку в помощь растение, похожее на животное, - гриб. Задача грибов - переработать в прах и землю все, что погибает, поэтому они знают, когда им появиться и как. Поскольку только разрушитель способен понять другого разрушителя и направить его на путь истинный, то в грибе сосредоточена энергия разрушения. **Грибы дают возможность смерти обернуться рождением.**

Природе все известно наперед. Если бы мы не спешили, то сумели бы выслушать ее речи. Сумели бы понять, что **обилие грибов предвещает разрушение**. Каждый вид грибов отличается по своей энергетике. Природа дает нам столько различных видов грибов, сколько в силах уничтожить проживающий в данной местности человек и сколько их намерено погибнуть. Кто полагается в лесу на свое чутье, тому в лукошко попадают именно те грибы, которые ему нужны. Употребление в пищу грибов, считающихся лучшими, уравнивает разрушительный склад мыслей, который человек может и не воспринимать как разрушительный.

Считается, что грибы плохо перевариваются. Есть мнение, что грибы вообще не перевариваются. А между тем есть люди, которые обожают грибы. Вряд ли они обожали бы грибы, знай, что те нарушают пищеварение. Что все это значит? А вот что: **кто в силу своих пугливых представлений додумывается до того, что жизнь трудна, у того и грибы перевариваются с трудом**. Кто отрицает незримое, тот отрицает и интуитивное мышление, мышление сердцем, и абсолютизирует рациональное мышление, материальное мышление мозгами, и у того **грибы вообще не перевариваются**. Кто любит жизнь, тот любит грибы, и **грибы перевариваются ему во благо**.

Такой человек любит лес и с благодарностью принимает любой лесной дар. Если некий из даров ему не нужен, он его не истребляет. Он не подденет ногой мухомор за то лишь, что тот ядовит. Этого не позволяет сделать любовь к жизни. Он может и не знать, но чувствует, что мухомор для чего-то нужен. Знайте, что не будь мухомора, лесные звери не могли бы обращать в прах свои болезнетворные микробы, и лес сделался бы источником инфекции как для животных, так и для людей. Взбесившееся животное съедает мухомор, и гриб для него - лекарство. Мухомор выводит из зверя **животную злобу, вызываемую борьбой за существование**, а микробы выходят сами, потому что им больше не нужно наставлять его душу. Инстинкт приводит зверя к грибу, и гриб помогает зверю соответственно его стадии развития.

Грибковое заболевание поражает человека, когда тот желает избавиться от плохого, желает истребить плохое. Чем хуже человек относится к чему-либо или к кому-либо, тем больше стремится сделать так, чтобы оно перестало существовать, тем больше его ненавидит и тем

навязчивей грибковое заболевание цепляется к соответствующему участку тела. Если человек не может ликвидировать неприятного для себя человека либо ситуацию, то не сыщется и лекарства, способного ликвидировать грибковое заболевание. Все лекарства что-то да губят, но губителя им все же не погубить. За грибом как переработчиком любого рода нечистот всегда остается последнее слово.

Грибковое заболевание всегда связано с желанием избавиться от собственного стыда.

Энергия обладает сознанием. Сознание грибов знает, как управлять микробами. **Сознание микробов знает**, что они подготавливают преобразование животной энергии в растительную. **Сознание грибка знает**, что он последний в ряду тех, кто преобразует животную энергию в растительную. Смерть животного означает рождение растения. Иными словами, превращение неуравновешенной энергии в уравновешенную, в прах, означает рождение нового качества уравновешенности, т. е. рождение нового растения.

В природе обычно бывает так, что если много грибов, то много и ягод рябины. Рябина - дерево, воплощающее достоинство. Хорошо, если Вы едите грибы и ягоды рябины, а еще лучше, если Вы высвобождаете также и разрушение и достоинство. Если Вы не принимаете даров природы, то отказываетесь от балансира космической энергии сего года в его земном выражении и лишаетесь естественного иммунитета.

Отношение к грибам тождественно отношению к разрушению. *Кто желает избавиться от плохого, тот является разрушителем.* Он не понимает, что, истребляя ближнего, он истребляет самого себя. В теле разрушителя происходит бурный рост грибов. Не тех, что в лесу, но в принципе таких же.

Любая женщина, считающая, что ее не любят, отталкивает от себя мужчину в мыслях или в реальности, и в половых органах у нее неизбежно происходит бурный рост грибов. То же случается и с мужчиной, который полагает, что его не любят.

Неисправленная ошибка всегда рождает чувство вины и обвинение. *Обвинение материализуется в виде кислоты.* Грибы как раз и порождают кислотную среду. Кто не высвобождает чувство вины, у того повышается кислотность. Достигнув критической черты, кислотность парализует подвижность сперматозоида, и он не проникает в яйцеклетку даже тогда, когда женщина подпускает к себе мужчину в сексуальном смысле.

Выражение "подпускать к себе" является расхожим. Что оно означает? То и означает - слово в слово. Если муж не совсем такой, каким желала бы его видеть жена, то она, вполне вероятно, подпускает его к себе физически, но не допускает единения души и духа мужа со своими душой и духом. То же самое происходит с яйцеклеткой и сперматозоидом. Но наступлению

беременности это отнюдь не мешает.

Испуганная женщина, то есть та, которая мыслит материальными категориями, желает, чтобы мужчина был мужественным.

Материалистическое мировоззрение выстраивает иерархию ценностей таким образом, что на первом месте стоит то, что находится ближе всего к земле. В соответствии с этим мужчина - это тот, у кого имеются в первую очередь гениталии, и чем они больше, тем лучше. Затем следует сила и лишь после нее разум. Опять же чем больше, тем лучше. А что все эти большие хорошие вещи рождают насилие, об этом люди вспоминают в последнюю очередь.

Постоянное повышение требований к этим трем мужским признакам не позволяет увидеть в мужчине человека. Мужчина, желающий понравиться женщине, становится женоподобным. В итоге женщина отталкивает его как духовно, так и физически. Конфликт завершается расставанием.

Мужчина, желающий нравиться, стремится вернуть расположение женщины, сломить ее отчужденность. В некий момент это, возможно, ему и удастся, и тогда он зачинает девочку. В этом случае женщина, которая чувствует, что ее не любят, приобретает в лице дочери единомышленника, и это ей нравится. Мужьям, желающим нравиться женам, нравятся дочери. Страх лишиться жены может вызвать подсознательное нежелание заводить сына. Подобный образ мышления часто встречается у военнослужащих, мотивирующих свое желание иметь дочь стремлением обеспечить ребенку лучшую участь. Они избрали для себя чрезвычайно мужественную внешне профессию, которой стараются компенсировать свой комплекс неполноценности. Разочарования усугубляют скрытое негативное отношение к мужскому полу.

III. Дух ребенка приходит после возникновения тела.

Тело всегда находится в энергетическом поле духа и души. Если средоточие духа расположено вне пределов тела, тело как бы лишено духа. Кто думает наперед, тот предпочитает переждать и не спешит появляться в небезопасном месте, откуда тотчас же придется уносить ноги. Дух, что приходит на землю набраться ума-разума, тем самым дает проясниться в нужной мере той напряженной ситуации, что возникла из-за сиюминутного настроения родителей, иначе его приход был бы небезопасен. Сам дух неуязвим, ибо являет собой уравновешенность, но его поведение продиктовано заботой о душе.

Душа - это женщина, мать. Женщина, испытывающая комплекс неполноценности, боится, что ее любовь не нужна, что ее любовь никчемна, а потому цепляется за мужчину и желает ему нравиться. Всем известны обычные уловки, к которым женщины прибегают, когда хотят понравиться мужчине. Это желание может быть столь безмерным, что женщина позволяет проделывать с собой все, что придумает большое воображение мужчины. Обрекающая себя на подобные страдания женщина, скорее всего, в предыдущей жизни отталкивала от себя мужчин с таким великим страхом и

ненавистью, что и вовсе осталась без мужа.

Страх остаться без мужнины и желание получить мужнину подавляют у женщины чувство собственного достоинства настолько, что женщина смиряется с любыми унижениями, лишь бы мужчина ее не бросил. Тем из сторонних наблюдателей, кто еще не усвоил данного урока, это кажется непостижимым. Одним из подсознательных средств удержать мужнину является ребенок, в котором мужчина и женщина навсегда неразрывны. Бесконечная напасть с нежеланными беременностями - вот к чему ведет *желание нравиться мужчинам*.

Женщина, которая старается нравиться мужчине, подобна амебе, втягивающей в себя добычу. Даже самый миролюбивый мужчина и тот начинает защищаться, и всякая самозащита когда-нибудь переходит в нападение. Почему? Помните, отчего возникает гнев? Когда подавляемый страх "*меня не любят*" превращается в беспомощность и печаль, которые человек заглушает, тогда и возникает гнев. Мужчина всегда беспомощен перед женщиной, ибо женская мысль сильнее мужской силы. Поэтому духовный террор со стороны женщины ведет к физическому террору со стороны мужчины. Это диктуется мужским *желанием доказать, что он мужчина*. Рассудительный и спокойный в обыденной жизни мужчина, не привыкший к нежничанью, как раз и скрывает в себе желание доказать, что он - мужчина, желание нравиться самому себе.

Точно так же ведут себя сперматозоиды этого мужчины. В результате зачинается мальчик, чье рождение укрепляет самосознание мужчины, достоинство, силу и все прочее, что этот мужчина считает признаками мужественности. **Рождение сына - для отца гордость**, признается он в этом или нет. У непомерно гордого мужчины сыновья зачастую и не рождаются. У менее гордого рождаются, но если мужчина начинает похваляться своим сыном, то лишается его.

Страх лишиться мужественности сводится к страху лишиться сына, что вынуждает отца быть очень суровым к сыну. Потому отец до самой смерти не дает сыну стать лучше себя, а значит, стать умнее, успешнее, знаменитее. Если сын не понимает отца, они могут сделаться заклятыми врагами.

Мужчина с комплексом неполноценности, чье чувство собственного достоинства не повышается с рождением сына, скорее всего, так и будет плодить сыновей, тогда как жена его отчаянно желает иметь дочь. Мужчин, у которых одни сыновья, люди обычно вышучивают, мол, они не умеют заделать дочь. Такой мужчина смеется над шуткой вместе со всеми, горделиво выпячивая грудь, однако ощущает в сердце странное унижение. Вышучивают также мужчин, имеющих одних дочерей. Тем самым люди своими шутками пытаются изменить образ мыслей мужчины.

Мужчина, который желает нравиться женщине, зачинает дочь.

Мужчина, который желает доказать свою состоятельность, т. е. желает нравиться себе, зачинает сына.

От матери зависит рождение ребенка,

от отца зависит пол ребенка.

Выражаясь будничным языком, мужчина, желающий доказать женщине свою любовь, зачинает дочь. А тот, кто желает доказать самому себе свою мужественность, зачинает сына.

Если женщине тоже хочется, чтобы мужчина доказал ей свою любовь, то рождение дочери - дело решенное. Если жена желает, чтобы мужчина доказал свою мужественность, то зачать они могут только сына. *Мужчина ведь делает так, как думает жена, а не так, о чем она говорит.*

Женщина, которая хочет нравиться мужчине, принимает предлагаемое мужчиной.

Женщина, которая хочет доказать собственную состоятельность, не принимает предлагаемого мужчиной.

Если нравиться желают оба, верх берет воля более сильного. Если желание нравиться равновелико у обоих, рождаются близнецы. Рождение близнецов говорит о сверхмерном желании женщины доказать, что она женщина. При созревании у нее одной яйцеклетки рождаются однойяйцевые близнецы, при созревании двух - двуяйцевые. Если в данный момент мужчина очень сильно хочет понравиться женщине, родятся девочки. Если он желает доказать себе, что он мужчина, родятся сыновья. Если мужчина очень сильно желает доказать, что он человек, родятся и сын, и дочь. Короче говоря, если желание нравиться у мужчины и женщины непомерное, родятся разом сын и дочь.

Родившиеся дети переживают те же стрессы, что и их родители.

Всякий стресс со временем может перерасти критическую черту, а значит, превратиться в свою противоположность. Так желание нравиться другим оборачивается:

1. нежеланием - протестом против того, кто желает переделать меня по своему вкусу, а возможно, и протестом против всех приятных людей;
2. желанием нравиться себе, желанием доказать собственную состоятельность, желанием самоутвердиться - все это является желанием оправдать свое существование. В более общем смысле речь идет о страхе, что меня не любят таким, каков я есть.

Дети не рождаются:

А. Когда оба родителя желают нравиться только себе, когда им есть чего стыдиться друг в друге. Такие семьи удерживает вместе работа, деньги, бизнес, слава, самоутверждение, что для них важнее рождения

ребенка. Если они довольны собой, то, возможно, довольны и друг другом, и жизнь для них в радость. Большинству это не удается.

Б. Когда желание нравиться переросло в нежелание. Если это желание выплескивается в виде шумных скандалов и рукоприкладства, люди расходятся. Если оно загоняется вглубь ради репутации хорошего человека, люди продолжают жить вместе, не ощущая того, что жизнь тускла и однообразна. У таких супругов *нежелание нравиться* родилось еще в детстве от родительских конфликтов. Дети стараются быть по душе родителям, тогда как *родители вымещают житейские неурядицы на детях, и у тех пропадает всякое желание нравиться*. Ребенок делается бесчувственным, что очень приговорается ему при порке.

Кто не отрицает пока подобный брак, тот все же клятвенно обещает себе, что уж его-то семейная жизнь будет выглядеть иначе. Так и происходит. В его семейной жизни все выглядит *наоборот*: никаких постыдных скандалов, глупости, грязи, пошлости, лени, бедности, взаимного истребления. Наоборот, супруги живут миролюбиво, с умом, чистоплотно, пристойно, трудолюбиво, по возможности богато, считаясь друг с другом. Это значит, что супруги **стараются нравиться друг другу своим миролюбием, умом, чистоплотностью, воспитанностью, трудолюбием, богатством, умением считаться с ближним. Главное, чтобы не было стыдно**. Все как будто хорошо, но счастья нет и нет детей.

Супружеская пара надеется подсознательно на то, что ребенок изменит положение, но ребенок не может родиться - мешает скрытое плохое. В былые времена физически здоровым родителям советовали: найдите нового партнера. Кто очень сильно желал самоутвердиться за счет ребенка, тот так и поступал, и, возможно, ребенок действительно рождался. На свое счастье или на беду, речь сейчас не об этом.

На настоящую главу читатели реагируют совершенно по-разному. Кто ощущает себя виноватым, а кто, напротив, сбрасывает с плеч груз вины. Очень бурно реагируют мужчины. "*Я же сразу им сказал - нечего меня обследовать, я здоров!*" - заявил **уверенный в своем мужском достоинстве мужчина**, чья сперма была признана способной к зачатию, но у которого, тем не менее, детей не было. Такое заявление он был готов сделать и раньше, но не мог, не заручившись подтверждением. Полученное известие преобразило мужчину - прежде сдержанный человек сделался горделиво вызывающим, однако не счел это признаком насилия. Тем не менее в нем кипела злоба оскорбленного человека. "*Знамо дело! Женщины сплеховали*", - говорит мужчина, **засомневавшийся в своем мужском достоинстве** и пытающийся найти аргументы, которые укрепили бы в нем чувство собственного достоинства, но не считающий аргументом наличие у него детей. Он вправе так рассуждать, поскольку у него есть дети и обратного доказать никто не может. **Ощущающий себя виноватым мужчина** предпочитает помалкивать - сперматозоиды у него либо ослаблены, либо их нет вообще. Значит, виноват сам.

Правы и тот, и другой, и третий. Истина же состоит в том, что **ребенок - плод совместного созидания. Подлинное и гармоничное созидание происходит через сердце. Рождение ребенка зависит от женщины, однако ребенок прежде всего является человеком - духовным созданием. Творцом его тела является творец материального мира - отец.** Мужчина, который начинает себя уважать, способствует исцелению своих половых органов.

Чрезмерная материальность неизбежно являет собой насилие, хотя называть ее так не принято. То насилие, которое присутствует в отношениях мужчины и женщины в темноте под одеялом, в большинстве случаев на свет божий не выносятся. Например, вряд ли кто знает об истинной сущности половых отношений между родителями. Вместе с тем отношения эти знаменуют начало нашей жизни, и об испытанных в тот момент чувствах непременно следовало бы поведать ребенку. Другое дело - как что сделать. Тема эта деликатная, поэтому говорить нужно тактично.

Так, склонность к насилию может быть у мужчины совершенно подавленной, и про это знает лишь сердце женщины - ее первейшее средство общения. Женщина, которой довелось испытать сексуальное насилие в не столь отдаленных по времени предыдущих жизнях, боится насилия. Сексуальное насилие - это не только изнасилование и половое извращение. Оно также включает вынужденный брак без любви, секс из чувства долга, пошлый животный секс, первенство мужчины в интимных отношениях на правах более сильного, использование женщины как машины для деторождения. Сердце женщины, изведавшей подобное к себе отношение, испытывает подсознательный страх перед насилием, включая сексуальное насилие, и затворяется при малейшем проявлении мужского насилия.

Таким образом, рождение ребенка напрямую зависит от страха женщины, а косвенно - от насилия мужчины.

Второй из упомянутых выше мужчин, возможно, даже не догадывается о величине своей склонности к насилию, однако с каждым визитом к врачу по поводу бездетности в нем усиливаются высокомерие и заносчивость. Его неумение, он же страх, подойти к жене с лаской постепенно оборачивается грубым, неприкрытым сексом. Винящая себя в бездетности женщина, которая страшится сексуального насилия, но одновременно боится потерять мужа, **позволяет овладеть собой, но не дает.** Не дает той любви, которая приняла бы любовь мужа.

Многие женщины обижаются на мои слова о том, что **внематочная беременность возникает, когда женщина не желает ребенка от данного мужчины.** Какой ужас, если об этом узнает муж! А еще ужаснее быть без вины виноватой, поскольку никогда такой мысли не допускалось. От себя добавлю: не допускалось осознанно. Неосознанные мысли воздействуют точно так же. Если мужчина отождествляется с чертами его характера, то он может внушать полную антипатию из-за одной лишь черты или особенности поведения. Неприятие некоей черты характера отождествляется с антипатией к самому мужчине, который - разве нет? - плодит детей, похожих на себя.

Многие женщины признаются, что в тот момент они действительно не хотели

ребенка, потому что мужчина вел себя как настоящий хам, как самовлюбленный петух, как неуклюжий увалень, как безрассудный мальчишка - что для женщины казалось совершенно неприемлемым - и в результате возникла внематочная беременность. А многие женщины не удосуживаются поразмыслить над сказанным и, естественно, не улавливают сути проблемы. Неприятную вещь ведь проще всего отрицать.

Многие женщины желают жить с этим мужчиной и иметь ребенка, но не от него, поскольку мужчина страдает неким врожденным дефектом, неизлечимой болезнью либо является потенциальным носителем наследственного заболевания. Например, выясняется, что у мужчины в роду были душевнобольные, люди с отклонениями в развитии либо с иными наследственными болезнями. **Желание иметь здорового ребенка есть страх иметь больного ребенка.** Чем сильнее страх, тем больше притягивает то, чего боятся. Следствием противоречащих друг другу желаний и является внематочная беременность.

Итак, причиной внематочной беременности является желание испуганного человека получить то, чего он в действительности не желает, т. е. любовь с предъявлением условий. У каждого человека есть свои достоинства и недостатки, но если мы считаем его из-за этого хорошим или плохим, то создаем для себя проблему. Если мужчина поступает в данный момент так, как того желает женщина, то женщина благосклонно принимает предлагаемое им. Если им предлагается семя, оно оплодотворяет яйцеклетку, даже если ребенка не желают.

Если мужчина делает не так, как желает женщина, то отдаваемое им будет отвергнуто, даже если ребенка желают. **Это то же самое, как если женщина желает ребенка, но не желает мужчину таким, каков он есть в данный момент.**

Если мужчина постоянно допускает одну и ту же промашку, у женщины рождается пугающая навязчивая идея, что он такой и есть. Желание мужчины переубедить женщину силой оказывается побежденным женским страхом, и ребенок не зачинается.

Добросовестное участие замужней женщины в сексе - это страх потерять мужа, лихорадочно притягивающий мужчину и одновременно его отталкивающий. **"Хочу этого хорошего мужчину" и одновременно "не хочу этого же самого плохого мужчину" как раз и приводит к внематочной беременности.**

Судьба оплодотворенной яйцеклетки зависит от взаимоотношений между родителями в течение первой недели беременности, когда яйцевод переносит яйцеклетку к матке. Если что-то в муже рождает у женщины неприязнь, если в ней возникает протест: *"Не желаю такого мужа! Ничего мне от него не надо!"*, то оплодотворенная яйцеклетка остается в яйцеводе, где продолжает развиваться. Это и есть внематочная беременность.

Чем женская злоба агрессивнее, тем быстрее происходит разрыв яйцевода, и женщина оказывается на операционном столе. Чем сильнее нежелание прощать, тем серьезнее осложнения. Если из первой внематочной

беременности не делается вывода, не исправляются ошибки во взаимоотношениях, то последует вторая. Больше яйцеводов у женщины нет.

Здесь нельзя не отметить большую роль *матери* жены в разрешении проблемы внематочной беременности. Медициной эта проблема обычно решается оперативно путем удаления яйцевода. Правда, уже изобретены препараты, вводимые с помощью шприца в эмбрион и вызывающие рассасывание плода. Однако маловероятно, что такой яйцевод будет пригоден в дальнейшем. На самом деле яйцевод способен опорожнить свое содержимое в матку и очиститься более обильной, нежели обычно, менструацией. Что это значит? ***Энергия яйцевода символически соотносится с женщиной, которая зависит либо не зависит от воли и оценочных суждений своей матери.***

Женщина, которая находится в зависимости от внешне благих материнских приказов и запретов и которая боится злорадных высказываний матери, не станет открываться перед матерью и сетовать на проблемы семейной жизни. Ее зреющая в яйцеводе беременность не может разрешиться через естественные каналы. Это значит, что прежде чем осуждать дочь, матерям следует поразмыслить над собственными заблуждениями.

Чем больше дочь **стыдится** матери, тем глубже запряваны ее гинекологические проблемы, в том числе и болезни. Дочь, которая так ни разу и не раскрыла перед матерью свою душу, ожидает в жизни немало страданий. Мать, которая стыдит дочь как женщину, ускоряет тем самым развитие у нее ракового заболевания половых органов.

Если дочь совершает ошибку, то это ошибка матери, оставшаяся неисправленной. Подозрения, рожденные страхами дочери, необходимо рассеять. Если мать объясняет дочери, разочарованной в идеальном муже, что, мол, нет худа без добра, у страха глаза велики, не так уж он и плох, все это лишь недоразумение, то дочь перестает принимать в штыки отрицательные качества мужа. Задержавшаяся в яйцеводе беременность перемещается в матку.

Также и женщина старшего возраста, по-матерински относящаяся к семейной проблеме молодой женщины, может помочь ей предотвратить еще даже не возникшую внематочную беременность. И наоборот, гневное обличение мужчин, исходящее из чужих уст, способно распалить гнев страдальцы и привести к взрыву. Подобный взрыв может произойти и в яйцеводе. Возникшее кровотечение может оказаться опасным для жизни.

Женщины, у которых был удален один из яйцеводов, спрашивают с тревогой, значит ли это, что она сможет иметь детей лишь одного пола. Сейчас я уже смело могу заявить: "Нет, пол ребенка зависит от женщины в той степени, в какой степени женщина влияет на мужа. От яйцеводов это не зависит".

Существуют бездетные пары, живущие всю жизнь в мире и согласии. Они верны друг другу и вызывают людскую симпатию. Что это значит? Если дочь сызмальства старается изо всех сил подладиться под мать, тогда как мать считает, что дети лишь **позорят** родителей, причиняют одно беспокойство и что без них жилось бы лучше, то такой образ мыслей подсознательно передается и дочери. Она чувствует, что без детей жилось бы лучше. Она по-настоящему счастлива, когда находит молодого человека, натерпевшегося под стать ей. Если они придерживаются не столь радикальных взглядов, что вообще не желают детей, то, выбирая между супругом или ребенком, они выбирают супруга. Обычно такие супруги - люди очень **стыдливые**.

Возможно, они никогда не говорят на эту деликатную тему ни с кем, даже с супругом, и благодарны ему за то, что он не заводит об этом речь. Живущая в такой семье женщина адресует свои материнские чувства мужчине, и он этим довольствуется. Там, где требуется проявить отцовские качества, он ведет себя по-отцовски. Над ними посмеиваются, а они живут себе счастливо. Если при этом им удастся в полной мере реализовать энергии всех уровней - человеческого, материнского либо отцовского и детского, то никакая хворь их не берет.

Если подобный стресс имеется у одного из супругов, возникает много проблем. Бывает, что молодой человек, ощущающий себя обузой для матери, испытывает сильнейшее влечение к девушке, которая из желания его отпугнуть заявляет, что детей у нее не будет, при всем том, что женой он предпочел бы иметь здоровую женщину. Такой мужчина вступает в брак при условии, что детей у них не будет.

Рождение ребенка зависит все же от женщины, и потому, если она этого желает очень сильно, ребенок рождается. Сперма мужчины может быть лишена сперматозоидов, однако любовь женщины удивительным образом выуживает те одиночные, что необходимы для оплодотворения.

Дальнейшая реакция мужчины будет зависеть от гибкости женщины. Если женщина *горда и непреклонна*, эгоизм мужчины расцветает пышным цветом. Все заботы о детях перекладываются на плечи жены, хотя самым большим ребенком в семье является он сам. На всякого рода незадачи с детьми он откликается неизменным: "*Сама хотела детей!*" И без слов ясно, что он-то не хотел. Жизнь покажет, захочет ли ребенок нравиться своему отцу или нет, будет скрывать свое отношение или проявлять открыто. Если такая семья живет вместе, жена должна быть такой же крепкой, как и муж. Вот только два крепких жернова хорошей муки не намелют. Не исключено, что подобный мужчина станет считать своих детей людьми только тогда, когда дети станут взрослыми. Другое дело - признают ли тогда они его отцом.

Если стресс ненужности собственным родителям присутствует только у женщины, то чем больше она стремится быть мужу по нраву, тем маловероятнее, что она забеременеет. Или, выражаясь иначе, чем сильнее желание мужчины иметь детей, тем невозможнее для женщины забеременеть. Когда родители стараются угодить друг другу посредством ребенка, он и не рождается.

Мужчина чувствует, что, сотворив ребенка, он докажет всем, что он

настоящий мужчина. Однако **доказать наличие чего-либо, если оно существует, равнозначно его истреблению.**

На свете нет более совершенного творения, чем ребенок. Потому о родителях часто судят по их детям, и родители желают искоренить в ребенке свои же недостатки. **Стыд за себя оборачивается стыдом за ребенка**, которому с утра до ночи достается от родителей за то, что он похож на них как две капли воды, и потому все у него идет наперекосяк. *Детям, живущим в мире взрослых, всегда приходится несладко: если они подлаживаются под родителей, родителям это не нравится. Если не подлаживаются, это опять-таки не нравится.*

P. S. Помните, что ничто на свете не происходит из-за одного-единственного стресса. Среди стрессов один оказывается центральным и воздействует на всю ситуацию или болезнь в свойственной ему манере. Наличие и масштабы других стрессов могут видоизменять конкретное воздействие стресса, отчего картина делается путаной. Сосредоточенность на проблеме все же позволяет выявить стресс.

Жить или быть хорошим?

Если бы от желания нравиться зависел только пол новорожденного, все было бы ничего. На деле же от него зависит как рождение, так и смерть. Самое мучительное умирание - это духовное умирание. Во избежание этого люди, терзаемые душевными муками, взывают к Богу, чтобы душа их покинула.

Желание нравиться истребляет человека, т. е. приносит духовное начало в жертву физическому. *Желаниями руководствуются в физическом мире, потребностями - в духовном.* Потребность рождает духовные и физические ценности, желание - только физические. *Когда потребность превращается в желание, мы перестаем быть Человеком, который помимо прочего является либо женщиной, либо мужчиной. Мы становимся всего лишь женщиной или мужчиной, которые зачастую забывают про то, что они - люди.*

**Чем сильнее желания,
тем больше человек отрицает духовность,
значит, самого себя,
считая человеком находящегося
в его оболочке мужчину либо женщину,
не сознавая того, что тело
является маленькой частичкой человека.**

Страх рождает ощущение, будто весь мир вращается вокруг меня, поскольку так кажется, если смотреть глазами. Кто высвобождает свои страхи, тот сознает, сколь велик человек, однако себя великим не считает. Для него перестает существовать великое и малое, хорошее и плохое, красивое и

уродливое. Все сущее просто есть, и ему нет нужды нравиться другим.

У испуганного человека в голове царит неразбериха: он **чувствует, что является человеком, однако ощущает свое тело, которое считает человеком**, и с этого начинается бесконечная череда бед из-за своего тела. Тело является зеркалом души, и потому, если мы его изменяем, то вынуждаем изменяться и душу, не задумываясь о том, что платье не есть человек. Одежда не делает еще человека. Поскольку желание нравиться велит человеку походить на окружающих, истребить свою неповторимую индивидуальность, нам все чаще встречаются красивые наряды, в которых человека собственно и нет. Есть суперженщины и супермужчины. Тем самым **желание нравиться другим - это добровольное уничтожение человеком самого себя.**

Желающий нравиться стремится угадать или разузнать, что именно нравится ближнему, и ведет себя соответственно. Чем ниже у него самооценка, тем больше он старается. А если все его усилия понравиться ближнему оказываются напрасными, в нем вспыхивает злость к ближнему. Всем своим существом он показывает: *"Я из кожи лезу, а для тебя все-таки не хорош!"* Если этот укор он бросает ближнему в лицо и тот заверяет, мол, нет же, ты мне нравишься, человек все равно остается неудовлетворенным. Он чувствует, что дело обстоит именно так, как он думает. Ближний ничем не сможет доказать ему обратное.

Подобный желающий нравиться со временем чувствует, что никому он не нужен и что ближнему понравилось бы гораздо больше, если бы его вообще не было на свете. Если это высказывается вслух, обычно следует ответ, дескать, брось городить ерунду, либо: ничего лучшего не придумал, чтобы поссориться, либо что-то еще, похожее на отповедь. Отповедь воспринимается как подтверждение того, что ближний в нем не нуждается. В итоге **желание нравиться** оборачивается для человека, **утратившего свою самобытность**, либо несчастным случаем, либо больничной койкой, что завершается смертью. В этом случае куда эффективнее была бы приличная взбучка, которой ближний доказал бы свое безразличие к вымогающему любовь человеку.

Итак, если в Вашем присутствии кто-то заявляет, что от него хотят избавиться, знайте, что говорится это не для красного словца. Этот человек находится в состоянии кризиса. Выслушать его и разъяснить проблему - задача, посильная и Вам. Не ждите, что за это возьмется кто-то другой. У нас нет столько психологов и психиатров, чтобы помочь всем страждущим. Да и нужно ли? Отзывчивость ближних - это зачастую лучший психолог или психиатр.

Желание нравиться ведет к тому, что человек готов пожертвовать самым ценным. Обычно самым ценным человек, желающий нравиться, считает тело. Ни с того ни сего он свое тело предлагать не станет, но если

уж предлагает, а его не принимают, может произойти непредсказуемое. Уязвленное самолюбие отключает рассудок, горя жадной мести. Человеку уже ничего не мило, даже, возможно, собственное тело. Так, воспитанная порядочная девушка предлагает свое тело мужчине, а если тот не хочет воспользоваться ее девственностью, она может понять это превратно, и ее обуревают желание отомстить обидчику самым страшным образом. Желание нравиться перечеркивает всякую мораль и нравственность.

Получивший отказ мужчина в порыве обиды и отчаяния способен на самоубийство. К чему жизнь, если она никому не нужна! А что жизнь нужна ему самому, об этом он не задумывается.

Подобная ситуация возникает из-за *неудовлетворенности своим внешним видом* - человек не выносит, если кто-то, помимо него самого, бывает им неудовлетворен. Поскольку внешний вид отражает состояние души, то, сравнивая себя с ближними, мы не замечаем, что отождествляем себя с телом ближнего. Кто из нас не сокрушался по поводу того, что ближний - писанный красавец, а я - страшилище? Либо по поводу того, что он такой ловкий, а я неуклюжий, и потому он меня и не хочет. Он такой изящный, а я оплыл жиром, значит, внушаю ему омерзение. Он такой умный, мне до него никогда не дорасти. Он такой талантливый, я же безнадежно бездарен. Он, такой богатый, не станет глядеть на меня, нищую церковную мышь. У него такие красивые вещи, у меня же нет ничего и никогда не будет. Уже одно такое сравнение есть желание стать таким же, как он.

Людям нравится форма. Военная форма делает мужчину мужчиной - вздыхают женщины. Любой облаченный в униформу вызывает почтительную боязнь. Тот же человек, но уже без униформы, как будто пустое место. Поэтому облачиться в униформу особенно стремятся те, кто иначе ощущал бы себя пустым местом. Если униформа помогает человеку обрести себя, это неплохо. К сожалению, форменный мундир превращает человека в его носителя, который делается все более чужим для самого себя по мере срока носки. Женщины становятся носителями формы тогда, когда назревает кризис женского естества. Чем больше женщин находится "в форме", тем в большем кризисе находится общество. Для уравнивания, то есть для спасения мира, еще большее число женщин находится всяко-разно *"не в форме"*.

Душа связывает дух и тело в единое целое.

Слово выражает то, что в данный момент чувствует душа.

**Если чувство успело бы обратиться в мысль,
то, возможно, слово не было бы произнесено
или было бы произнесено иным тоном,
с иным смыслом.**

**Поскольку НЕ БЫЛО ВРЕМЕНИ,
чувство осталось неосознанным.**

**Если у говорящего нет времени
и у слушающего нет времени,
они говорят каждый о своем.**

ВРЕМЯ УРАВНОВЕШИВАЕТ.

Если есть время подождать, качающиеся весы

останавливаются сами.

**Следствие: ситуация проясняется без слов для тех,
кто ждет спокойно.**

**Никакого превратного толкования и последующего
осуждения не происходит.**

Следовательно, **для уравновешенности требуется время**. Уравновешенный человек понимает, о чем ведет речь собеседник - про Фому или про Ерему. *Неуравновешенный слышит то, что хотел услышать*, то есть слышит то, чего хочет сам. Вот и получается, что один говорит про Фому, а другой про Ерему. Кто цепляется за Фому, тому некогда разбираться с Еремой. А кому про Фому нужно высказаться в спешном порядке, тот не желает слушать ни го чем другом. Кулаком по столу и - баста!

Пример из жизни.

Телефонный звонок. Раздается медоточивый голос - звонит знакомая кого-то из длинной череды знакомых и говорит, что ее ребенок страшно кашляет и что от прописанных врачом лекарств ему стало хуже. Я про себя вздыхаю - еще одна из тех, кто **старается понравиться мне выпадами в адрес врачей**. Ей известно про отношение медиков к таким, как я, и она желает этим воспользоваться, полагая, что я держу жуткую злобу на медицину. На моем месте она бы держала. Если бы сказать ей, что зла я не держу, - не поверила бы. У нее свое представление о жизни. После краткого впечатляющего вступления возникает пауза. Человек ждет от меня действий. "Ну и что? - спрашивает она. - *Ему можно помочь?*" Вопрос сформулирован хитро. Она не говорит, что ждет от меня действий, но и не проявляет инициативы.

"Ничего не могу Вам сказать, потому что Вы ничего не знаете про снятие стрессов", - отвечаю я. "Да нет же, знаю, об этом много говорят". Уж я-то знаю, о чем говорят люди на досуге. "Ладно", - сдаюсь я, поскольку могу и ошибаться. "Это протест против отсутствия свободы". - "Ну что вы! Ребенку предоставлена полная свобода", - защебетало в телефонной трубке. "Вот видите, Вы уже раздражены. И куда Вы не ознакомитесь с теорией, изложенной в моих книгах, мы будем говорить на разных языках", - пытаюсь я завершить бессмысленный разговор. "Ну, знаете! - голос явно погрубел. - Я несколько не раздражена, но я все-таки хочу иметь **осязаемый результат**. Ведь не могу же я сейчас броситься читать ваши книги, когда ребенок все время кашляет".

Кашель ребенка не дает матери покоя, усиливает в ней чувство вины, потому она и берет в оборот тех, кто должен, по ее мнению, помочь ребенку. Это значит, фактически она нападает на себя, но не сознает этого. По мнению матери, *жизнь несправедлива*. Другие дети поправляются, а ее ребенок нет, потому что никому до него нет дела. А про то, что другие матери из болезни ребенка делают для себя вывод, она не знает и знать не желает. Все это вызывает у ребенка беспомощную печаль, из-за чего стенки бронхов становятся неровными. Движущийся воздух наталкивается на преграду, и детская борьба с несправедливостью еще более ожесточается.

Скажи я в самом начале беседы про то, что кашель ребенка напрямую вызван

борьбой матери против несправедливости, то лишь подлила бы масла в огонь, поскольку мать сразу же причислила бы себя к героиням. Все последующие разъяснения она попросту пропустила бы мимо ушей, хотя похвалы в моих словах не было. Она бы восприняла это как похвалу. *Каждый ведь слышит то, что хочет услышать*. Человек, гордый тем, что борется с несправедливостью, ослеплен и лишен разума. Укоренившиеся представления обладают огромной силой инерции.

Если сказать борцу за справедливость, что он заблуждается, он сотрет тебя в порошок, потому что ему кажется, что ты к нему несправедлив. **Борющаяся за справедливость мать подобна пчеле, которой сделали больно**, - она не уgomонится, пока не вонзит в тебя жало, а там и помереть можно.

Я могла бы сказать ей, что осязаемые, видимые и слышимые результаты своей работы она уже имеет, но воздержалась - и без того разговор малоприятный. *"Он болен уже несколько месяцев"*, - говорю я. В ответ все тот же неприятный тон с оттенком угрозы: *"Так Вы не поможете?"* - *"Вам нужно самой помочь ребенку"*, - я стараюсь заинтересовать мать ее дальнейшим участием, но в трубке уже звучат гудки. Припоминаю со вздохом, что эта мать ни разу не спросила, чем бы она сама могла ребенку помочь. Налицо равнодушие, что само по себе является несправедливостью по отношению к своему ребенку, и, так как человек всегда видит в ближнем себя, получается, что я - врач, который **не желает** помочь ее ребенку. Выходит, несправедлива именно я.

Чтобы скрыть собственный недостаток, всегда набрасываются на ближнего. Перцу подсыпают примешивающиеся страхи, и готово *несправедливое обобщение*: все врачи таковы. Выдающему себя за ангела человеку не совестно уколоть побольнее всех врачей. Она не может не знать, что люди ранимы, а потому злоба ее намеренная.

Если кто и почувствовал себя задетым, кроме нее самой, это уже его проблемы, но то, что пострадала она сама, - это наверняка. Так что подумайте, прежде чем высказывать недовольство. Неважно, о ком отзываться критически - о враче, учителе, строителе, шофере, полицейском, политике, журналисте. И без слов ясно, что каждый человек совершает ошибки, но прежде чем указать на его оплошность, поглядите на себя и исправьте свою собственную.

Желание нравиться ближнему само по себе есть желание сделать его своей собственностью. Чтобы затем использовать.

Ласковый голос, красивая внешность, сердечное участие становятся мышеловкой, которая делает мышь своей собственностью. Но и в этом случае мышеловка вряд ли довольна. Все равно мышь кажется мышеловке красивее, чем она сама, лучше, умнее, ловчее, известней, более одаренной природой. В некий момент владелец не в силах больше это вынести. С этого момента достоинства мыши будут идти на убыль. Происходит это от нескончаемых упреков. Мышь старается сделаться плохой, чтобы ловушка была ею довольна. Личность деградирует, и в результате вместо одного недовольного уже двое. В действительности же нам нужно *возвышать чужих и возвышаться*

самим.

Если мы вдруг оцениваем себя очень низко и люди не спешат доказывать обратное, нам, скорее всего, захочется стать хуже, чем мы есть. Чтобы ближний мог упиваться своим превосходством. И это тоже является желанием нравиться. Нравиться тому плохому, некрасивому, глупому, дрянному, беспомощному человеку, который считает меня хорошим.

Нам встречаются прекрасные люди, которые, тем не менее, вдруг начинают сквернословить, перестают следить за своей внешностью, приобретают неряшливый вид либо преобразуются как-то иначе, но мы не догадываемся, что таким образом они стараются понравиться сквернослову, грязнуле, неряхе и тому подобное. Но и это не приносит удовлетворения.

Внешнее сходство с человеком нужно для того, чтобы идти вместе.

Скрытое различие нужно для того, чтобы вместе развиваться.

Под воздействием страха обе потребности превращаются в желания материального уровня.

Потребность в душевной красоте ведет человека к поискам того, кто имеет более красивую внешность, чтобы и самому стать красивее. Если некрасивый думает: *"Ты такой красивый, я постараюсь быть достойным тебя"*, то он начинает возвышаться душевно. При движении в правильном направлении красивее делается и тело. А если красивый думает: *"Я такой красивый. Мог бы выбрать партнера получше"*, тогда он начинает деградировать душевно, и его тело лишается красоты. Роли меняются. Если *поначалу душа формировала тело, то теперь тело формирует душу*, покуда ошибка не будет исправлена.

Такое превращение можно часто наблюдать у супружеских пар. Страх сделаться некрасивым подстегивает человека следить за своей внешностью, причем тем усерднее, чем красивее он себя считает. Эстонские женщины считаются красивыми, и это знание вызывает у эстонок сильную неудовлетворенность своей внешностью. В итоге женщины быстро стареют и утрачивают форму. Эстонцы как нация вымерли бы, если бы эстонский мужчина не стремился оставаться самим собой, поэтому мужчины пожилого возраста находятся в лучшей форме, чем женщины. Впрочем, у других наций дело в принципе обстоит так же.

Кто считает содержание важнее формы, тот утрачивает форму. Иными словами, форму утрачивает тот, для кого *"много" лучше, чем "мало"*. Это как тесто для выпечки белого хлеба, в которое добавляют слишком много дрожжей, чтобы получилось больше. Оно лезет через край кастрюли. Это

значит, что отношения между содержанием и формой нарушены в пользу содержания и в ущерб форме. Чтобы ценное содержание не пропало даром, следует увеличить размеры кастрюли. Вообще-то правильнее было бы *производить ревизию содержания и постоянно избавляться от оказавшихся лишними ценных компонентов*, но этому препятствует *страх обнаружить свою пустотелость и никчемность*. Речь идет о страхе, что моя любовь не нужна, никому не нужно то, что во мне есть. Такое мнение более чем что-либо делает человека печальным, беспомощным, безысходным. Печаль наращивает объем, беспомощность ничего не предпринимает, а безысходность способствует бесконтрольному расползанию.

У людей, утративших форму, появляется желание заняться сбором мелких вещей, чтобы слепить из них крупную вещь и затем ее торжественно передать. Они *не смеют дарить мелочи*. Кто высвобождает *желание делиться большим*, у того *желание становится потребностью делиться тем, что имеется и что людям нужно*.

Духовные мелкие ценности в сумме дают повышение качества, а материальные мелкие ценности в сумме дают увеличение количества, т. е. увеличение веса. У толстого человека в кладовках всегда найдется ненужное барахло, о котором он и сам не имеет представления. Кто стрессов не высвобождает, тот, возможно, и готов поделиться, но не находит тех, кому бы передать свое сокровище. Его сокровище может быть поистине ценным, но он не умеет отыскать канал, который привел бы его к страждущим. *Обида из-за того, что мое хорошее оказывается ненужным, а за чужим плохим люди охотятся*, еще более выводит человека из формы.

Неважно, чем именно Вы желали бы поделиться, но если Вы видите, что это не востребуется, и потому оставляете его при себе, то выходите из формы.

Если невостребованные вещи относятся к имуществу, то есть представляют собой материальные предметы, еду и деньги, Вы можете вынести их на улицу, отдать животным или вывалить на свалку - кто-нибудь да подберет. Еще один выход - отправить в помойное ведро или сжечь. Если же Вам не с кем поделиться своим умом, это уже хуже. Большие умы могут изложить свои знания научно, на бумаге, придать им форму научной книги без ущерба для формы собственного тела. А малые умы, каковыми являются большинство людей, держат свои знания при себе, потому что стесняются ими поделиться. Чтобы быть в форме самому, достаточно было бы поделиться с семьей, особенно с детьми, но даже этого боятся делать - стесняются.

Хуже всего, когда не востребуется **рассудительность**. Это я испытала на себе. В течение первых двух лет, когда я начала заниматься альтернативным лечением, все шло как по маслу, так как люди принимали все, чем я делилась.

Движение энергии, направленной в правильное русло, дает моментальный осязаемый эффект. Ну разве не чудо? Заходишь в кабинет врача больной, а выходишь здоровый, если только болезнь не смертельная. Когда же я осознала, что такое лечение неправильное, то стала вразумлять людей, чтобы они помогали себе сами. С этого момента я столкнулась с протестом. Меня больше не воспринимали. Моя любовь оказалась им не нужна. Они хотели, чтобы я наносила им вред, поскольку они не знают, что хорошо и что плохо. Это меня печалило. Хотя я и знала, что люди не понимают сути дела и потому

совершают ошибку, но поскольку я человек, а не ангел, то и попала в эту ловушку и вышла из формы. Более всего внешняя форма нарушается у тех, кто желает, ждет, мечтает о том, чтобы его любовь воспринималась как ценность и была бы востребована.

Особенно опасны мечты, так как они лишают покоя и даже сна. Безмерно доброжелательный человек, который все мечтает о том, что его доброту когда-нибудь оценят, продолжает толстеть, пока не поймет, что для осуществления мечты нужно что-то делать. Кожа на его круглом лице продолжает оставаться гладкой, чистой, шелковистой до тех пор, пока он наивно надеется на то, что если он делает людям добро, то его любят и в нем нуждаются. В тот миг, когда иллюзии рассыпаются, его лицо приобретает черную маску горя. Такова участь человека, верящего в добро. Чтобы уберечься от подобного несчастья, нужно различать также и плохое, и не только в ближних. Особенно важно видеть его в самом себе.

Разочарования происходят от собственных же ошибок. Если человек осознает это, он будет благодарен своим ошибкам за то, что они открыли ему глаза на истинное положение вещей, и сможет исправить их и идти по жизни дальше.

Ошибки учат. Знания, полученные на основе чужих ошибок, вещь хорошая, но от них бывает мало пользы, если человек желает быть хорошим. Вежливое поведение также является формой. Формой себя преподнести. Кто ее переоценивает, тот выходит из своей формы. Кто говорит как есть и называет вещи своими именами, тот не наносит себе урона. Искусством этим владеют люди, которые располагают временем. Плохие люди также не утрачивают форму, но они наносят урон своему содержанию. Таким образом, кто желает оставаться красивым внутренне, тот делается некрасивым внешне. К сожалению, мало таких, у которых внешняя форма не стала бы постепенно влиять на содержание. Поэтому нужно спросить себя: "*Необходимо ли жертвовать собой подобным образом?*"

Внешняя форма определяет цену. Кто из мужчин не желал бы иметь красивую молодую жену и кто из женщин не желал бы красивого богатого мужа, который бы ее боготворил? Нужно ли это, об этом поначалу не задумываются. Желание иметь хорошее рождает желание нравиться - как иначе заполучить это хорошее! Кто не знает себе цену, тот начинает оценивать себя, и точно так же его станут оценивать другие - по чему же еще, как не по внешней форме.

Кто желает нравиться, тот **ломает голову**, стараясь выдумать, как это сделать. Поскольку самым большим доказательством любви, которое по душе всем, считается принесение себя в жертву на алтарь любви, именно к этому и прибегают. Есть жертвы малые, про которые знает сам человек, тогда как другие этого не замечают. Есть жертвы большие и очень большие, когда в жертву приносится собственная жизнь. Кому жизнь все же мила, тот *ломает голову, чем вызывает головные боли*. Кто берет на вооружение лозунг, что он и только он обязан придумать что-то, иначе расположения к себе ему не добиться, тот будет ломать голову и впредь, пока духовные муки не превратятся в физические. Отчаяние по поводу собственной глупости и неспособности что-либо придумать, к примеру, ведет к раку головного мозга.

Кто **пытается нравиться рациональным мышлением**, тот перетруждает левое полушарие, которое и поражается недугом. Кто **пытается нравиться**

предугадыванием чужого настроения, но не предугадывает, у того вызванное промашками отчаяние скапливается в правой части головы в виде болезни. Степень ее тяжести зависит от масштаба стресса. Особенности течения болезни зависят от степени отчаяния.

К признакам, предшествующим опухоли головного мозга, относятся нарушение равновесия, судороги, головная боль, кратковременное онемение тела. Симптомы эти, как правило, воспринимаются как самостоятельные болезни, потому что большинство людей ломает голову всю свою жизнь, но никаких опухолей не возникает. Почему? Потому что люди выплескивают свое отчаяние на ближних, провоцируют ссоры и таким образом сжигают энергию болезни. В худшем случае зарабатывают инсульт.

Женщины! Высвободите желание нравиться своему мужу, и вы станете собой. Все, что терзало вашу душу ранее, обернется ценностью, и вы будете удовлетворены собой. Перестаньте винить трудную жизнь, плохого мужа, рождение детей и тому подобное. Все, что отняло у вас молодость и красоту, превратится удивительным образом в утраченное. Вы обнаружите в себе потребность ухаживать за своим телом, обходясь без дополнительных денежных затрат, причем забота о теле будет состоять, возможно, лишь в том, что вы начинаете обращать на тело внимание. Вы не просто смываете грязь с лица и рук - вы моете лицо и руки. Неважно, холодной водой или горячей, важно то, что вы моете свое лицо и руки.

Мы привыкли придавать значение несущественному. Хотя бы, например, тому, что лицо следует умывать холодной водой, тогда кожа делается упругой. Еще лучше совершать обливания ледяной водой - говорят, это снимает все хвори. А кто этого не делает, тому грозит неминуемая болезнь. Жизнь, однако, доказывает, что те, кто так делает, далеко не всегда могут похвастаться отменным здоровьем, потому что занимаются закаливанием, а не собственно телом. Как-то по радио передавали интервью с некоей ветхой старушкой. Журналист был потрясен тем, что у нее на лице нет морщин. Старушка, усмехнувшись, сказала: "Милый! Это оттого, что по утрам я умываю лицо очень горячей водой". Ее жизнь началась с нее самой, и она неосознанно сумела обрести единение со своим телом.

Когда Вы начнете замечать себя, Вы увидите, что в глазах появляется блеск и морщины разглаживаются без трат на дорогую косметику, а те, что не разглаживаются, придают Вам индивидуальность. И муж, и дети будут чмокать в эти милые морщины. Глядя на морщины мужа, Вы будете испытывать теплое чувство и не пожелаете лишиться хоть одной из них. И к появлению морщин на лицах детей Вы также отнесетесь с улыбкой, не ощущая себя при этом плохой матерью, которая не смогла дать детям лучшей жизни, чем была у нее самой.

Постепенно все тело меняется в лучшую сторону, болезни и те исчезают. В зеркале Вы видите отражение чистой и зрелой красоты своего тела. Неужели Вы согласились бы поменяться телом с кем бы то ни было? Если согласились бы, то Вам пришлось бы жить той жизнью, которой живет тот, чье тело Вам так приглянулось. Возможно, тот человек живет во имя внешней красоты жизнью, наполненной пустотой. То есть жизнью, наполненной муками

одиночества, грузом равнодушия, разгулом собственного эгоизма. Вы согласились бы на это? Если да и если Ваше желание велико, то Вы получите то, чего желали. Если не успеется в нынешней жизни, то уж в следующей.

Желание нравиться - это перекраивание себя, своей личности по чужой мерке, в результате чего человек уничтожает свою неповторимую индивидуальность. Когда с нами рядом личность, мы не обращаем внимания на ее внешность либо поведение - настолько нам приятно общение с нею. Когда же личность начинает себя разрушать, это сразу нами ощущается, независимо от того, умеем ли мы мыслить по-философски или нет, и рождает в нас протест. Душа - наше первейшее средство общения - старается таким способом заставить нас призадуматься.

В сжатом виде можно сказать, что **если Вы стараетесь нравиться и считаете, что не нравитесь, то Вы правы.** Вы действительно не нравитесь, ибо чем больше желаете нравиться, тем меньше остаетесь сами собой. Иначе говоря, Вы все больше превращаетесь в того, кому желаете понравиться. Вы не замечаете, как сворачиваете со своей жизненной дороги и оказываетесь на чужой. Если чужой позволил бы это, то был бы вынужден сгнуться, поскольку на свете не может быть совершенно одинаковых людей. У него появляется аргумент для самозащиты, потому что для достижения своей цели Вы сосредоточили всю свою силу воли, а он - нет. В мире материальном действует право более сильного, более волевого.

В материальной борьбе за жизнь удар наносится в первую очередь по душе. Будучи неуравновешенной, она легко поддается влиянию. В результате душа и тело образуют тандем, который принимается *качать права*, да так, что дух покидает тело. **Дух не борется, не побеждает и не сдается, он уходит, потому что он не спешит.** Дух отходит в сторону и ждет, ибо время для него не существует. Сумеет ли данный человек стать человеком в нынешней жизни или только в следующей, а может, ему потребуется на это еще больше времени - для духа не важно.

У духа нет цели, а есть направленность. Целенаправленно может идти тот, кто существует. Дух заботится о собственном существовании. Появление двух совершенно одинаковых людей означало бы как духовную, так и физическую гибель одного из них. Поскольку Вы от всего сердца стремитесь уподобиться ближнему и мобилизовали всю свою волю, то имеете перед ближним преимущество. В состязании и в борьбе действует право сильного. Значит, ближнему грозит гибель. **Желание нравиться ближнему в конечном счете губительно также и для ближнего.**

Теперь Вы понимаете, почему знаменитости, которым в общем-то нравится почитание поклонников, глядят на своих почитателей свысока, унижают их и разными способами над ними издеваются? Почему обожаемый супруг

отталкивает от себя своего обожателя? Почему безмерно любимый ребенок относится к родителям с высокомерием? Почему покорный во всем ребенок сталкивается с непрекращающимися унижениями со стороны родителей? Почему рабовладелец измывается над ползающим перед ним на коленях рабом? У них срабатывает подсознательный инстинкт самосохранения.

Будучи недовольными ближним, на самом деле Вы недовольны своим телом, то есть своим другом, так как не добились желаемого. Вы желали обратить на себя внимание ближнего, снискать дружбу или любовь, но, возможно, всего этого лишились.

Вообразите себе, стали ли бы Вы испытывать недовольство своим старинным другом из-за его внешности? Разве имеет значение данная природой внешность, если между вами царит взаимопонимание и любовь? Дружеские чувства проявляются в заботливости, с которой мы относимся к другу, причем совершенно естественно. Желание нравиться наносит урон телу. Его любовь к Вам приносит в жертву.

Ребенок, который **желает нравиться матери**, внешне походит на мать, а тот, который **желает нравиться отцу**, внешне походит на отца. Желание это может меняться, и, соответственно ему, человек при жизни может неоднократно менять свое сходство. Кто **желает нравиться обоим родителям**, тот наследует от обоих наиболее выигрышные внешние черты. Кто **желает нравиться самому себе**, тот вообще на родителей не похож. Болезни и те у него будут иными, нежели у родителей. Кому **нравится самобытность**, тот выбирает родительские самобытные черты, из которых формирует себя. Такой ребенок ни на кого не похож. Он самобытен.

Возможно, что Вы при всем при том похожи на бабушку. Это значит, что, находясь в материнской утробе, Вы желали нравиться бабушке. Почему? Очевидно, она была тем добрым ангелом, благодаря которому Ваша мать смогла произвести Вас на свет. Ведь молодые супруги, как правило, не имеют средств к существованию, собственного крова, работы, а потому зависят от родителей, которые не всегда умилительно относятся к рождению плода любви.

Бывают дети, лицом похожие на бабушку, а телом - на дедушку, или наоборот. Объясняется это тем, что молодые родители оказались в безвыходном положении со своим ребенком, и их спасли бабушка с дедушкой. Ребенок родился благодаря любви бабушки и дедушки.

Внешнее сходство ребенка с кем-то из взрослых является зримо выраженной благодарностью за оказанную этим человеком жизненно важную поддержку. Это может быть точно такое же пятно на теле, рука или нога, пальцы рук или ног.

Иначе говоря, элемент сходства является **знаком выражения любви и признательности**. В жизни между похожими людьми существует необъяснимая симпатия, даже если один из них становится сущим дьяволом.

У растущего ребенка внешний вид может меняться каждую неделю. То он похож на мать, то на отца, то в нем проскальзывает сходство с бабушкой или дедушкой, то с сестрой, то с братом или с кем-то из дальних родственников. Так проявляется желание нравиться тому, кому я нравлюсь. Даже доброжелательный посторонний может повлиять на внешний облик ребенка. *"Хочу" и "не хочу" - по сути одно и то же, но форма у них разная.*

Кто **не желает нравиться матери**, похож на нее внешне, но имеет некий изъян либо врожденный дефект. Если протест против матери возникает после рождения, то одновременно возникает и дефект. Кто **не желает нравиться отцу**, у того сходство с отцом нарушается неким изъяном либо деформацией скелета. Кто очень сильно протестует против родительских иллюзий, тот рождается с аномалиями лицевой части черепа. Таким образом осуществляется желание ребенка быть самим собой - ребенку с признаками уродства никто не станет навязывать роль выдающегося человека. Происходит суровая расплата за собственный протест из предыдущей жизни. Устранение косметических дефектов удается успешно тем, кто высвобождает внутренний протест против родителей.

Кто знает про свои бросающиеся в глаза физические недостатки, тот особенно остро реагирует на то, что окружающие не замечают его стараний понравиться людям. Он старается компенсировать недостающее некоей чрезмерностью - проявляет небывалое рвение в работе, становится медоточивым в речах, начинает блистать красноречием либо принимается до смешного поклоняться кому-то или чему-то.

Во избежание подобной ошибки следует знать, что **никогда не нужно жалеть ребенка с физическими недостатками**. Еще прежде, чем он начнет сравнивать себя с другими, ему необходимо объяснить, что физический изъян у него обязательно восполнен духовными способностями, ибо все в природе уравновешено. Подобно тому, как возможно развивать физические способности, можно развивать и духовные.

Если родители придают первостепенное значение физическому совершенству, они принимаются ребенка жалеть и **истребляют силу, требующуюся для того, чтобы стать человеком**. Проливаемые над младенцем слезы вызывают непонимание лишь у младенческого разума, т. е. тела, а дух и душа все видят. Детский дух отстывает, если душа, она же мать, выбирает для себя более трудный урок.

Дух - само спокойствие. Он не испытывает жалости из-за того, что душа и тело выбирают более тяжкие страдания, чем это необходимо. Он предоставляет наиболее целесообразную возможность искупить долг кармы. Кто не умеет этим воспользоваться себе во благо, тот выбирает нецелесообразный способ, который занимает больше времени, но это его свободный выбор.

Сочувствующая мать, которая с сердечностью размышляет, как с первых же

дней помочь ребенку приобрести навыки, необходимые для дальнейшей жизни, не отпугивает детский дух от души и тела. Возможно, ее называют суровой и бессердечной, однако ребенок чувствует, что только так и надо, иначе ему не развить тех малых физических способностей, какие у него есть.

Мать, испытывающая чувство великой вины, не думает наперед, она желает быть хорошей, чтобы заглушить в себе это чувство, и ребенок превращается в изнеженного, ленивого инвалида, который с удовольствием наблюдает за тем, как вокруг него суетятся родные. Стоит суете прекратиться, как ребенок тут же возмущается.

У ребенка-инвалида, в отличие от здоровых детей, плач как-то по-особому пугающий, режущий слух, неприятный, и у присутствующих от его плача усиливается чувство вины.

Ориентир человеческой жизни - движение к совершенству, постоянное самосовершенствование. Иными словами, **счастье не в том, чтобы попасть в рай, а в движении по направлению к раю.** *Страх превращает ориентир в цель жизни.* Жизнь сводится к материальной плоскости, которую полагают за истину и за которую цепляются. Материалист ухмыляется в лицо таким, как я, и говорит, что счастье только в деньгах, потому что в рай все равно не пробиться. Богом для него является цель. Обожествление образа целеустремленного человека, наблюдаемое в конце столетия, куда сильнее, чем в свое время было преклонение перед Гитлером или Сталиным.

Чем выше мнение такого человека о своем уме и способностях, тем больше он делает для того, чтобы усовершенствовать материальный мир, в том числе и человеческое тело. Он не удовлетворяется улучшением повседневной жизни, ему сразу подавай лучшую жизнь. Столь прекрасную цель поддерживают и финансируют тем больше, чем больше выявляется и доказывается причин несовершенства. Уже доказано, что все недостатки человеческого тела обусловлены генами, и появилась наука, задавшаяся целью изменить гены. Опять-таки изменить! Мы все только меняем и меняем, все только делают хорошее, а людей с физическими недостатками, т. е. с генетическими нарушениями, рождается все больше. Происходит это потому, что наука неспособна постичь истинные причины. Она констатирует факты, материализованные лишь в физической плоскости.

Наукой уже подтверждено, что местоположением страхов в мозге является участок, именуемый по-латыни *hippocampus*. Одновременно с обнародованием этого открытия на страницах печати прозвучала и сверхумная идея: отныне не будет никаких проблем - кто желает избавиться от страхов, пусть обращается к хирургам, и те удалят ему *hippocampus*. Худа в любом случае не будет.

Если Вы полагаете, что это известие воспринимается всеми критически как идиотизм, то Вы заблуждаетесь. Испуганные люди ухватились за это известие как за спасительную соломинку. Они хоть и понимают, что операция на мозге - дело нешуточное, но все равно обижаются, что никто не желает им помочь. Для испуганного человека любое новое знание оборачивается фактором, ухудшающим его жизнь. В отношении данной темы очень уместна поговорка - дураку легко живется, он не знает, чего бояться. Гиппокамп - мифологическое существо, наполовину морской конек, наполовину змея, на котором, как считалось, ездили верхом морские божества. Вот видите,

мифология нашла верное название для противоестественной спешки человека - все галопом да галопом - причем задолго до того, как медицина сделала свое открытие. Это значит, что природа придает материальному форму, по возможности близкую его духовному содержанию.

Подобное преобразование есть насилие. Это является развитием провозглашенной *плохим Гитлером* идеи о чистоте расы на уровне *хорошей науки*. Форма новая, содержание старое. Плохое переименовывается в хорошее, а на деле все продолжается по-старому.

Истинная причина физических, генетических нарушений заключается во все более укоряющемся *желании сделать материальный мир окончательно совершенным, т. е. желании материализовать дух, он же совершенство.*

Это исключительно благое желание таит в себе особенно отрицательные последствия, ибо *дух нельзя материализовать. Дух материализует себя сам, когда ему это нужно.*

Жизнь нельзя сделать окончательно совершенной, жизнь нужно постоянно делать все более совершенной.

Символом совершенства является яйцо. Превратиться в курицу оно не смогло бы без петуха и без нормальной среды. Первичной материальной клеткой человека также является яйцеклетка, семенем для которой служит сперматозоид. Женщина, умеющая прежде всего быть человеком, и мужчина, умеющий прежде всего быть человеком, не подгоняют себя и партнера, чтобы *иметь лучшее* и чтобы *сделаться лучше*. Незавершенное образование, недоделанное дело, ускользнувший успех, нереализованная слава, несостоявшееся богатство, неприобретенный автомобиль, домашний очаг с массой недоделок - это естественное состояние для Человека без страхов на бесконечном жизненном пути. Человек знает и чувствует, что до чего не дошли руки сегодня, он сделает завтра, раз уж сегодня подвернулось дело поважнее.

Неосуществленные цели воспринимаются испуганными женщиной и мужчиной как трагедия, особенно если они не стали пока самостоятельными, находятся от кого-то или чего-то в зависимости. Отчаяние материализует душевную трагедию в виде ребенка, который рождается с отклонениями в развитии. Рождение ребенка, в том числе здорового ребенка, зависит от женщины. Чем сильнее женщина желает доказать свой ум и трудолюбие, то есть чем сильнее в ней страх, что ее перестанут любить за несовершенство, тем больше она желает стать окончательно совершенной, прежде чем позволит ребенку родиться. Если рядом с ней находится мужчина, который желает нравиться

окружающим своим умом, либо трудолюбием, либо всеми своими положительными качествами, то грядет неотвратимая беда в виде больного ребенка. Жизнь учит, что нельзя перепрыгнуть через собственную тень (читай: стыд).

Отклонения в развитии указывают на то, что родительская любовь развивалась неверно, потому что ее культивировали во имя цели.

Переименовая плохое в хорошее, оправдывая себя либо прикрывая свои недостатки какими угодно внешними факторами, человек верит, что поступает правильно. Превратное мнение о себе возникает, таким образом, как бы само собой. Впоследствии человек удивляется: "А что, нужно было выставить это на всеобщее обозрение?" Нет, не нужно. Ошибку следовало бы исправить.

Обоюдная низменная ложь, более того, измена, есть искажение сути любви, следствием чего являются отклонения в развитии у ребенка.

Постоянный упорный труд утомляет, и уставшей лошади требуются как овес, так и плетка. Овес - это все витамины, минеральные вещества, а также бодрящие, тонизирующие, поднимающие настроение и дающие силы химические средства, на которые в последнее время стали наклеивать ярлык "натуральный". Желание стать совершенным вынуждает верить им и использовать их. Тут никого не осудишь - вещества эти действительно хорошие, и это подтверждается наукой. Подлинно хорошее означает хорошее для материальной плоскости, так как на уровне *подлинной истины* не бывает только хорошего или только плохого. Особенно эффективно ставят человека на ноги гормоны, глядишь, он уже бегаёт, так что принимайте на здоровье! А там поглядим, что получится! Надеюсь, мою иронию - смех сквозь слезы - Вы не приняли за чистую монету.

А еще лучше ставят человека на ноги внебрачные связи. Надолго ли, это уже вопрос иной. Большую новую любовь и любовные утехи многие люди считают буквально необходимым, поскольку этим они доказывают, по крайней мере, себе, что люди они современные, прогрессивные. Если бы они знали, что следствием такой жизни может явиться ребенок с отклонениями в развитии, то сделали бы все, чтобы ребенок не родился. Мужчины в основном так и поступают, а обманутая жена или любовница, желающая доказать свою любовь, расстраивает мужские планы.

Обо всем этом можно образно сказать, что из нормального куриного яйца люди пытаются сделать страусиное. То есть из малого плохого стараются сделать большое хорошее. В результате получается хоть и большое, но не хорошее, а плохое. Это значит, что результатом является **яйцеподобность**. А как еще назвать человека с укороченными от рождения руками-ногами либо вообще без конечностей? В последнем случае речь идет об отсутствии конечностей либо утрате функций конечностей в результате болезни или травмы.

В жизни чаще встречается духовная яйцеподобность. Отзываясь критически о ком-то, молодежь нет-нет да скажет: "А-а, он весь такой обтекаемый, как яйцо! Нет уж, на него нельзя положиться!" Это значит, что если человек желает для всех быть хорошим, в беде на него не рассчитывай. В кризисной

ситуации он неспособен помочь кому бы то ни было, поскольку сам делается беспомощным.

Муж и жена, испытывающие комплекс неполноценности, а потому желающие любыми способами доказать свое превосходство, желают того же самого в отношении секса и будущих детей. Держа свою тревогу при себе, замалчивая ее даже друг перед другом, они могут настолько единодушно желать одного и того же, что ребенок рождается с симметрично недоразвитыми руками и ногами. Если оба родителя признают свою ошибку и ее исправляют, то возможно, что руки-ноги ребенка разовьются в нормальные. У новорожденного это происходит быстро, ведь основная его деятельность - расти.

Материальное совершенство желает быть полезным. Это значит, оно ждет, чтобы его использовали. Если им пользуются, оно счастливо и готово отдать последнее, и так до тех пор, пока не наступает кризис, в котором рождается злоба, что его использовали в чьих-то корыстных целях. Чем сильнее совершенство боится оказаться ненужным, боится, что его уровень слишком высок по сравнению с остальными, тем скорее с ним это и произойдет. С совершенством, которое простаивает подолгу вхолостую, происходит то же, что и с залежавшимся яйцом. Оно протухает. Невыносимое унижение из-за своей ненужности превращает человека в **тухлое яйцо**.

Покуда совершенство человека замечается окружающими, более того, подчеркивается ими и превозносится, человек пребывает в **страусиной беспечности**. Причиной тому догматическое представление о том, что сердце может быть спокойно, потому что я послушно делаю все, что от меня требуется, а требуется только хорошее. Человек, который так думает, не понимает, отчего любое чувственное восприятие вынуждает его куда-то прятаться и зарывать голову в песок. Страусиная беззаботность навлекает на человека тяжкую заботу. Тяжкую под стать весу самого страуса, который из-за собственной тяжести не в силах птицей воспарить в небо, хотя и является птицей.

Вы можете сказать, дескать, я ведь все предусмотрел, создавая для ребенка абсолютно беззаботную жизнь. Да, предусмотрели, но не понимаете, что такое забота и что такое беззаботность. К счастью, страусиная беззаботность поддается в человеке высвобождению. Я убеждена в том, что генетические нарушения у детей, раз уж они возникают, можно устранить, но это означает длительную, кропотливую и систематическую работу над собой.

Вообще говоря, если человек **стыдится своих чувств** и потому считает себя растяпой, причем не только в отношении работы, но и во всем остальном, например, во взаимоотношениях с людьми, у него может прекратиться развитие кистей рук и стоп. Зачастую мысли о своей неумелости посещают человека задним числом и являют собой двойное наказание за ошибку, за которую человек и так уже давно расплатился. *Чрезмерное* цеплянье за кого бы то ни было во имя дружбы или любви, слепое доверие, самоотречение, прислуживание, превращение в орудие в руках ближнего способно настолько разозлить человека против самого себя, что он *проклинает себя за собственную глупость*. Если это произошло в предыдущей жизни, человек может в жизни нынешней родиться с той или иной степенью недоразвитости рук и ног. Причем родителей он выбирает с аналогичным складом мышления.

Особенно тяжелое испытание уготовано тем, кто считает себя лучше других. Когда человек **клянет себя, он провоцирует такое же отношение со стороны окружающих**, и все это в совокупности может обернуться очень тяжелой формой физического уродства в следующей жизни. *Проклинающие себя аналогичным образом родители* притягивают к себе подобного ребенка. Например, ребенок, который в прежней жизни цеплялся *мысленно* за любимого человека, друга или общественное положение, надеясь построить счастливую жизнь, рождается у родителей, из которых по крайней мере один точно так же цепляется за другого, ибо без него он был бы ничто. В предыдущей жизни он был отвергнут из-за того же. Обвиняя и проклиная не столько других, сколько себя, он не понял, почему эта беда случилась именно с ним. Теперь он родился без пальцев, чтобы научиться не цепляться за других.

Родители, у которых родился ребенок с недоразвитыми конечностями, могут помочь ему высвобождением своих стрессов. Что это за стрессы? *Стыд за свое несовершенство и за свои желания, который вынудил бояться и цепляться за ближнего, чтобы его не лишиться. Страх открыться и приветствовать жизнь с распахнутой душой. Желание быть законченным совершенством. Стыд за свою непривлекательность, глупость, неумелость, нерасторопность и иные недостатки. Стыд за свои уродливые мысли.* Это сложные стрессы, которые следовало бы высвободить попутно с более простыми стрессами, которые в себе обнаруживаете.

Чтобы ребенок не родился с физическими дефектами, нужно изменить свое отношение к ним. Каждый человек, который еще не научился быть Человеком, является потенциальным родителем, бабушкой/дедушкой либо прабабушкой/прадедушкой ребенка, рождающегося с отклонениями в развитии. Чем человек считает себя лучше, порядочнее, нравственнее, совершеннее, непогрешимее, тем меньше он способен понять, что **человек с отклонениями в развитии также является человеком**. Он совершил ошибку в предыдущей жизни, считая себя абсолютно положительным. Если ему было доказано обратное, например, тем, что его беззастенчиво эксплуатировали, то он совершил еще одну ошибку, а именно: разозлился на себя и пожелал наказать себя за собственную глупость. *Наказание, которое по той или иной причине осталось нереализованным в предыдущей жизни, реализовалось в нынешней.* Возможно, что он даже наказал себя, например, заставил себя переживать, однако посчитал, что этого недостаточно.

Пример из жизни.

Был у меня пациент, который в предыдущей жизни не покончил с собой из чувства долга перед семьей. Когда его подлым образом лишили средств к существованию, он отморозил кисти и ступни. Стыдясь жить в унижении, он искал скорой смерти, а обрел ее после долгих мучений, прозябая в крайней нищете, пришедшей на смену великой славе и роскоши. Тех, кто обрек его на позор, он считал одновременно лучшей частью своего народа и гнусными уродами и не мог отделаться от ощущения, что сам он все же из их числа.

Стыд жить уродом остался у него нереализованным в предыдущей жизни. В нынешнюю он явился, чтобы его реализовать. Он родился без пальцев рук и ног, с укороченными ступнями. Благодаря бабушке и родителям пальцы и ступни ребенка стали зримо расти, поскольку родители признали за собой аналогичный способ мышления и сразу принялись исправлять свои ошибки. Помимо этого они также воспользовались альтернативными и медицинскими способами оказания помощи. От хирургического вмешательства они на первых порах решили отказаться.

Как бы мы ни именовали человека с отклонениями в развитии, нам следует осознать, что он - наш наставник. Своим существованием он сейчас необходим как себе, так и нам. Он учит тому, что если ты, милый человек, мыслишь так же, как мыслил в предыдущей жизни и как мыслили твои нынешние родители и прародители, подобное же несчастье может постигнуть твоих детей или внуков. Ты не умеешь *стать* совершенным, но *будешь становиться* совершенным. Если не сумел сам, то с особым рвением захочешь, чтобы совершенными сделались последующие поколения.

Сущность долга кармы, который лежит на человеке с отклонениями в развитии, кратко характеризуется словом **УРОД**. О чем говорит Вам это слово? Этот вопрос я задавала многим. Реакции были разными, под стать людям. От полного безразличия до безудержного всплеска эмоций.

Возможно, то, что я сейчас скажу, покажется Вам жестоким, но ведь и уродство по-своему является жизненной жестокостью. Кто в предыдущей жизни однозначно и категорически превратил в уродо кого-то, хотя бы самого себя, тому на судьбе написано быть самому уродом в жизни нынешней. Собственно действию, возможно, предшествовало много жизней, в ходе которых он **в мыслях** называл кого-то уродом. Затем были жизни, когда он безжалостно высказывал это **на словах**. Потом были жизни, когда он собственноручно либо своим приказом это **делал**, прямо или косвенно. Теперь же ему предстоит на себе испытать плоды своего поведения, чтобы уже никогда не повторять той же ошибки.

Уродом становится тот, кто падает свысока. Стремясь к высотам, мы обрекаем себя на **падение** и провоцируем людей столкнуть нас вниз. Успешнее всего **способствуют падению** близкие: *родители, супруг, дети, друзья*. Не щадят нас и бывшие единомышленники. Чем выше, прекраснее, благороднее цели, тем сильнее, огорчительнее, суровее, больнее, уродливее удар, наносимый ими.

Стремясь к высотам, человек возвышает себя либо принижает окружающих. Обычно происходит и то, и другое. Поэтому после падения человек обвиняет и себя, и других. Кто упал свысока в предыдущей жизни и не успел разобраться в сути своего падения, рождается на свет с физическими **дефектами**, которые призваны помешать ему *уродовать* в отместку других. Например, человек, которого обвинили в воровстве и кому из-за этого

отрубили пальцы, не успокоится, пока не отомстит. Он этой мелкой кражи не совершал. В действительности же он вынашивал план очень крупной кражи, но, лишившись пальцев, был вынужден от плана отказаться. Уже несколько жизней кряду жизнь препятствует ему стать вором. Если он не осознает своего духовного заблуждения через физические страдания, то ему выпадет физическое испытание куда более суровое.

Человек, которому нанесли душевную рану, и он этого не простил, появляется на свет с врожденным пороком сердца. В противном случае он, возможно, нанес бы кому-то физическую рану в сердце - сделался бы убийцей. Кто-то, кто лишился по чужой вине ноги и ожидал, что увечье будет возмещено, но не дождался, рождается без ноги. Иначе он сделал бы кого-нибудь инвалидом. Например, совершил бы аварию, в которой кто-нибудь потерял бы ногу. Человек, переживший невыносимый позор и унижение в предыдущей жизни, появляется на свет с тайным желанием свернуть шею обидчику, но получает родовую травму. Теперь он искупает свой долг кармы, а не порождает его. В жизни так заведено, что мы то совершаем ошибки, то исправляем их. То же относится и к родителям. Большие ошибки искупаются следующими поколениями. Кто и этого не понял, тому придется искупить свою ошибку чуть позже - в своей следующей жизни.

Своим физическим уродством человек искупает долг кармы, передавшийся от родителей и их родителей, в основе которого лежит **отрицательное отношение к уродам**.

Многие, кто испытывал страх перед людьми с дефектами, подыскивают работу, где необходимо о них заботиться. Они начинают с любовью относиться к людям с дефектами, тем самым искупая долг кармы. Кто неспособен выискать в себе любовь, сбегает на другую работу и продолжает презирать уродов. Кто относится к человеку с отклонениями в душевном либо физическом развитии однозначно как к уроду, не замечая в нем человеческой ценности, тот усугубляет свою ошибку. У таких людей рождается дефективный ребенок либо внук, в заботе о котором приходит осознание, что у всякой медали есть и обратная сторона. Кто же и теперь с презрением отвергает свой жизненный урок, тому суждено самому родиться уродом в следующей жизни, и к нему будут относиться точно так же, как он сам относился к людям с дефектами в нынешней.

Закон жизни гласит:

**Страх притягивает плохое,
чувство вины служит почвой
для его роста,
злоба уничтожает плохое,
которое сама же посеяла.**

Не разобравшись в том, что правильно и что **неправильно**, человек стремится к правильному, называя его хорошим, а себя правым. А все **неправильное** им презирается, отвергается, отрицается, критикуется, запрещается, устраняется. Короче - истребляется. Поскольку в нашем

мироизмерении никакую энергию нельзя уничтожить - она может лишь превратиться в другую энергию - то когда ее изменяют, она начинает развиваться неправильно. Это значит: **если у нее нет возможности развиваться свободно сообразно потребности, она начинает развиваться неправильно соответственно вынужденному положению.** Следствием рано или поздно как раз и явится неправильное, **дефективное развитие.** Всякому отклонению в развитии предшествует неправильный, уродливый образ мышления. обладатели которого считают его признаком ума, интеллигентности и образованности.

Чем сильнее в человеке **страх перед всяким видом уродства**, тем больше он притягивает его к себе и тем яростней старается истребить его еще в зародыше. Так, мужчина и женщина, давая оценку кому-то из окружающих либо какому-то жизненному явлению, могут незаметно для себя употребить слово "урод". Считая себя во всем правыми, постоянно критикуя других и называя их уродами, они непременно когда-нибудь примутся и друг за друга. Выведенный из себя человек по первости скажет своему супругу шутливым тоном и с кажущимся спокойствием: "Ну ты и урод", полагая, что тот воспримет это как шутку. Кому жестокие шутки по душе, тот, возможно, так и воспримет. *Если же он отвечает тем же, значит, воспринял иначе.*

Если ребенку приходится выслушивать подобные словесные баталии родителей, у него может развиваться опасная для жизни болезнь. Если спросить у заболевшего от этого ребенка, когда он уже станет взрослым, что для него значит слово "урод", у него может настолько заблокироваться мышление, что он будет клясться, что никогда этого слова не слышал, по крайней мере, от своих родителей. На самом деле он изо всех сил старается этого не помнить. Ему страшно и стыдно вспоминать такое.

Уродство являет собой уничижительное отношение к плохому, а значит, усугубление плохого.

Если люди не осознают того, что в ближних они видят самих себя, то их житейский урок становится более суровым. Возможно, что-то произойдет с их ребенком, из-за чего он станет инвалидом, либо ребенок свяжет свою жизнь человеком, **имеющим отклонения в развитии либо ставшим инвалидом при жизни.** Иной человек неоднократно притягивает к себе дефективных партнеров, куда не выберет одного из них. Чутье подсказывает, что на лучшее не приходится рассчитывать. Скорее всего, ему и невдомек, что душа, подсознание, притянула принципиально схожего человека. Духовная инвалидность его родителей, их духовное уродство, стремление выбить у ближних почву из-под ног, обернулась принципиально такой же физической инвалидностью у ребенка или у его партнера. Почему? Ведь изначально ребенок не был таким. Да, не был, но его энергия уродства разрослась до сверхкритических размеров оттого, что он перенял родительские суждения. Почему? Потому что очень сильно желал угодить своим родителям. Надеялся, что тогда они станут лучше, добрее, любвеобильнее.

Инвалидами принято считать людей с физическими или душевными

отклонениями. Почему-то люди не задумываются о том, что человек, у которого удалили хирургическим путем некий орган, также по сути является инвалидом. Ребенок, который после подобного испытания по-прежнему продолжает цепляться за родителей, желая перед ними выслужиться, да так, что ставит на карту свою семейную жизнь, может заработать себе тератому, она же опухоль (лат. *teratoma*). Она представляет собой чрезмерное скопление уродства. Тератома возникает *от отчаянного желания ответить виновникам своих страданий их же словами*, которые однако остаются невысказанными.

Тератома возникает от чрезмерных героических страданий из-за уродливого мышления, когда человек не смеет решить сам, как ему жить. Тератома - это опухоль, по своей природе нередко бывает злокачественной. Если она злокачественная, это значит, что за ругательством "урод" стояла злонамеренность, желание отомстить, покалечить, испортить жизнь, желание настоять на своем, доказать свое превосходство. Испуганный ребенок, который перенимает родительское отношение к жизни, отовсюду вбирает в себя аналогичную энергию. Особенно тяжкие страдания выпадают ему, когда сам он беден, а вынужден жить среди материального благополучия. Почему? Потому что уродливое отношение к жизни более всего свойственно людям, считающим себя лучше других. Они считают себя вправе относиться свысока, точно к уродам, к тем, кто не справляется со своей жизнью. На словах они, возможно, это отрицают, но поскольку мысль - это действие, то она оказывает свое воздействие.

Если уверенные в своем превосходстве люди относятся с великодушием и добротой к детям, родившимся калеками, то к людям здоровым, но неудачливым в жизни они относятся прямо противоположным образом. Особенно тяжело приходится их собственным детям, которых родители, великодушные по отношению к чужим, сами же вырастили беспомощными. Демонстративно ласковое отношение родителей к посторонним ведет к тому, что их собственный ребенок начинает мечтать о том, чтобы заболеть или стать инвалидом. Надежда отвесть родительской любви может и в самом деле обернуться несчастьем.

Если желание недостаточно велико, оно будет реализовано не ранее, чем страдающий ребенок обзаведется собственным ребенком, в котором неизбежно будут заключены те же энергии. Детская инвалидность явится теперь назиданием для трех поколений.

Если человека все время подавляют, он начинает считать себя растяпой, у которого ничего не получается. Ни духовно, ни душевно, ни физически. При всякой новой неудаче он принимает себя костерить, называя себя идиотом, растяпой, слабаком, уродом. Кто не умеет относиться к себе иначе, тому придется когда-нибудь еще раз убедиться в том, какой же он слабак, раз не сумел ни зачать, ни родить нормального ребенка. В собственных глазах он - урод, родивший урод. Не послушался родителей и получил, что хотел. На деле же беда в том, что он слишком даже прислушивался к родительскому слову. Пропусти он мимо ушей суровые слова в свой адрес, не случилось бы

столь страшной беды.

Суровое родительское наказание выпадает, как правило, заблудшей дочери, которая из раскаяния желает быть *насквозь положительной*. Она перенимает родительские суждения и в дальнейшем будет оценивать, т. е. наказывать, себя уже сама. Мать, которая спрашивает удочери: "*С каким уродом ты заделала этого уродика?*", и сама не подозревает, что проштамповывает знаком качества изделие-полуфабрикат, имя которому ее собственный внук.

Вы можете возразить, мол, ни одна мать не скажет такого собственному ребенку. Вы правы. Мать и не скажет, зато хорошая мать может сказать и похуже. Будь материнские словесные выпады редким явлением, я не стала бы об этом писать. Если бы хорошие матери знали, сколько вреда они причиняют собственным языком, они бы так не поступали.

Прощая своей матери, человек ощущает на душе покой, и его тело получает возможность побороть недуг. Прощая, мы исправляем ее ошибки духовно. Испрашивая прощения у своих детей, мы духовно исправляем собственные ошибки. Прощая себе и осознавая свои ошибки, мы исправляем их также и материально.

Свою лепту вносит и отец, который рядом с женой не умеет оставаться мужчиной и отцом и который проявляет свои чувства с оглядкой на обстоятельства. Прощая отцу, мы начинаем его понимать. Мы обнаруживаем, насколько велика зависимость мужчины от женских эмоций, которые он отождествляет с женой и против которых оказывается абсолютно беспомощным.

Еще одной распространенной ошибкой является наставление: *не произноси ругательных слов*.

Пример из жизни.

"*О чем говорит Вам слово "урод"?*" - спросила я женщину, ребенок которой был поражен синдромом Дауна. Ответ последовал незамедлительно: "*В нашей семье было запрещено произносить такое слово*". Порядок этот был заведен матерью, поскольку живущая по соседству женщина, говоря о других людях, всегда употребляла это слово, покуда сама не родила ребенка-урода.

Мать либо отец, которые поучают ребенка, дескать, не смей называть никого уродом, если не хочешь, чтобы у тебя самого не родился урод, преследуют благую цель. К сожалению, они не осознают, что, не будь страха перед уродством, такое просто не пришло бы в голову. Если есть страх, внимание как раз обращается на то, что некто, называвший людей уродами, сам получил ребенка с отклонениями в развитии. Запретив произносить это страшное слово себе и ребенку, родители надеются, что теперь все будет в порядке. Рождение ребенка с нарушениями в развитии указывает, что соответствующая энергия продолжает жить в мысли и памяти.

Чтобы помочь ребенку, всем сопричастным следовало бы высвободить энергию пренебрежительного отношения. Чем ребенок старше, тем труднее исправить его физические недостатки. Это не должно мешать родителям заботиться о его правильном духовном развитии.

Пример из жизни.

С тем же вопросом - что значит для Вас слово *урод*? - я обратилась к другой женщине, у которой ребенок стал инвалидом вследствие родовой травмы. Она внимательно посмотрела на меня, задумалась, прислушалась к себе и, медленно качая головой, произнесла: "*Ничего*". Своего ребенка она ни разу не назвала даже мысленно этим словом. Поэтому "урод" не имело к ней как будто никакого отношения. Через минуту-другую она вдруг безудержно разрыдалась. Выяснилось, что она всегда *ощущала себя* уродом из-за высокого роста, широкой кости, а в последнее время и из-за немалого веса.

На деле ничего уродливого в ее внешности не было. *В ее отношении к себе сработали передавшиеся от матери оценочные суждения.* Положительной стороной этой невеселой истории является то, что женщина любит своего ребенка, и благодаря этому он, хоть и очень медленно, все же выздоровеет. Другие этого не видят, но мать чувствует и видит. Она чувствует и знает также и то, что если бы ее ребенка вдруг быстро вылечили, часть урока оказалась бы им не усвоенной, а это навлекло бы впоследствии еще большую беду.

Из этого примера следует однозначный вывод: по-прежнему остается в силе природный закон, согласно которому подобное притягивает к себе подобное.

Духовный урод притянул к себе физического урода с тем, чтобы, полюбив друг друга, они полюбили самих себя. Ведь друг в друге они видят самих себя. Когда называешь вещи своими именами, проще уяснить суть проблемы. Как видите, я назвала женщину уродом, потому что она *ощущает* себя уродом. Она знает, что я так не думаю и что определяющее значение имеет мысль. Покуда она не откажется от поиска своих ошибок и от их исправления, не откажусь и я помогать ей. В каждом из нас живет надежда. К счастью, отец ребенка того же мнения.

Совершенство и уродство - две грани единого целого.

Чем сильнее человек желает стать совершенным и сделать совершенными своих детей, тем масштабнее таящееся в нем уродство. Страх обнаружить в себе урода, который подает о себе знаки, рождает страх перед уродами. *Увы, человек не понимает, что ему не дано чувствовать иного, кроме того, что есть в нем самом.* Не будь этого страха, отношения между людьми не были столь изуродованы.

Относительное число уродств и всевозможных инвалидностей растет во всем мире. Чтобы уберечься от подобной беды, научитесь слушать, что говорят люди, как они выражают свое отношение. Вспомните, как относились к плохому и как о нем отзывались Ваши родители, а также их родители. Чем высокомернее и презрительнее высказывалось мнение, тем совершеннее они считали самих себя. Это значит, что Вам нужно высвободить из себя ложное совершенство, ведь состоите Вы из энергий своих родителей. Признайте собственные ошибки наряду с ошибками предшествующих поколений и высвободите их, ибо иного способа избавиться от данной энергии не существует.

Человек с физическими недостатками обладает особыми духовными способностями, которые проявляются, если окружающие относятся к нему как к полноценному человеку. Если его не отвергают, не унижают, не считают хуже себя. Обычно это плохо удается, так как ребенок-урод вызывает неприязнь. Он олицетворяет нежелание нравиться родителям. Это значит, что он любит своих родителей и явился на свет, чтобы их наставлять, но не нашел иного способа указать родителям на их ошибки, так как прочим аргументам они бы не вняли. Поскольку протест рождает протест, то в семье, где есть ребенок-инвалид, невозможно любить безоговорочно без предварительного снятия стрессов. Если это пытаются делать, чтобы порисоваться перед окружающими, это уже особая статья. Такая любовь не настоящая и лечебной пользы не приносит. В лучшем случае, состояние инвалида остается прежним.

Духовно здоровый мужчина-инвалид способен лучше других изобретать механические или электронные вспомогательные приспособления, предназначенные для физических инвалидов, поскольку точно знает потребности страждущих. Мозг такого мужчины способен придумать либо изобрести лучшие средства, возможности, пути и законы для оказания помощи страждущим в какой угодно сфере жизни. В этом отношении его мозг обладает практически неограниченным потенциалом. Каждый из гениальных философов, ученых, изобретателей компенсирует таким путем свой собственный недостаток.

Духовно здоровая женщина-инвалид лучше всех способна своей любовью сплотить семью и общество. Она умеет вдохнуть духовность в тех, кто погряз в материальности, и незаметно заземлить разыгравшийся полет духовности. Такая женщина обладает большой и отзывчивой душой, как и мать-земля, для которой все люди - ее дети, и она не испытывает душевных терзаний из-за своих физических изъянов. Духовно здоровые инвалиды в любом коллективе способны ощущать себя, как в родной семье, и оттого пользуются уважением.

Но где они, духовно здоровые инвалиды? Их почти нет, потому что своими причитаниями родители низвели их духовно до уровня специнтерната. Так желание нравиться не позволяет даже оптимально искупить долг кармы.

В мире, где царствует желание нравиться

Вы желаете нравиться?

Желаете.

Нравятся ли Вам самоубийцы?

Не нравятся.

Следовательно, Вы желаете быть самоубийцей, а самоубийцы Вам не

нравятся.

Желание нравиться губит личность. На языке стрессов оно означает самоубийство. Чем сильнее желание нравиться всем подряд, тем скорее происходит и физическое самоубийство. Альтернативой ему может явиться несчастье, в которое человек попадает волею обстоятельств, например, чрезвычайная ситуация, дорожно-транспортное происшествие, стихийное бедствие. Разве вождение автомобиля в состоянии опьянения не есть самоубийство? А вождение в состоянии душевной опустошенности - разве это не самоубийство? А желание не жить - разве это не самоубийство? Самоубийство.

Позитивный образ мыслей, т. е. образ мыслей, подчиненный желанию нравиться, что выражается в приятном поведении, имеет свойство приукрашивать форму, дабы услаждать глаз, но никак не душу. В результате гибнет содержание.

Проследите за тем, насколько вымотавшимся Вы делаетесь к вечеру, если в течение всего дня старались нравиться окружающим. Вы желали улучшить качество своей жизни, но это не удалось, несмотря на то, что Ваше желание нравиться *нравилось* большинству из тех, с кем Вы встречались за день. Они отвечали Вам тем же, однако Вы чувствуете, что никому из них не смогли бы раскрыть душу. Можете сказать, что все хорошо, даже верите в это сами, только вот на душе тревожно. Уходите с головой в развлечения, чтобы затем забыться в тяжком сне. Все труднее становится заснуть без алкоголя или успокоительных средств.

Утром все начинается сначала и так, покуда не переполнится чаша терпения. Больше не могу, потому что не хочу. Болезнь показывает, чем на сей раз обернулось желание нравиться. Чувство вины, печаль и жалость к себе делают свое дело.

Чувство вины вызывает ощущение усталости, депрессию, апатию.

Печаль вызывает чувство тяжести.

В каком бы значении Вы ни использовали слово "тяжелый", оно всегда означает печаль, что рождается от беспомощности в разрешении проблемы. На душе становится тяжело, тяжелеет тело, делаются тяжелыми голова, руки, ноги, сумка, работа. Не говоря уже о тяготах, на которые не хватает сил. Все это означает, что человек не находит выхода, не умеет решать свои проблемы, так как голова его заблокирована страхом. Выражаясь проще, он не умеет жить по-человечески, желает достичь всего силой.

Вы можете возразить, дескать, эта многотонная тяжесть не станет легче, если я высвобожу свою печаль. Она-то не станет, зато полегчает на душе, и это позволит придумать способ свалить эту многотонную тяжесть. Тяжесть перестанет восприниматься как тяжесть, и уже не будет причин жалеть себя.

Желание нравиться являет собой **жизнь, в которой главенствуют чувства**, а значит, жизнь в сугубо материальном мире. Слово "чувство" употребляется в разных формах, разных сочетаниях, разных контекстах. Чувствовать, чувствующий, чувственный, чувствительный, бесчувственный, нечувствительный, буря чувств, выражение чувств, органы чувств, обманутые чувства, помутнение чувств, возвышенные чувства, приземленные чувства, чувство юмора, лишиться чувств и множество других.

Привела я эти примеры не потому, что сомневаюсь в Вашем знании языка. Эта лексика доказывает ограниченность нашего видения мира.

Для человека, живущего чувствами, желание нравиться является естественным, ему и в голову не приходит, что можно жить иначе. Он готов беспрестанно улыбаться самой обворожительной улыбкой, произносить с пафосом восторженные речи, принимать с благодарностью все, что ему дают, - главное, чтобы никого не обидеть. Он старается уловить твое малейшее желание, чтобы тут же его исполнить. А если эти желания исполнить не может или не хочет, у него находятся крайне веские, не зависящие от него причины, о которых он трубит по сторонам, лишь бы никто не подумал о нем плохого.

Он с готовностью принимает то, что ему дают, своим же кровным делится неохотно. При всей его речистости и склонности к наставлениям от него не услышишь по-настоящему дельного совета, поскольку он не смеет и не желает брать ответственность на себя. Одни благовоспитанные любезности - ничего путного или дельного. За всем этим кроется **сугубо деловой расчет** - ни о ком не отзываться худо на случай, если вдруг понадобятся услуги данного человека. Он может быть настолько пропитан своим желанием нравиться, что становится по-детски наивным. Я описываю человека с крайним проявлением желания нравиться, ибо надеюсь, что описание это поможет Вам отыскать те же черты в самом себе.

Когда желающие нравиться заболевают, с ними просто беда - они *не принимают помощи*. Самих засасывает болотная трясина, а на помощь зовут вполголоса, чтобы никто потом не мог сказать, что они орали благим матом.

Если протянуть им руку и сказать просто: "*Хватайтесь*", обходясь без особых формул вежливости, они презрительно скривят рот и откажутся от помощи. А чтобы у тебя не возникло ощущения, что они тебя презирают, они отворачивают голову, словно ничего не видят и не слышат. Когда же ты, зная, чем все завершится, падаешь на краю трясины на колени и кричишь, чтобы они ухватились за твою руку, они протягивают свою ручонку с милостивой улыбкой, чтобы ты почувствовал, что это *они тебя облагодетельствовали*. В действительности так ведет себя не сам человек, а его стресс. Если человек умел бы видеть себя со стороны, увиденное поразило бы его, и он принялся бы исправлять себя.

Стресс - это сила, подминающая под себя хорошего человека и заставляющая его делать то, что он не желал бы делать ни при каких обстоятельствах.

Желание порождает другие желания. Чем сильнее желание нравиться, тем в большей степени человек пренебрегает семьей и близкими, стремясь

понравиться всему свету. Чем многочисленней толпа, воздающая похвалу некоему человеку, тем вероятнее, что у него нет семьи. Либо уже нет, либо не было вовсе, поскольку желание нравиться было с детских лет столь велико, что помешало заниматься человеческими пустяками. Желание нравиться не дает осознать, с какого конца начинается жизнь.

Люди, не способные наладить собственную жизнь и создать семью, частенько заявляют, что они принципиально посвятили себя служению обществу. Слушающие взирают на такого неординарного человека влюбленными глазами и выбирают его в качестве своего представителя. Желание нравиться - это стресс, который сводит вместе людей одного типа. Вскоре обе стороны разочаровываются друг в друге, ибо невозможно прожить жизнь в стараниях понравиться. Это значит, что если разум и готов вести объективный, честный разговор о реальных, дельных вещах, то под воздействием стресса уста человека поют субъективно-хвалебную песнь. Впоследствии ему, возможно, будет стыдно за свое славословие, но слово не воробей.

Так *желание нравиться людям* делает человека народным трибуном, даже если Бог не дал ему качеств лидера, а то и представителем власти. Представитель власти, желающий нравиться народу, дает населению прекрасные обещания, которые невозможно исполнить, ибо ни одному руководителю не под силу одним махом осчастливить всю толпу. Однако народ ждет и требует своего, *не помышляя о том, что желает невозможного*. Народ желает, чтобы руководитель был в первую голову симпатичным, то есть таким, который нравится. Народное недовольство расшатывает позиции руководителя, тогда как руководитель начинает защищать свое кресло силой своей власти. Сам того не желая, он несет гибель тому самому народу, которому еще недавно желал нравиться. В то же самое время народ расправляется с вождем, который не так давно ему нравился.

ЖЕЛАНИЕ НРАВИТЬСЯ ИМЕЕТ СЛЕДСТВИЕМ СЛЕДУЮЩЕЕ:

1. желающий нравиться уподобляется предмету обожания:

- а) *частичное уподобление* - стремление достичь внешнего сходства,
- б) *полное уподобление* - стремление как к внешнему, так и к душевному сходству;

2. желающий нравиться уподобляется нескольким кумирам:

- а) как духовное, так и физическое раздробление самого себя,
- б) распыление самого себя между теми, кому хотят нравиться.

1. Желание нравиться ближнему оборачивается тем, что человек уподобляется этому ближнему. Это означает, что человек перестает быть самим собой, т. е. личностью. На первых порах сходство ограничивается переменами в гардеробе и внешнем облике. Как правило, человек становится краше. Перемена эта добровольная, осознанная. Далее следует подражание в осанке, манерах, поведении, умудренности, ловкости, одаренности и прочих

внешних качествах. Обезьянничанье становится самоцелью. **Обезьяна является собой энергию зацикленности на более высокой цели**, а потому слово "обезьянничанье" здесь вполне уместно. Утрату своей самобытности люди обычно не замечают, а если заметили бы, то от испуга многие из них сделались бы самими собой.

Внесу уточнение: **обезьяна является собой желание стать человеком и страх, что это у нее не получится.**

Если человек знал бы, насколько он меняется, то, скорее всего, ему вообще расхотелось бы нравиться кому-либо. Медленнее всего у взрослого человека меняется фигура. Изменение же функций органов и тканей происходит быстрее. Например, усиление роста волосяного покрова у женщин и его поредение у мужчин происходит как бы само собой, когда люди желают нравиться противоположному полу, но, чтобы вернуть прежнее нормальное состояние, требуется уже серьезная работа над собой.

II. Желание нравиться двум людям одновременно разрывает человека пополам. Когда эти двое, скажем, мать и отец между собой не ладят, человека может охватить отчаяние. Желание нравиться вынуждает человека внимательно наблюдать за окружающими, дабы уловить малейший оттенок настроения и вести себя ему под стать. Это не так уж сложно. Сложности начинаются в ситуациях, подобных той, когда человек, желающий нравиться, в беседе с авторитетным человеком с жаром ему поддакивает и всячески расхваливает его словесный дар, а тут вдруг появляется другой авторитетный человек. Если оба авторитета между собой на ножах, желающему нравиться приходится весьма несладко.

Несложно нравиться, если эти двое состоят в дружеских отношениях, однако результат может оказаться весьма плачевным, потому что втроем они создают вокруг себя настолько приторно-слащавый мир, что остальные люди его не приемлют. Ребенок, желающий нравиться родителям, строит воздушные замки, но вот являются другие дети и безжалостней, чем кто-либо, крушат созданную красоту. Искренность не позволяет им потакать разрастанию лжи, тогда как хорошие люди этого не понимают.

Ограждая собственного ребенка от плохих детей по каким бы то ни было причинам, родители оказывают ему медвежью услугу. В подобных стерильных условиях, в отрыве от переживаний и испытаний, ребенок лишается возможности уяснить свои ошибки. Для кого желание нравиться является важнее собственной жизни, тот себя губит. Зачастую родители не могут нарадоваться тому, какой у них хороший ребенок, и даже после его смерти не могут понять, что ребенок пожертвовал собой - главное, чтобы родителям было хорошо. Виновных в смерти ребенка они ищут на стороне.

Каковы родители, таков для ребенка и окружающий мир. Страдания, изведенные в родительском доме, продолжают на протяжении всей жизни, покуда ребенок не обретет себя. Родители, не ладящие между собой *в открытую*, причиняют желающему нравиться ребенку *видимые глазу* болезни. Родители, конфликтующие между собой *скрытно*, причиняют ребенку, желающему нравиться, *скрытые* страдания. Рано или поздно страдания эти оборачиваются теми же болезнями.

III. Желание нравиться многим ведет к судорожным метаниям. Страх вынуждает делать выбор. Кто желает нравиться хорошим, тот принимается критиковать плохих. Если хорошие не приемлют его благих устремлений, а между тем обнаруживается, что кто-то из плохих людей проявляет по отношению к нему теплые чувства и заботу, то его охватывает желание нравиться плохим, и он неизбежно начинает критиковать хороших.

Желающий нравиться, весьма вероятно, является сверхактивным борцом за людское благополучие, который, покуда не впадает в крайности, пользуется любовью у людей. Желание нравиться многим порождает стадную культуру - кланы, партии, секты, организации, во главе которых стоят люди с неутомимой энергией, готовые всегда доказать, что правда на их стороне и что вместе с соратниками они делают благое дело. Ибо являются лучшими из лучших.

IV. Желание нравиться всем ведет к крайнему распылению собственной духовной энергии. Чем желание сильнее, тем в большей степени человек разбрасывается духовно, следствием чего является полная внутренняя - духовная - пустота. Жизнь утрачивает свою ценность и смысл, остается лишь большая и недостижимая цель. Представьте себе, что Вы вдруг пожелали нравиться всему своему народу или - более того - всему человечеству. Вам пришлось бы метаться, раздаривая себя по пригоршням, чтобы понравиться берущим, покуда полностью себя не исчерпаете.

Пустота веса не имеет. Противоположностью духовной пустоты является физическая свинцовая тяжесть. У человека, пребывающего в таком состоянии, вес тела утяжеляется во много раз. Настолько, что не отыщется средства, чтобы оторвать его от земной поверхности и удержать в воздухе. *Он обречен обратиться в прах.*

Подобному человеку свойственна безудержная активность и безумные планы. Создав себе мало-мальски известное имя, он считает вправе требовать, чтобы ему создали еще более благоприятные условия, и если его желание не выполняется, возникает отчаяние, которое спроваживает его на тот свет.

Человеку в таком состоянии не следовало бы садиться за руль, подниматься на строительные леса, ступать на мостки и подвесной мост, ему не следовало бы заниматься спортивной гимнастикой, прыгать, качаться на качелях, а также заниматься прочими видами спорта, требующими ловкости и сопряженными с риском. Во всяком случае не ранее, чем пройдет состояние душевной пустоты. Не следовало бы летать самолетом или путешествовать на судне. Почему? Потому что духовной гибели можно избежать. Физическая же гибель необратима.

Когда на борту самолета оказывается определенное количество людей, которые желают нравиться всем, например, всему миру, то такой самолет попадает в авиакатастрофу. Почему? Потому что растроченная духовная энергия образует пустоту, которая заполняется энергией физической. Возникает многократная невероятная тяжесть, выдержать которую в состоянии одна лишь земля.

Желание нравиться всем и каждому говорит тем самым, что в гробу ты и будешь нравиться всем, так как тогда уже ни ты не будешь оценивать других, ни они тебя. А если тебя все же оценивают, тебе от этого ни горячо, ни холодно.

Необъяснимые автомобильные и авиационные катастрофы, загадочные кораблекрушения, не поддающиеся разумным объяснениям падения, странные молниеносные болезни с летальным исходом - вот к чему ведет *желание нравиться всем*. Кто говорит, что это было самоубийство, тот прав. Кто говорит, что это не было самоубийством, тот также прав.

В духовном смысле это было самоубийство, а в физическом это не мыслилось как самоубийство. Зачем убивать, если человек и без того уже был мертв? Задним числом можно обвинять кого угодно, ведь в материальном мире принято выискивать виноватого, чтобы его наказать. Подумайте лучше наперед, чтобы из-за Вашей гибели никто не оказался бы без вины виноватым. Если Вы высвободите желание нравиться всем, то не окажетесь в обществе тех, кто своим желанием нравиться всем подвергает риску как собственную жизнь, так и жизнь окружающих.

Желая нравиться другим, человек подлаживается под них, а значит, перестает жить собственной жизнью, превращается в мальчика на побегушках, смеется чужим смехом и плачет чужими слезами. И так, покуда не приходит отчаяние - человек осознает, что жизнь прожита зря. К сожалению, из первого кризиса должных выводов не делают, хотя для всех, в том числе и для самих сопричастных, не остается незамеченным, что добросердечный в недалеком прошлом человек сделался неприветливым и жестоким существом, **добивающимся цели любыми средствами**. Кое-кто называет его по старой памяти сердечным, ибо знал его таким, другие же называют бессердечным, поскольку таким он предстал перед новыми знакомыми.

Чем большей известностью пользуется такой человек, тем больше люди желают ему нравиться, и никому не хочется сказать ему в глаза правду во избежание неприятностей.

Человек ощущает, что делает людям добро, а те его не ценят, и от этого ожесточается. На первых порах он испытывает холодное равнодушие к более слабым, чем он сам, более сильных же осыпает грубой бранью. Недалек тот час, когда упавшего без сил человека он оставит умирать на земле, а силача, рвущегося напролом, уложит наповал выстрелом из револьвера. Когда случится подобная беда, никто уже не вспомнит, что этот человек некогда был кротким, желающим нравиться существом, не способным обидеть и муху. И никому невдомек, что всему виной стресс, который можно было бы давным-давно высвободить.

Чем сильнее желание нравиться всем, тем разрушительнее отчаяние. Максимальная степень отчаяния именуется безумием. Обезумевшему человеку жизнь уже не мила. Так что в духовном смысле человеку чувства

ни к чему, а в физическом - без чувств, т. е. в состоянии безумия, никак не прожить.

Когда в газетах или журналах мне встречается очередная статья, расписывающая достоинства известного деятеля - нашего современника либо исторической фигуры - и ставящая нам в пример его **безумные** таланты, **безумную** работоспособность, **безумную** способность любить, **безумную** фантазию, готовность пожертвовать своей жизнью во имя создания чего-то небывалого, великого и могучего, меня охватывает отчаяние. Я еще не научилась сдержанно реагировать на **идеализацию безумия**.

Мы стараемся понравиться, чтобы нас не отталкивали, не отвергали, чтобы дарованное нами было принято. Особенно если дарованное имеет ценность, а тем более душевную или духовную ценность, ибо неприятие такого рода ценностей ранит сильнее всего. Подобное унижение, которое дающий вынужден молча сносить, способствует возникновению рака. Потому мы и стараемся нравиться тем больше, чем сильнее боимся себе навредить. Если бы мы умели высвободить свое желание нравиться, мы умели бы отдавать свои дары таким образом, чтобы их принимали. А если не приняли, это нас не задевало бы. Будучи дающими, мы бы поняли, что ближний оказался *пока еще* не готов принять наше подношение, *потому что продолжает по старинке глядеть на мир сквозь призму своего эгоизма*. Это я испытала на себе и по сей день работаю над собой, чтобы впоследствии не пришлось обвинять людей, которые, не зная ни меня, ни моей работы, делают из меня своего врага. Не скрою, работа над собой - постоянный и тяжкий труд.

Каждому следует знать, что одностороннее материальное видение мира, т. е. восприятие **чувствами, определяет очень многое, и это нужно учитывать**. Высказывать все, что взбредет на ум, - это безумие. Никто не желал бы выслушивать подобные бредни. В том числе и те, кто сам привык без разбора городить чушь. Стремление понравиться чрезмерным краснбайством - то же безумие. Чем больше Вы высвобождаете желание нравиться всем, тем свободнее и понятнее для всех становятся выражения, которыми Вы изъясняетесь. Вы сможете не терять достоинства и высказывать без обиды для кого-либо все, что нужно. Ваши слова будут, возможно, восприняты каждым по-разному, ибо у каждого свои представления, но ни одна душа на Вас не обидится. Благодаря этому Вас выслушают и в следующий раз, и тогда Вы сможете высказать еще кое-что.

Желание нравиться всем есть у каждого. Главное, чтобы оно не перехлестнуло через край.

Пример из жизни.

Когда я объяснила все это пришедшей на прием женщине, та заметно побледнела. В течение последней недели, хоть водителем она была образцовым, она дважды вела себя за рулем так, что оставалось лишь

дивиться, как ей вообще удалось уцелеть. В первый раз на нее словно нашло затмение, и она на перекрестке поехала на красный свет. Через пару дней, завидя красный свет, она со всей силой нажала на газ. Словно некая неведомая сила толкала ее совершать безрассудные действия. В ее подсознании засело дурное предчувствие - Бог троицу любит, но она не знала, чем себя обезопасить, кроме страха. Мои слова все ей объяснили, и напряжение снялось.

Женщина настолько себя опустошила, разрываясь между домом и работой, что стала воспринимать всех как умышленно мешающих ей, не понимая того, что виной всему было ее разросшееся сверх меры желание нравиться всем своим трудолюбием. *Желание нравиться превратилось в своеобразную цель жизни*, велевшую поддать газку. Когда человеком движет желание, он не воспринимает сигналов предупреждения, что посылает ему жизнь. Человек надеется, что, мол, еще немного постараюсь, и тогда уж непременно начну нравиться, и эта надежда делает его слепым и глухим и лишает способности мыслить логически. Задним числом можно винить других, но потерянного уже не воротишь.

Высвобождение желания нравиться помогает человеку обрести себя вновь.

Желание нравиться одному человеку может незаметно перерасти в желание нравиться всем.

Желание нравиться всем может перейти в желание нравиться одному, если тот становится человеку симпатичен. Чем сильнее желаете нравиться этому единственному, тем больше стараетесь угадать, что именно ему нравится, и делать так, как ему нравится. Если ему кто-то не нравится, поскольку сам он разочарован в жизни и считает мир плохим, то Ваше желание понравиться этому человеку заставляет Вас относиться к миру точно так же, несмотря на то, что до знакомства с ним Вы были иным человеком. Вы даже не заметили, как он начинает Вами манипулировать и, более того, использовать Вас в качестве средства, в качестве орудия для достижения собственных целей. В этой роли Вы на первых порах выступаете подсознательно, а позже, возможно, уже и сознательно и даже добровольно, потому что становитесь похожим на него, перенимаете враждебное отношение к жизни.

Поначалу Вам кажется, что вы с ним ведете благородную борьбу со злом, со временем же вы оба озлобляетесь и, вполне вероятно, даже становитесь преступниками. Может быть, мелкими, которых вздергивают на виселице, а может, и крупными, которые разъезжают в роскошных каретах.

Не счесть всех вариантов, какие бывают, когда жизнь сводит двоих людей на одном пути. Кто становится преступником в буквальном смысле слова, того карает земной суд, а кто в переносном - того карает суд духовный, или, выражаясь иначе, человека настигает болезнь. Не имеют значения ни пол человека, ни возраст, ни положение в обществе - *желание нравиться проявляется принципиально одинаковым образом по отношению ко всем.*

Рано или поздно Вы ощущаете, что не нравитесь этому человеку. Чем сильнее было желание нравиться, тем резче происходит обратный поворот -

вспыхивает **нежелание нравиться**, если Вы чувствуете, что все старания понравиться безуспешны. Чувство есть чувство, ему не всегда доверяют, если нельзя увидеть глазами, услышать ушами либо потрогать руками. Но если кто-то докажет, что Вы не нравитесь своему кумиру, Вы сдаетесь и сразу верите, и это переворачивает всю Вашу жизнь. Вам даже не потребовалось ни увидеть собственными глазами, ни потрогать рукой - Вы поверили голословному утверждению. А есть ли в этих словах хоть частица правды, об этом Вы не задумывались.

Испуганный человек, желающий нравиться, воспринимает все на веру, и этим пользуются. Ему плетут льстивые, хитроумно построенные речи, и он всему верит. А стоит ему в подтверждение этих слов увидеть, как его кумир приветствует на улице кого-нибудь либо приходит кому-то на помощь, ведет с кем-то разговор либо появляется в сопровождении кого-то, как в душе у него вспыхивает огонь слепой ревности. **Желание нравиться превращается в ненависть.**

Желание нравиться и показная верность ходят рука об руку. Человек с мало-мальским жизненным опытом чувствует, когда подлинная верность становится показной. *Страх оказаться преданным* и страх, что виной тому может оказаться то, что я не нравлюсь, усиливают друг друга.

Факт, нашедший подтверждение *одним* органом чувств, может обернуться взрывом *других*, и Вам покажется, что нечто подобное Вы и раньше слышали, видели, обоняли либо осязали. Если Вы не понимаете, насколько Ваша логика ущербна, то Вы выплескиваете свое негодование кумиру в лицо, и он, скорее всего, говорит, что *это* ему не нравится. Вы же воспринимаете это, как если бы он сказал, что *Вы* ему не нравитесь. Ведь Вам свойственно *отождествлять человека с его поступком*, и Вы не осознаете того, что и в кумире также видите лишь себя.

Чем больше он старается доказать, что Вы ошибаетесь, тем сильнее Вы заикливайтесь на своей навязчивой идее - Вы уже совершенно точно знаете, что не нравитесь ему. Вы уже вооружились достоверными фактами, не понимая того, что физический уровень - это еще не все. Вы не желаете выслушивать никаких объяснений. Так Ваше желание нравиться все более перерастает в нежелание нравиться. Вы можете, стиснув зубы, продолжать вести общие хозяйственные дела, если вас связывают материальные ценности, однако Ваше *желание нравиться данному человеку* постепенно сменяется *желанием нравиться другому либо другим, но только не ему*. Вы мстите ему тем - и месть эта *сладка*, - что добиваетесь любви другого. Мстите за то, что Ваши страдания не были им оценены. **Не нуждаясь в оценках, Вы желаете быть оцененным, т. е., не нуждаясь в несчастье, Вы желаете несчастья.**

Желание нравиться начинается у каждого с его родителей. Оно происходит от желания нравиться матери. Если мать неспособна любить в первую очередь мужа, то ей кажется, что муж ее не любит, и она старается нравиться ребенку, чтобы хоть он ее любил. В благодарность ребенок старается нравиться матери, потому что матери это нравится.

Зачастую мать не сознает, что стремление нравиться ребенку вызвано досадой и являет собой **желание отомстить мужу за то, в чем муж на самом деле не виноват**. По сути месть эта направлена против мужского

начала, а заложником мести становится ребенок, поскольку месть воздействует на левую часть тела, голову, разум, логику, остоу, волю, лимфу и т. д. Чем дольше мать ухитряется нравиться ребенку, тем ребенок лучше - кто из детей не постарается быть хорошим взамен на материнскую любовь и ласку.

Все мы **знаем**, что за доброту *отплачивают* добротой. Кто пытался отплатить, тот, вероятно, *ощущал* на себе, что *отплатить долг благодарности невозможно. Зато возможно отомстить.*

Нет ничего особенного в том, что разочаровавшаяся в любви женщина желает отомстить мужчине. Если не получается ему лично, жажда мести автоматически переносится на ребенка. Поскольку ребенок является тем средством, которым женщина намеревалась привязать к себе мужчину и переделать его по своей мерке, то если это не удалось, виноватым оказывается ребенок. В итоге мать, желающая нравиться своему ребенку, после развода принимается **мстить ребенку**. Более того, если она пожелает обзавестись новым мужем, ребенок станет в ее глазах непреодолимым препятствием. Большинство таких матерей, запутавшихся в душевных противоречиях, продолжают воспитывать своих детей и дальше, не умея при этом их любить, а кое-кто бросает детей на произвол судьбы. В обоих случаях дети *желают нравиться матери с тем, чтобы мать не была плохой*, чтобы мать стала жить вместе с отцом, чтобы мать вновь взяла их к себе и т. п. У таких детей готовность к самопожертвованию особенно велика.

Я не удивляюсь, когда слышу от женщин высказывания, произносимые без стеснения даже в присутствии ребенка - *"Это не мой ребенок. Он весь в отца!"* или *"Не понимаю, в кого он такой уродился. Ни в мать, ни в отца! Я всегда это знала"*. Подобные высказывания действуют на ребенка, уставшего выслуживать любовь, словно удары плетью, поражая его в самую душу. Чем серьезнее он после этого заболевает, тем больше надеется хоть таким образом вызвать к себе любовь - может, хоть больного его полюбят. Ребенок судит по себе. Ведь сам он с трепетным участием относится к занедужившим, беззащитным братьям нашим меньшим, окружает их заботой и лаской, чтобы больному было хорошо. Поэтому он и рассчитывает на такое же отношение к себе. Его **несбыточная мечта оборачивается безысходностью**. У такого ребенка нет надежды на излечение.

Пытаясь обратить внимание матери на ее ошибки, я спрашиваю: *"Вы хоть понимаете, что Вы сейчас сказали?"* Вместо ответа нередко следует атака: *"Я прекрасно знаю, как Вы ко мне относитесь!"* Мать готова отстаивать свои права.

Женщина, постоянно пребывающая в состоянии самозащиты из-за неисправленных ошибок и чувства вины, не понимает того, что ею совершаются все новые ошибки, но об этом ей нельзя говорить, ибо раздраженный человек взрывоопасен. *Желая* понравиться мне и *зная*, что мне она не нравится, она не в состоянии понять, что я отношусь плохо к ее поведению, а не к ней самой. Она отождествляет человека с его поступком и

убеждена в том, что и я тоже.

После встреч с такими людьми я спрашиваю себя: "*Имеет ли вообще смысл наставлять их?*" То, что даю я, не входит в обязательную школьную программу, в отношении которой возникает автоматический протест. Я никому не навязываюсь. Вместо того, чтобы людей приманивать, я объясняю им, что было бы лучше начать заниматься собой. К сожалению, человек, которого постигла беда, ведет себя, словно бык, угодивший в колодезь. Первым делом наподдаст рогами того, кто пытается его оттуда вызволить. Сочувствуя такому человеку, я чувствую, сколь нужна ему помощь. Не умея помощь принять, он злится на себя, а изливает злость на других, в том числе и на меня. Всякий раз я снова убеждаюсь в том, что **наставлять нужно, но так, чтобы не навредить себе. Овладение искусством наставничества - труд не из легких.**

Ради счастья своих родителей дети готовы на все, даже на смерть. *Каждый ребенок чувствует душой, будет от этого польза или нет.* Если дети видят в этом последний шанс, но и он пользы не приносит, то часть из них не возвращается к жизни, а кто возвращается, у того желание нравиться родителям перерастает в **нежелание нравиться родителям**, и оно будет только усиливаться. В тот миг, когда данный стресс приобретает непомерный размах, такой ребенок способен прибить мать либо отца ради того, чтобы понравиться миру. Точнее говоря, прибывает не сам ребенок, а его желание нравиться миру. С тем, чтобы затем осознать, что миру он, тем не менее, не нравится.

Желание нравиться всем больше всего бьет по **людям известным, именитым**. Чуть-чуть славы, и вот они уже трудятся с трагическим отчаянием, чем приводят в восхищение эмоциональных поклонников. В итоге их круг расширяется. Страсти накаляются, отовсюду раздаются похвалы, человек горделиво задирает нос и перестает глядеть под ноги. Кто не глядит, тот не видит, что за каждым подъемом следует спад. Таков естественный ритм жизни.

У знаменитых людей нет жизненного ритма. Они кружат в гибельном адском колесе, вырваться из которого человек должен сам. Окружающие могут лишь помочь. "*Лучше гореть, чем тлеть!*" - произносится в самовосхваление и в самооправдание. Если человек выбирает такую жизнь, - то, когда он умирает, ни к чему искать виновных в его кончине. **В своей смерти каждый человек всегда виновен сам.** То была его судьба, что направила его именно в это время именно в это место, где он нашел свой конец. У него была возможность избрать другой путь, но он выбрал этот.

Атеист ненавидит фаталиста - того, кто верит в судьбу, так как фаталисты сидят сложа руки и ждут, что уготовит судьба. О судьбе я заговорила для того, чтобы Вы поняли, что **судьбу можно исправить**, ликвидировав причину, а не перекидывая на окружающих ответственность за следствие. Не воспринимайте сказанное как оправдание преступности, равнодушия, халатности, лени, злорадства и всего прочего, служащего благодатной почвой

для возникновения роковых последствий. Если Вы сидите за рулем наземного, водного либо воздушного транспортного средства и среди пассажиров находится некто, кто утратил волю к жизни, тогда как Вы сами - *человек с ленточкой, рассчитывающий, что за транспортным средством присматривать будут другие*, то погибаете вы оба, поскольку и Ваша мысль была разрушительной.

Не менее разрушительным является **желание прославиться, чтобы нравиться всем**. Желание это вынуждает отыскивать способы, как сделаться знаменитым и как нравиться людям. Дети уже с самого детства знают, кем они хотят стать, когда вырастут. Как правило, это профессии, ведущие к славе. Если мечты не сбываются - а для большинства не сбываются - человек испытывает неослабное отчаяние от неспособности нравиться. Если на службе это отчаяние изо всех сил скрывается, то, придя домой, человек обрушивает его в виде гнева на домашних, которые оказываются виновными в том, что желание не сбылось. Женский гнев выражается в визге и криках, мужской - в рукоприкладстве и крушении мебели. У обоих супругов есть выход - уйти из такой семьи.

Детям остается выбирать одно из двух:

1. держать все при себе и заболеть. Болеть очень долго и тяжело, пока на подмогу не придет смерть;
2. пропускать все мимо себя и стать бесчувственным, чтобы однажды усмехнуться в лицо орущему, развернуться с тупым безразличием в душе и отправиться куда глаза глядят.

Страшно бывает глядеть на больного ребенка, помочь которому по-настоящему могли бы только его родители, но они не помогают, потому что не признают собственной вины. Но еще страшнее глядеть на физически здорового и при этом совершенно бесчувственного ребенка. Недавно один молодой заключенный сказал мне абсолютно спокойным голосом: *"У меня вообще нет никаких чувств"*. Он не сетовал и не жаловался. *Он не мог чувствовать, так как действительно был бесчувственным*. Он мог часами напролет сидеть, не думая ни о чем, точно святой. Святой в таком состоянии весь сосредоточен на себе, он весь отдается свободному парению духа, ощущению, нирване. Этот молодой человек чувствовал, будто его нет. Это означало полный духовный застой. Благодаря этому заключенному я получила более глубокое представление о бесчувственности, тогда как раньше проблема эта не казалась мне особенно важной. Почему? Потому что проблема эта меня не касалась.

Я сказала: *"У тебя есть все задатки, чтобы быть счастливым. Обрати все в движение. Начни пропускать все через себя, а себя через все, и ты станешь тем, кем являешься на самом деле"*. С минуту он внимательно глядел на меня, взвешивая услышанное, и вдруг в его глазах зажглись живые искорки. Должно быть, он был немало удивлен, обнаружив в себе теплые чувства. Еще секунда, и он уже укрылся за привычной непроницаемой оболочкой самозащиты. Таким его сделали страдания, причина которых - желание

нравиться.

Есть много способов понравиться. В наши дни человеком чаще всего движет **желание нравиться своим трудолюбием**. Стало модным жить во имя работы, во имя трудовой славы и почета. Общественность это приветствует и ставит человека работающего в пример бездельникам. Никому из хороших людей и в голову не приходит, что восхваление трудоголика, присуждение ему почетных званий и награждение его медалями действует на него губительно.

Это все равно что подзуживать человека за рулем, и без того превышающего скорость. Он и так уж закусил удила. Если на первых порах он предъявлял повышенные требования к себе, создавал условия, необходимые ему для работы, то впоследствии такие же требования он предъявляет к другим, чтобы подчеркнуть собственные способности и трудолюбие. Физическая сверхактивность как в спорте, так и в работе оборачивается не чем иным, как духовной пустотой и неудовлетворенностью собой, а также окружающими. Малейшее препятствие на пути расширения возможностей может оказаться роковым.

Если помимо желания нравиться своим трудолюбием человек испытывает **желание нравиться своей пунктуальностью**, он весь напряжен, словно натянутая струна. А если также присутствует **желание нравиться рациональным использованием времени**, его жизнь превращается в трагедию, так как окружающие без конца рушат продуманный по минутам распорядок дня, путая все планы. Если человек желает нравиться обществу, он изливает свою злобу на домашних. Если домашние не желают ссор, они будут ходить в постоянном напряжении по струнке, однако это может не понравиться, ибо без конфликта злобы не изжить. Если человек желает нравиться своей семье, он срывает злобу на посторонних.

Поскольку обществу плохие люди не нравятся, человека быстро ставят на место, и, если он желает выжить, ему приходится себя переделывать. Насколько он заболевает от подобного вынужденного положения, выяснится позже.

Кто желает нравиться, тот хочет, чтобы и ближний нравился ему. Считается естественным, что **если я подлаживаюсь под тебя, то и ты должен подлаживаться под меня. Человек, добровольно ставший рабом, требует от ближнего, чтобы тот в знак благодарности сделался также рабом**. Желаящий нравиться может быть распрекрасным человеком, маскирующим свои устремления мягкостью и уступчивостью. Если мне это по душе, мы можем друг другу нравиться до бесконечности и стать настолько похожими, что нас сочтут близнецами.

Пример из жизни.

В бытность мою гинекологом мне пришлось иметь дело с такими пациентами.

Им казалось, что их никто не любит, и потому друг друга они любили до самозабвения. Семей у них не было. Когда я удалила у одной кисту яичника, подруга окружила больную поистине материнской заботой. Спустя пару месяцев я выявила ту же патологию у нее самой, и она засияла от радости. Она была счастлива оттого, что ее подруге не пришлось страдать больше ее самой.

Я была поражена, поскольку в ту пору еще не разбиралась в подобных вещах. Я только и сумела сказать, что пути Господни неисповедимы, и вырезала кисту.

Я была хорошим врачом, нравящимся обеим пациенткам, но не себе. Почему? Потому что чувствовала, что этот недуг можно было бы излечить иным способом. Поскольку пациентки желали поскорее избавиться от болезни и то же самое диктовал мне медицинский образ мышления, я сделала свою работу, но на душе по сей день осталась заноза. Не будь ее, я бы про этот случай не помнила.

Таким вот образом, вечно обвиняя во всем себя и, как человек хороший, стараясь прожить за других их жизнь, я накопила в душе много хлама и очиститься от него не сумела и по сей день.

Обычно до таких крайностей дело все же не доходит. Кто не добивается своего, тот оскорбляется. Поначалу он сносит обиды молча, а если ближний не выказывает рвения, выплескивает обиды прямо ему в лицо. Тот виноват, поскольку не оценил моих страданий. Наиболее типичны подобные кризисы для взаимоотношений между мужчинами и женщинами. Мне доводилось слышать жалобы женщин: *"Обещал носить на руках, а теперь взгляните, во что он превратился!"* Это еще самая деликатная из реплик. В свою очередь мужья сетуют: *"Обещала быть хорошей женой, да куда там"*. В обоих случаях тот, кто сулит, сбегает от того, кто ждет. Кто сбегает в грязь, кто на небо, кто с причитаниями бежит по земной дороге прочь. Обещать абсолютно невозможное - значит накликают на себя большую беду.

Желание нравиться своей деликатностью, учитыванием чужих нужд, невмешательством в чужие дела подобно коту, ходящему вокруг горячей каши, - его высмеивают, на него не рассчитывают, а потому не приходят к нему на помощь. Такая жизнь тоже приводит к *отчаянию*. Желаящий нравиться чувствует, что *воспитанность и деликатность ни к чему хорошему не приводят*. Другой взял да нахрапом присвоил то, чему я так сильно поклонялся. Так у человека уводят жену либо отнимают мужа, так он лишается прибыльной должности или общественного положения.

Кто **желает нравиться стыдливостью**, тому задним числом становится еще более стыдно. Человек ощущает себя *обманутым*, хотя никакого уговора и не было. Неудивительно, что *ощущение несправедливого к себе отношения рождает желание отомстить*. А теперь подсчитайте, сколько было выше упомянуто тяжелых стрессов, вызываемых желанием нравиться, а ведь речь шла только о *желании нравиться своей деликатностью*.

Дух - это полнейшая удовлетворенность, находящаяся в постоянном движении и развитии.

Когда возникает полнейшая неудовлетворенность, наступает смерть.

Плохо, когда человек погружается в депрессию. Гораздо хуже **сверхактивность**. Каждому человеку следовало бы любить ближних хотя бы настолько, чтобы помешать людям из ближайшего окружения впасть в крайность и сказать: *"Довольно! Пора образумиться, иначе пропадешь"*. Возможно, кто-то назовет Вас из-за этого плохим, но зато Вы спасли человеку жизнь, и когда-нибудь он в этом признается. Он осознает, что желание нравиться превращает человека в шута, на котором возят воду как на работе, так и в часы досуга, как в кабаке, так и в церкви.

Если во время досуга или в кабаке - беда невелика, но если на работе и в церкви - дело худо. Есть такое выражение: *"быть угодным Богу и угождать Богу"*. Смысл ясен и без слов, ведь каждый понимает, что Бог не оценивает своих детей ни по их угодливости, ни по сумме жертвований. Это людская выдумка, порочащая суть Господа.

Еще раз о желании нравиться

Если кто-то, например ребенок, говорит, что он сделал что-то нарочно, его стыдят. Только подумайте - знает, что нельзя, и все-таки сделал, какой бессовестный! В то же время сами мы желаем нравиться, но не считаем это постыдным. Таким образом, **постыдно то, что мы сами считаем постыдным**. Кто живет, доверяя лишь собственным глазам, у того они портятся. Если человек осознает это и преодолевает стыд за подобную жизнь, зрение может восстановиться. Когда человек полагается на все органы чувств и исправляет перекосы, вызванные преобладанием одного из них, все ощущения у него нормализуются.

Желание нравиться всегда корыстно. Человек желает нравиться, чтобы получить то, о чем мечтает: вещь, деньги, подарок, ласку, признание, уважение, работу, общение, дружбу, почет, внимание, заботливость, любовь другого человека, семью, душевный покой, здоровье, услугу.

Желание женщины нравиться мужчинам может быть столь сильным, что все они обходят ее за версту, несмотря на то, что женщина приятна, ухожена, умна, интеллигентна. Желание это вынуждает женщину одеваться в мужском стиле, носить мужскую стрижку, осваивать мужские профессии, работать по-мужски, не жалея сил, искать мужскую компанию либо мужской коллектив, перенимать мужские суждения и отказываться от собственных,

женских. Желание приноровиться к мужскому ритму жизни может даже вызвать нарушение менструального цикла. Если желание нравиться мужчинам возникает внезапно, подчиняя все женские чувства и помыслы, то месячные могут и прекратиться - у мужчин ведь месячных не бывает.

Чрезмерное благоволение к мужчинам, вплоть до неприятия всего женского, оборачивается тем, что женщина лишается сугубо женских органов. Если, несмотря на ухищрения женщины, мужчины не одаривают ее своей благосклонностью, в ней рождается протест против мужской любви. "Хочу" превращается в "не хочу". Протест ведет к тому, что человек замыкается в себе. Энергия любви, не находящая выхода, концентрируется в виде патологии левой груди, и женщина может лишиться груди. Аналогичный протест в отношении соперниц женского пола ведет к поражению правой груди. Соперничество между матерью и дочерью также может стать проблемой, препятствующей любви к мужчине.

Женское желание нравиться мужчинам восходит к *желанию нравиться отцу*. Кто-то желает нравиться отцу, потому что он хороший. Кто-то старается нравиться, чтобы плохой отец стал лучше. Кто-то по той причине, что отцу живется трудно, так пусть ему будет легче по крайней мере благодаря дочери. Аналогия переносится во взаимоотношения с другими мужчинами. Если дочь не желает нравиться отцу, она не желает нравиться другим мужчинам. Причины у всех индивидуальные, в зависимости от особенностей неусвоенных уроков.

Мужское желание нравиться женщинам может быть столь великим, что такой мужчина становится посмешищем в глазах у всех женщин, несмотря на то, что он обладает рядом достоинств, весьма ценимых в мужчинах. Иной холостяк готов бегать за каждой юбкой без разбора. Дарит цветы и дорогие подарки, использует все новые приемы обольщения, но все безуспешно. Желание нравиться вытравило в нем человека, и его тело отвергается женщинами. Детали женского туалета, длинные либо крашенные волосы, украшения и т. п., что выглядит естественно у туземных племен, превращают мужчину в женоподобное существо. Почему? Потому что упор на внешнюю форму имеет совершенно иной смысл. Туземец остается в своем облачении мужчиной, поскольку, надевая юбку, не стремится понравиться женщинам. Он при всех имеющихся условиях остается всегда самим собой.

Мужское желание нравиться женщинам рождается как желание нравиться матери. У мальчика - любимчика матери - попка делается округлой, полнеют ляжки, утолщаются грудные складки. Если он не занимается регулярно спортом, мышцы у него неразработанные. Борода начинает расти с опозданием и скудно. Половые органы имеют меньшие, чем обычно, размеры, и их функция ослаблена. *Явления импотенции начинают проявляться, когда возникает непомерное желание по-особому нравиться женщине.*

Все мы чьи-то дети, и всем нам так или иначе хотелось нравиться родителям, чтобы удержать их возле себя, чтобы их не лишиться, чтобы отбить их у братьев и сестер, чтобы что-то выгадать, чего-то добиться, чтобы получить дополнительные выигрышные очки. Это своекорыстное качество мы унаследовали от родителей, а те, в свою очередь, от своих родителей. Обвинять кого-либо нет смысла. Этим занятием мы губим свои чувства. Вероятно, Вам уже ясно, что жизнь без чувств - это прижизненная смерть.

Желание нравиться превращает человека в искусителя. Легче всего поддаются искушению дети, потому что, будучи прямодушными, они неспособны распознать чужое коварство. Почему дети попадают в руки извращенцев? Потому что их родители, желая нравиться друг другу, а также ребенку, тянутся ко всему приятному и хорошему. Чувство опасности у взрослых притупляется, а уж у детей тем более. Несчастный совращенный ребенок является для всех нас наставником, который учит, что одним хорошим и приятным на свете не проживешь.

Плохого не нужно отрицать, но не следует его и бояться, а с ним нужно считаться.

Кто высвобождает свое желание нравиться, того не соблазнить ничем. К сожалению, вместо того, чтобы высвободить страхи, родители принимают еще больше запугивать детей. Те уже и без того слепы и глухи от страха. При таком воспитании страх неизбежно перерастает в злобу. *Если робкого ребенка запугивают, то на озлобленного ребенка воздействуют болью.* Есть еще один способ уберечь детей - приглядывать за ними. В итоге детям запрещают находиться вне пределов видимости. Воспитатели сменяются охранниками, особенно если родители ребенка - люди состоятельные. *Беспрестанный надзор лишает ребенка возможности быть наедине с собой, а значит, возможности стать человеком.* Лишь находясь в одиночестве, тело способно обнаружить, что оно существует наряду с человеком, и получает возможность общаться со своим вторым "я". Чувство одиночества проходит.

Постоянное присутствие людей усиливает страх оказаться в одиночестве. Ребенку необходимо спать в собственной постели, засыпать в положенное время без посторонних и самостоятельно просыпаться. Убаюкивать ребенка на руках можно лишь в исключительных случаях. Спокойный рассказ на сон грядущий, в котором сон представляется ребенку другом, созвучен детской душе с первых же дней жизни, если во время беременности мать читала сказки. Особенно тогда, когда она их читала как себе, так и плоду. Когда ребенка кладут спать, а он принимается вопить во всю глотку, прогоняя остатки сна, это говорит о том, что он боится оставаться один.

Родительский страх перед одиночеством передается ребенку. Ребенок, который постоянно держится за материнский подол, уже требует общества. Мать боится, что ребенку страшно, и возникает заколдованный круг страхов. **Мать боится, что ребенок боится, и ребенок боится, что мать боится.** Какая ужасающая мешанина страхов!

Жизнь - это не только взаимная привязанность. Дело тоже нужно делать. Страх превращает потребность в желание, и от ребенка *требуют* смелости. Он и становится смелым, чтобы нравиться - сначала родителям, а позже все большему количеству знакомых, вот только страх по мере этого усиливается. Скрытый страх притягивает все то, чего человек боится. Вместо того, чтобы

со страхом относиться к опасностям, следовало бы высвободить энергию опасности, тогда опасность обойдет стороной.

Высвободите также и **желание нравиться званием хорошего родителя**, который заботится о своем ребенке, заранее предусматривает все опасности, никогда не оставляет ребенка одного или на попечение второго родителя. Испуганный родитель, видящий в мире только плохое, прививает ребенку враждебное отношение к миру. Такой ребенок будет считать, что это не он сам упал на камень, а камень ударил его в лицо. Мелкие неурядицы вынуждают родителей усилить меры безопасности, однако жизнь велит человеку интересоваться жизнью. Что одержит верх? Когда как. Вначале одно, потом другое.

Чем сильнее **власть родительских благих желаний**, тем в **большей степени ребенок вырастает инфантильным, неприспособленным к жизни, наивным человеком**, который перестает жить, исходя из собственных потребностей, и живет, считаясь лишь с родительскими желаниями. Его не пускают никуда, где может встретиться плохое, а плохое есть везде. Детский сад можно заменить нянькой. Гораздо труднее заменить школу домашним учителем, но и это возможно.

Следующим обязательным шагом является отказ от создания собственной семьи в угоду любви к родителям, а если ребенок осмеливается проявить интерес к противоположному полу, приговор бывает один: *"Ты не любишь своих родителей!"* Это смертный грех. Благие желания родителей могут быть столь слепы, что ребенка оберегают даже от работы, потому что в ходе работы можно испачкаться, ушибиться, утомиться. Чрезмерно хорошие родители желают видеть свое чадо чистеньким, здоровеньким и бодреньким. Для показухи. Чтобы нравиться всем.

Вы, вероятно, спросите, почему я говорю о вещах, весьма далеких от жизни? Говорю потому, что с подобными проблемами ко мне обращаются очень многие. Их число растет с повышением материального благосостояния, личного или общественного. *Кто не научился двигать конечностями, поскольку живет совершенно беззаботно, того даже крайняя нужда не научит шевелить мозгами.* И то, и другое делают за ребенка хорошие родители. Люди они не обязательно богатые, но в них сидит огромное желание быть для ребенка более хорошими родителями, нежели их собственные или любые другие из их окружения.

Невероятно много развелось людей, которые не то чтобы хвастались собой, но желали бы, чтобы дети были благодарны за то, что мать с отцом все дневное время посвящали их воспитанию, а хозяйственными делами занимались по ночам. Однако дети благодарности не испытывают. Более того, они принимают протестовать, отворачиваются от родителей, уходят из дома прежде, чем у них успевают окрепнуть крылья. Почему? Потому что одной благой заботливости и сюсюканья им недостаточно - они желают выполнять домашние работы вместе с родителями, поскольку им нужно освоить и эту сферу жизни. Кто о своем ребенке говорит, что он не любит трудиться, тот не дает ребенку самому сделать выбор, а выбирает работу за него, причем, разумеется, такую, какая по душе самому родителю. Либо предоставляет ребенку делать то, что по душе самому.

Отчуждение ребенка от труда формируется само собой, когда родители из

благих побуждений выполняют все за ребенка. Родители надеются таким образом обеспечить ребенку светлое будущее. Родители изначально желают, чтобы ребенку жилось легко, а со временем того же будет желать и сам ребенок. К комфорту и праздности тело привыкает быстро, несмотря на то, что у души потребности иные. Покуда работающие родители живы, все как будто в порядке, но когда перед смертью родители заболевают и нуждаются в помощи, ребенок не умеет ее оказать. Чем меньшее состояние наживается ими при жизни, тем больше отчаяния изливается всеми сопричастными. В том, что жизнь скверная, виноваты все, а значит, государство. Жизнь - это Человек. Следовательно, государство виновато в том, что человек плох. Государство - это все граждане страны, включая и самого человека. Таким образом, **человек сам виноват в том, что человек плох.**

Желание нравиться своей добропорядочностью,

сверхтребовательностью и строгостью по сути являет собой желание нравиться тем, что я - плохой родитель. Чем шире круг людей, которым желает нравиться подобный родитель, тем сильнее террор, учиняемый по отношению к ребенку. Ребенок вынужден ходить по струнке. У него нет права голоса. Ему велено делать то, чего ждут от него родители, и запрещено делать то, что родителям неуютно. Люди, которым безразлично, как их именуют окружающие, - главное, чтобы имелись деньги, - заставляют детей работать в поте лица. Кто добивается этого угрозами, кто устанавливает плату за любое телодвижение или за оценку в дневнике. Стоит ребенку получить плохую отметку, как ему сразу запрещается все то, что прежде благосклонно разрешалось.

Люди рассказывают, какой смертельный ужас они испытывали, когда приносили домой отметку, чуть ниже отличной. Их ожидала презрительная ирония матери, либо отца, либо обоих родителей, но хуже всего было молчание, которое словно предупреждало ребенка, что родители от него откажутся - угроза, которой время от времени пугали родители. Отчаянная зубрежка - чтобы только родители не прогнали меня из дому - превращала учебу в заклятого врага, и ребенок учился только для того, чтобы получить аттестат. Высшее образование и то приобреталось в угоду родителям. Такая учеба не развивает умение применять полученные знания на практике. Хорошо, если она приводит к осознанию, что уж я-то не стану губить своих детей подобным образом. Но и это многими родителями забывается, так как желание нравиться окружающим оказывается сильнее личного опыта и сочувствия.

Если Вы относитесь к числу тех, кто оправдывает добропорядочность и строгую требовательность, то у Вас рождаются такие же дети. Чем подобный ребенок старше, тем он невосприимчивее ко всякого рода душевным ценностям. Ему известно, что за все нужно платить, причем он знает точно, что сколько стоит. Взывания к его совести могут только его разозлить. Бескорыстную помощь он будет оказывать только богатым, ибо, по его мнению, именно богатые движут жизнь вперед.

Чрезмерная требовательность может свести ребенка в могилу. Покуда этого не произошло, на всякий приказ ребенок реагирует протестом. Он не делает того, что ему велят, а только то, что ему по душе. Молчаливый протест постепенно может перерасти в открытую агрессивность. Попросишь такого вежливо сделать что-нибудь, а он набрасывается на тебя с кулаками.

Говорят, что у каждого человека в душе жив ребенок. Жив-то он жив, только у одного этот ребенок на воле, а у другого - в заточении. Кому с детства было предоставлено право быть ребенком, играть в игрушки, бегать, лазать и рвать штаны, перелезая через забор, совать всюду свой нос и задавать дурацкие вопросы, участвовать наравне со взрослыми в их делах и трудах и испытывать свою силу и кого после всего не стыдят, не бранят, не наказывают, не укоряют, не призывают стать предметом родительской гордости и пр., у того этот ребенок живет на воле. Кого же с рождения воспитывали по-стариковски вежливым и работающим, у того этот ребенок томится в заточении. Такого человека легко прельстить, и он попадает на крючок.

Неизжитая детская фантазия цепляется за того, кто сулит свершение прекрасных грез. Так увлекают не только девчонок или юнцов, так обольщают состоящих в браке взрослых людей, уводя их от семьи, и те восторженно вздыхают: *"Я впервые в жизни так счастлив!"* Тем самым моментально перечеркиваются брошенный супруг и дети. Иной прельстившийся заявляет бывшему супругу прямо в глаза: *"С тобой я никогда не был счастлив!"* Причем упирает на слово "никогда", чтобы подчеркнуть необыкновенность своего нового счастья.

В таком высказывании неизменно кроется желание отомстить человеку за то, что он в свое время не смог дать мне такого же необыкновенного. Никто из них двоих не прислушивается к своему чувству опасности, которое говорит: то, как ты сейчас поступаешь с ним, скоро сделают тебе. В скором времени кто-то скажет тебе: *"С тобой я никогда не был счастлив!"* Поэтому уже сейчас на всякий случай представьте себе, что сказало бы на это Ваше сердце. Возможно, тогда не появится желание разбивать человеку сердце.

Человека не прельстишь, если у него нет потребности нравиться.

Нельзя растоптать душу человека, если он сохраняет свое "я", т. е. если он - Человек. Большинству людей недостаточно просто нравиться одному человеку, многие изо дня в день пускаются на всевозможные ухищрения, чтобы выгодный товар не уплыл из рук. Это значит, что невероятное множество людей живет без любви, как бы в вынужденном положении, так как лучший вариант им пока не светит.

Если Вам выпала несладкая доля страдать таким образом или если Вы уготавливаете подобные страдания ближнему, то признайте свои заблуждения, не то через некоторое время окажетесь в прямо противоположной ситуации. Уготавливающий страдания превращается в страдальца, поскольку выясняется, что новое счастье и не счастье вовсе, а так, минутная радость, которая в серости будней оборачивается печалью. Страдалец, скрывающий свои слезы, становится оскорбленным мстителем. *Чем человек горделивее, тем сильнее обида и тем яростней слепой гнев.* Чем хуже он обошелся с ближним в недалеком прошлом, тем хуже обходятся теперь с ним самим, и его гнев может оказаться губительным. **Стыд за то, что люди видели мое унижение, убивает.**

В повседневной речи вместо "убить" часто говорят "расправиться", "разделаться". **Оскорбленный человек, раздавленный унижением,**

желает разделаться с обидчиком, поступить с обидчиком так, как тот поступил с ним. Растоптанный человек будет всегда стремиться к мести. Как осуществляется это желание, зависит от степени интеллигентности. Человек неинтеллигентный убивает обидчика и пополняет ряды преступников. Человек высокоинтеллигентный принимается мучить обидчика. В семейных отношениях мучают посредством тех вещей, которые дороги обидчику. Истязаемый должен испытать, сколь плохо бывает, когда лишаешься того, что сердцу мило. Эти вещи - деньги, драгоценности, квартира или иная недвижимость и, естественно, дети. Вещи не мучаются, они разрушаются. Деньги летят на ветер. Недвижимость обесценивается. А дети превращаются в человеческие развалины.

Что бы в жизни ни было, не следует недооценивать прошлого. Иной хороший человек, схоронивший супруга, пышет восторгом, когда о своем вновь обретенном счастье скромненько заявляет: *"Я бы никогда не подумал, что счастье бывает таким"*. Словно он никогда прежде не был счастлив. На что я отвечаю: *"Разве так можно говорить? Ваш супруг сейчас переворачивается в гробу - так ему больно. Неужели Вы не понимаете, насколько Вы несправедливы? Ваша болезнь разве может излечиться? Никто не смеет Вам об этом сказать, потому что все хотят быть **хорошими людьми**, а я скажу, потому что мне нужно быть **человеком**. Можете на меня обижаться. И все же задумайтесь: не я явилась к Вам говорить это, а Вы пришли ко мне со своим вопросом, и я Вам ответила"*.

Хочу нравиться как человек

Нередко в самооправдание говорят: да мне только и нужно, чтобы меня считали за человека. Это есть **желание нравиться как человек**. На это я отвечаю - **кто сам себя не считает человеком, того и все остальные не считают**. Пока не научишься быть человеком, все останется по-старому. Это значит, что *кто желает, чтобы его считали человеком, тому приходится доказывать, что он - человек. А это невозможно, ибо **человек - это духовное существо, невидимая глазу истина, которая доказывает себя сама, если она существует***. Тем не менее это делается сплошь и рядом, словно в доказательство собственной пустоголовости.

Пример из жизни.

Как-то бодрящим осенним утром я прогуливалась по одной из малоллюдных улочек Таллинна. Думала свои думы, занималась, как всегда, своими проблемами и внезапно остановилась. Что-то было явно не так. Оглянувшись, я увидела старого пьянчужку, который спал, свернувшись по-кошачьи калачиком, возле стены дома, в тенечке, с блаженным выражением на лице. Еще совсем недавно такое ужасающее зрелище бросилось бы мне в глаза издали. Я спросила у себя, что же произошло, раз я со спокойной душой могла пройти мимо человека, попавшего в беду. Неужто я стала такой равнодушной? От того, что ответил мне внутренний голос, разум мой смутился: *"А здесь нет никакого человека. Так спят бродячие собаки и кошки, а поскольку ты воспринимаешь их такими, какие они есть, то поступила так"*

же и в данном случае. Человеком можно считать того, кто сам себя считает человеком. Погляди на него и набирайся ума и наставляй других, чтобы с ними не случилось ничего подобного".

То был наиболее безобидный и в общественном смысле наименее опасный вариант превращения человека в животное. Однако не могу не подчеркнуть, что подобный скатившийся на дно человек был все же рожден человеком, и его жизненная дорога начиналась с родителей. *У любящих родителей ребенок не станет животным.* И в жизни этого бездомного наверняка был период, когда он желал доказать, что является человеком, но теперь это желание превратилось в **нежелание доказать, что он человек - стресс, который сделал из человека животное.**

Чем в более юном возрасте у человека пропадает желание доказать, что он человек, потому что все равно никто за человека его не считает, тем раньше человек превращается в животное. Молодое животное активно и сильно, старое - пассивно и устало. Старое для общества не опасно, а молодое опасно. Поэтому обществу, то есть всем нам, хорошим людям, следует подумать об этом. Подумать очень серьезно. Если не ради их самих, то, по крайней мере, ради себя.

Чем раньше мы начинаем думать, тем лучше нам живется. Кто считает ребенка человеком, к тому и ребенок будет относиться с уважением. Кто считает подростка человеком, того и подросток будет считать человеком. Кто способен считать человеком и ребенка, и подростка, тот воспринимает любого живущего на свете прежде всего как человека, и его самого считают человеком.

Как считать человеком того, кто сам себя таковым больше не считает и вытраивает из себя все человеческое? В такой ситуации нужно призвать на помощь разум, этот божественный дар. Когда чувства подводят, на подмогу приходят знания. Мои чувства не распознали человека в этом существе, лишенном человеческого облика. Почему?

А почему мы иной раз говорим: "Ой, а я тебя не узнал!" Внешне знакомый, возможно, изменился незначительно, но я его не узнал, не почувствовал. В отношении кого-то из давнишних знакомых это чувство хорошее, а в отношении кого-то - плохое. Это значит следующее: кто стал уравновешеннее, в отношении того чувство хорошее, кто стал неуравновешеннее, в отношении того чувство плохое, пусть даже он стал симпатичнее, чем когда-либо прежде. Человек, который, старея и меняясь внешне, остается самим собой, не меняется. Его мы узнаем всегда. Он вызывает теплое чувство в душе.

Иной раз человек говорит: "Я и себя-то перестал узнавать". Задумывались ли Вы над тем, что это значит?

Это значит, что у человека *желание делать добро обернулось нежеланием.* В материальном мире есть две возможности: кто не творит добро, тот причиняет зло. Хотя бы только себе лично. Это означает - себе самым непосредственным образом, а другим - косвенно.

1. Превращение активной деятельности в пассивную бездеятельность причиняет вред. В первую очередь самому человеку.
2. Превращение положительной активной деятельности в отрицательную активную деятельность причиняет зло. В первую очередь окружающим.

Если Вы не ощущаете в человеке человека, воспринимайте его как животное, но знайте, что и у животного есть душа и к нему тоже нужно относиться уважительно. Кто первым вбегает в открытую дверь? Собака или Вы? Конечно, собака. Ведь Вас это не злит, если Вы ее любите. Она вбегает первой, первой бухается на диван и ждет Вас там, сияя глазами и помахивая хвостом, - есть от чего рассмеяться. Что с того, что диван испачкан грязными лапами. Если бы мы для начала относились так же к людям, которые не умеют быть людьми, поскольку с детства им не была *дана* возможность проявить себя человеком, то они распознали бы в себе человека. Иначе и быть не может. Другое дело, что видимое преобразование произойдет не по мановению волшебной палочки.

Это не означает того, что Вам теперь следует жить по законам звериного царства и позволять садиться себе на шею тем, кто не умеет быть людьми. Если обучить такого человека хорошим манерам, но по-дружески, как обучают собаку, то в следующий раз он уже не полезет на диван в грязной обуви. Невоспитанные люди быстро усваивают хорошие манеры, если это необходимо. Они благодарны за обучение. Если Вы, стиснув зубы, вынуждаете себя к дружескому обхождению и полагаете, что дикарь не понимает Вашего состояния, то Вы заблуждаетесь.

Если Вы ждете того, чтобы он изменился первым, то фактически ждете, чтобы кто-то перевоспитал его для Вас. Это означает, что Вы ждете, чтобы Вас считал человеком тот, кто человеком пока еще не является. А это означает, что Вы одновременно являетесь пленником страха и его стражником, выступая попеременно то в одной, то в другой роли, пока чаша терпения не переполнится, и тогда без посторонней помощи не обойтись.

1. Пленник желает, чтобы его считали человеком, но стражник не считает его человеком. Почему? Потому что он желает, чтобы его работа ценилась выше.
2. Стражник тоже желает, чтобы его считали человеком, однако начальство не считает. Потому что начальство желает еще более высокой оплаты за свою работу.
3. Начальнику еще в большей степени хочется, чтобы его считали человеком, так как занимает высокую должность, но правительство не считает его человеком. Ибо правительство желает ощущать уверенность в безопасности.
4. Каждый министр вправе требовать уважительного к себе отношения, когда уже не в силах молчать: "*Разве у меня нет права быть человеком!*" Потому что он желает обрести покой. Однако народ не считает министров людьми, потому что все они все время желают урвать для себя побольше.
5. Очередь доходит до *президента*. Если и он требует для себя того же, то мы прямоком упираемся в тюремную камеру. Хвост наружу, клюв завяз, и так, пока не явится избавитель. Кто именно? При таких желаниях единственным избавителем станет смерть. Как в личном, так и в

общественном смысле результатом будет круглый ноль.

Если кто-то испытывает желание нравиться тем, что он считает окружающих людьми, то его используют самым немилосердным образом. Это желание на деле является желанием упредить несправедливость. Речь идет о молчаливом выдвигании условий: я считаю тебя человеком, так уж и ты считай меня человеком. *Сам считает пленника пленником и желает, чтобы пленник считал его ровней.* Пленник так и делает. Он злоупотребляет тем, что добрый стражник желает ему нравиться, и в лучшем случае совершает побег. Стражник объявляется преступником и попадает под трибунал. В худшем случае пленник убивает стражника. Кто высвобождает свои желания, у того подсознание оживает и позволяет быть человеком в той мере, в какой это допускается противной стороной. Препоны будут существовать до тех пор, пока общество - все мы - не будет готово к полному освобождению пленников.

Поскольку в заключенном обществе видит исключительно преступника, небезопасно освобождать даже того, кто отсидел свой срок, не говоря уже об амнистии. **Освоившийся заключенный**, которому тюрьма не помогла стать человеком, **может вновь оказаться за решеткой, столкнувшись на воле с одним из животных, считающим себя человеком.** Отсюда и мнение, будто заключенные и не люди вовсе. Причем разделяющие это мнение по сути правы: человек - духовное создание, которому не место в тюрьме. В тюрьму попадают лишь те, у кого еще задолго до этого душа оказалась в плену у стрессов.

Природой так заведено, что **незримое содержание определяет видимую форму**, то есть существенное определяет менее существенное. Если человек одержим желанием доказать, что он человек, то он не понимает, что существенно и что несущественно. Для него важнее всего доказать, что он прекрасный человек. В итоге человек низводит себя до уровня тела и принимается демонстрировать свои физические данные.

Желание доказать, что я человек, сводится к желанию доказать, что я совершенно особенная женщина или особенный мужчина. В качестве доказательства необходимо демонстрировать гениталии, а женщине также и грудь, что и происходит все чаще и чаще. Спортивные состязания на этом поприще свидетельствуют об удивительной находчивости. Демонстрировать можно лишь *вторичные половые признаки. Первичные же, т. е. самые весомые аргументы*, природа запрятала в глубь тела, подальше от посторонних взглядов, словно говоря, что этого показывать никому не следует. Умный человек с этим не мирится. Ему не удается доказать, что он является царем природы. Посему он и начинает демонстрировать свои первичные половые признаки. **Обнажение превращается в демонстрацию.** *Желание подчеркнуть превращается в показ. Желание оборачивается действием.*

"Возможно ли демонстрировать органы, которые запрятаны в теле?" - спросите Вы. Ведь никому, кроме врачей, не дано увидеть женские яичники и

матку, как не дано увидеть мужские семенные протоки и предстательную железу. Все верно, но об их наличии говорит их деятельность, функция. Желание доказать, что я - мужчина, прибавляет мужчине гордости, если он оприходует как можно больше женщин. Если поначалу важно количество, то впоследствии - качество. Великая гордыня не позволяет унизиться до уличной девки - ему подавай принцессу либо королеву, богатую либо знаменитую, красивую либо удачливую. Гордыня истребляет способность мыслить, и в итоге умнейший и известнейший человек может оказаться в ситуации, когда все с помощью средств массовой информации начинают копаться в его анатомии и физиологии. А там недолго и вывод: а мужчина-то он так себе.

Мужчина является творцом материального уровня, поэтому его любовные похождения более естественны, чем такое же поведение со стороны женщины. Почему все мужчины ходят по бабам? Если мужчина неспособен обрести себя, т. е. найти в себе человека, он надеется найти его посредством женщины.

Мужчина стремится вернуться туда, откуда он вышел - в женское лоно. У кого плохи дела, тому хочется вернуться в изначальное состояние. Это желание рождено надеждой, что отныне все пойдет как надо. В своих поисках он может дойти до того, что искать-то уже нечем - возникла импотенция. Теперь он уже готов отдать что угодно, только бы раздобыть средства, повышающие потенцию. Где деньги, там и товар. Раз! И изобретены соответствующие лекарства. Изобретены-то они изобретены, но никто не задумывался над тем, чем это чревато.

Это все равно что за собственные деньги купить себе плетку, тогда как человеку всего-то и нужно, что отдохнуть и побыть наедине с собой, чтобы уяснить проблему. Тот самообман, который сочиняется ради секундного восстановления одной функции, наносит вред тому месту, где возникла эта благая мысль, - мозгу. Участвовавшие заболевания головного мозга, поражающие умных мужчин, указывают на то, что умные мужчины занимаются сексом не из любви, а из чувства долга. **Желание доказать, что я - умный человек, разрушает мозг.** Доказывается всегда обратное.

Так желание нравиться у рассудочного человека все чаще превращается в обязанность нравиться. Человек натягивает на себя фальшивую личину, оправдываясь тем, что иначе нельзя, что ситуация безвыходная. Он не сознает, что проблема разрешилась бы, высвободи он от всей души свое желание нравиться.

О том, как губят себя

Чтобы понять, почему желание нравиться губительно для человека, следует разобраться, кто такой человек.

Задавались ли Вы когда-нибудь вопросом: "Кто я такой вообще"? Вероятно, нет. Если кто-то когда-то и задавал Вам такой вопрос, Вы наверняка испытывали желание ответить иронически: "Я человек, не видишь, что ли?"

Обычно же так не спрашивают. Вопрос формулируется таким образом, что собеседник в ответ называет свое имя, возраст, должность, место работы. В том, что собеседник является человеком, сомнений не возникает. Я же, как видите, готова усомниться.

Человек - это воплощение духа, который является на свет, чтобы усвоить уроки материального уровня. Он переходит из одной жизни в следующую со знанием того, что на пути восхождения на более высокий уровень развития нельзя перескакивать через ступеньки. Ему известно, что лучше всего постигается то, что подобно тебе, поэтому материальность необходимо постигать, находясь в материальном теле. Так духовное начало выбирает себе материальное тело, выбирает в качестве друга на срок пребывания в материальном мире и с этим другом сообща проделывает определенную часть пути по дороге своей судьбы.

Дух есть чувство, душа есть знание.

Дух выбирает местоположение жизненных уроков, душа выбирает средства познания.

Духовное существо знает, какие трудности ожидают его на этом свете и, тем не менее, **приходит, чтобы их усвоить**. От знаний проку мало, если они не усваиваются. Усвоенные знания оседают в сознании, и их используют для созидания материального уровня. Разум, который действует одинаковым образом как в духовной, так и физической плоскости, являет собой житейскую мудрость.

Вопрос: Что означает духовная сущность? Можно ли ее лицезреть?

Ответ: Можно, если смотреть сердцем. Сейчас я его опишу. Представьте себе точку, из которой исходят в разных направлениях энергетические волны. Они бесконечны. **Таков и ты, человек, он же духовное существо.**

Вопрос: Есть ли у Вас начало или конец? Нет. Есть только средоточие. Есть ли начало или конец у жизни? У неба? У Бога?

Ответ: Нет. Ведь все это одна и та же энергия. Различаются лишь названия, в зависимости от того, под каким углом их рассматривать. Вдумайтесь: **"Я безграничен, жизнь безгранична, Бог безграничен. Средоточие моей жизни заключено во мне, а я со своим средоточием - в них. Короче говоря: во мне есть все, и я есть во всем"**. Мы были бы в состоянии видеть это сердцем, слышать сердцем, обонять, пробовать на вкус и осязать сердцем, а значит, ощущать, если бы не ограничивали себя из-за страхов. Мы оскорбляемся, если кто-то говорит о нас: "Ограниченный человек!" Да, мы ограничены, давайте в этом сознаемся, и мы станем тогда менее ограниченными. Ограниченность и неограниченность есть в каждом человеке.

Ограниченный человек подвержен болезням. Почему?

Вспомните, как Вас наставляли с детства, когда какое-то дело у Вас не получалось? Скорее всего, Вам говорили: "**Напрягись!**" Что Вы и делали. И продолжаете делать до сих пор, несмотря на то, что толку от этого все меньше и меньше. Что же это означает? А то, что мы живем во власти страхов и автоматически делаем то, что делает страх: *вызывает напряженность, укорачивает, сжимает, вызывает оцепенение, лишает гибкости*. Как только что-то нами совершено, мы тут же принимаемся это оценивать, т. е. истреблять.

Все, что ограничено, поддается оценке. Все, что неограниченно, оценке не поддается.

Запомните: всякий раз, когда Вы произносите "я", "сам" или "человек", в действие приходит энергия духовного существа. Вообразите себе духовное существо и что с ним происходит, когда Вы напрягаете все свои силы. Вы берете его, как если бы взяли бесконечное небо, и начинаете спрессовывать в середине. Мобилизуете и концентрируете его, чтобы оно ужалось, точь-в-точь как ужимается колбасный фарш, загоняемый в оболочку. На это уходит время и силы - много времени и много сил - и наконец желаемое достигается. Начинаете живо заталкивать его внутрь себя и, надо же, ощущаете, что консистенция жидковата. Дело-то по-прежнему не двигается. Тогда Вы принимаетесь укорять себя, либо кто-то из окружающих говорит Вам: "*Возьми себя в руки!*" Вы так и делаете. Сосредотачиваете всю свою силу и умение в руках до тех пор, пока руки не сожмутся в кулаки из-за страха, что желаемое не достигнется. Далее Вы идете и дубасите кулаками того, кто, по Вашему мнению, виноват. А, может, и не дубасите, поскольку в предыдущих жизнях достаточно надубасились и были биты сами и чувствуете, что так дела не делаются.

Как Вы поступите теперь? А как поступает испуганный человек? Он способен мыслить лишь в одном направлении. Это значит, что он напрягается еще больше, сжимает кулаки еще сильнее, отчего заключенная в них энергия уплотняется до такой степени, что возникает очаг болезни.

Ткани человеческого тела невозможно сжать до плотности, превышающей плотность тяжелых металлов, потому что прежде, чем такое состояние наступает, тело человека отправляется к праотцам. Теперь душа получает возможность сделать выводы из ошибок прошедшей жизни и строить планы на будущую жизнь.

Таким образом, когда человек **напрягается, мобилизуется, концентрируется**, он поступает **неверно**. А как следовало бы?

Пример из жизни.

Иду я как-то днем по улице и вижу стайку мальчишек, шумно занятых какими-то своими делами. Издалека видно, что один из них, тот, что с умным лицом, недавно плакал. Кто его обидел? Остальные по виду миролюбивы.

Как Вы думаете, где человека больше всего привечают и больше всего страшат? Конечно же, дома. До меня долетают слова жожака, который по-дружески советует: "*Да ладно, не бери в голову, ерунда все это!*"

Я рассмеялась про себя, так как уже давно не слышала такого по-житейски мудрого наставления. Как было бы здорово, если бы рассудительность этого мужичка не оказалась бы задвинутой в угол за порванные им штаны, если бы умные люди не смогли заставить его напрягаться и брать себя в руки.

Представьте себе, что Вы, весь такой *собранный и напряженный*, расслабляетесь, т. е. даете свободу. Вы же растечетесь во все стороны, подобно небу. Неусвоенные житейские уроки подобны небесным тучам - столь же ограниченным, как и Ваши страхи. Поглядите, у тучи есть такое же средоточие, как и у Вас - духовного существа. Попробуйте совместить собственное средоточие с средоточием тучи-проблемы, то есть **сосредоточиться**. Сразу это может и не получиться.

Если Вы знаете, что *нужно* сосредоточиться, то между этими двумя точками образуется прямая линия, и, сосредоточившись, Вы сможете сделать шаг в сторону второго центрального пункта. Если Вы прислушаетесь к своим ощущениям и поразмыслите, окажется, что кое-что проясняется. В следующий день сосредоточьтесь снова, и что-то станет еще ясней. Теперь, возможно, потребуется несколько дней или даже недель, чтобы осмыслить полученную информацию - настолько она объемна.

Сосредотачиваясь все более целенаправленно, Вы достигаете сердцевины первой проблемы и ощущаете, словно там порвалась некая петля. Это первичная энергия, вызвавшая проблему, которая стала распарываться благодаря исключительно человеческому свойству сосредотачиваться и распутала всю оставшуюся проблему. Распутала сама. От Вас ничего больше не потребовалось. Вы и так уже совершили поступок, достойный человека. Теперь будет гораздо легче сосредоточиться на следующей проблеме.

Животное умеет напрячься и напасть на предполагаемого противника, а там будь что будет. **Поступком, достойным человеческой рассудительности, является сосредоточивание**, при помощи которого можно решить все проблемы человека, и небесные, и земные.

Каждый человек способен сосредотачиваться, хотя многие, даже не попытавшись, жалуются на то, что у них не получается. Чем сильнее страхи, тем больше Вы спешите и тем действительно труднее это удастся. Если Вы не обладаете настойчивостью, то и не стараетесь. Высвободите страхи и попытайтесь медленно и спокойно сосредоточиться. Сосредотачивайтесь

осознанно. Произносите мысленно: "Я отпускаю страх на волю. Он уходит. Теперь я сосредотачиваюсь. Что-то не получается. Попытаюсь снова. Уже немного лучше". Сами подберите слова для разговора с собой. Убедитесь в том, что тело не напряжено, иначе это будет самообманом. Расслабьтесь. Сосредоточьтесь снова. Как гласит пословица, вода камень точит. Не сомневайтесь, так оно и есть.

Вы можете возразить, что это утопия и что сосредоточенность не сделает за Вас предстоящей тяжелой работы. Верно, не сделает, зато Вы получите подкрепление. Являются помощники со стороны. Они явятся сами без Вашего зова. Они явятся, ибо нуждаются в этом уроке. Вы же, в свою очередь, станете оказывать помощь кому-то третьему, потому что для своего развития Вам потребно сосредоточиться на выполнении его работы. Духовное единение людей на том и строится, что каждый делает то, что способствует его развитию, и в итоге все, что нужно, оказывается сделанным. Никто не пересчитывает на деньги, сколько стоит моя работа и сколько ты мне теперь должен, а радуется тому, что смог что-то сделать соответственно своим способностям - смог быть человеком.

Умный сосредотачивается, чтобы помочь тому, кто поглупее, а кто поглупее, сосредотачивается, чтобы помочь тому, кто поумнее, - есть много всего, чего не умеют умные, но зато умеют глупые. Оба довольны собой и друг другом. Так мы все и живем, вот только *отношение* прямо противоположно потребности. Благодарим друг друга в глаза и платим деньги за сделанную работу, а за глаза высмеиваем друг друга за глупость и неумение. В результате люди зарабатывают стрессы. Таким образом, когда Вы высвобождаете стрессы, Вы делаете ту же работу, но относитесь к работе с любовью, умеете сосредоточиться и испытываете счастье оттого, что умеете делать то, что умеете, и благодарите небо за то, что кто-то умеет делать то, чему Вы пока не научились.

Подсознательно способен сосредоточиться каждый человек. Как это распознать? Например, Вы приходите к человеку побеседовать и еще до начала разговора неожиданно для себя спрашиваете: "*Ты здесь?*", хотя и видите, что он на месте. Если тот Вас не замечает, значит, его там нет. Он на чем-то сосредоточен и отсутствует духом. Поскольку душа у него на месте, это позволяет ему заниматься любым физическим трудом, в том числе высококвалифицированным.

Первейшему средству общения - сердцу - про это известно, потому и слетели с Ваших уст эти слова. Может случиться, что человек обращает к Вам свой взор, и по его глазам видно, что он не понял, о чем речь. Это значит, что обученное вежливым манерам тело действует автоматически, куда на место не вернется дух. Вам тоже могут задать этот вопрос, и Вы удивляетесь: "*Я же здесь, к чему этот вопрос?*", а возможно, даже обижаетесь.

Иному делается не по себе, и он начинает тормозить ближнего: "*Что с тобой?*" С ним все в порядке - он всего лишь сосредоточен на самом важном - на совершенствовании себя как человека. Большинство людей способно сосредотачиваться лишь наедине с собой, мало кому удается это делать в сколь угодно большой и шумной компании. Кто такой способностью не обладает, тот может запаниковать при виде сосредоточившегося человека.

В повседневном обиходе слово "сосредоточивание" употребляется редко. О

сосредоточившемся человеке обычно говорят: "*глубоко погруженный в свои мысли*". Научитесь правильно употреблять это словосочетание, тогда Вы сможете беспрепятственно дать ближнему, например школьнику, добрый совет: "*Сосредоточься. Постарайся определить суть задания!*" И тот его определит, если Вы нервно не будете его подгонять. А если Вы вдобавок объясните ему, что его мозг устал от перенапряжения, что хорошо бы немного отвлечься, побегать-попрыгать и лишь потом сосредоточиться вновь на учебе, то Вы поможете ребенку по-настоящему. После этого учеба пойдет как по маслу.

Внешний вид сосредоточившегося человека сопоставим с внешним видом и поведением душевнобольного. У обоих средоточие духа в данный момент находится за пределами тела и души. Чем более возвышенна и более далека проблема, на которой человек сосредотачивается, тем выше и тем дальше находится его дух. Различие состоит лишь в том, что у душевнобольного дух прячется подальше от испуганной души, дабы избежать собственной гибели, и в этой жизни может уже не вернуться. У сосредоточившегося человека дух отлучается добровольно и возвращается соответственно потребности.

Желание быть человеком, а значит, иметь все самое лучшее, сводит человека с ума.

Потребность быть человеком, а значит, отдавать самое лучшее, делает человека философом.

По форме они похожи, но по содержанию разительно отличаются. Содержание выражается в действии: *философ рассуждает, душевнобольной умничает*. Все мы в некоторой степени философы и в некоторой - душевнобольные. К сожалению, чаша весов сильно кренится в сторону душевнобольных. ***Философия начинается со средоточия, тогда как душевная болезнь средоточием завершается.***

Философия может взмыть на такую высоту, что устремляется в заоблачную высь, и то, что недопонято современниками, остается освоить грядущим поколениям. Умничанье душевнобольного хоть и способно кружить на высоте небоскреба, но взмыть оно не может, поскольку корнями вросло в землю.

Подведем итоги:

А. Сконцентрированность повышает целеустремленность, а та, в свою очередь, способность сконцентрироваться. В результате получается *индивидуальное развитие в замкнутом круге*, т. е. в материальной плоскости, следствием чего является болезнь.

Б. Сосредоточение формирует целенаправленность, а целенаправленность развивает способность сосредотачиваться. В результате мы имеем *общее развитие, которое повышает как духовный, так и материальный уровень и дематериализует болезни*.

Когда мы научаемся воспринимать себя как жизнь и как Бога, границы неизведанного отступают, и ограниченные представления о себе, жизни и Боге обретают новые, более широкие масштабы. Лишь с достижением известной зрелости мы осознаем, что человек, жизнь и Бог - это фактически одно и то же. Духовный человек подобен безграничному небу, а человек физический подобен земному шару на этом небе. Небо может существовать и без Земли, но Земля не может обойтись без неба. Человек, который в данный момент уравновешен, способен видеть дух, потому что смотрит в этот момент сердцем.

Испуганный человек, к сожалению, видит то, что желает видеть. От увиденного мне стало ясно, почему восточная философия утверждает, что человек есть Бог. Христиане это не приемлют, поскольку христианством Бог выведен за пределы человека. Вернее, поставлен над человеком. Желание доказать свою правоту вынуждает человека пространно говорить о своей вере. Ему невдомек, что тому, кто много о чем-то говорит, именно этого отчаянно недостает. Кто верит, тот не разглагольствует о вере. Он верит.

С уст слетает то, что томит душу.

В уста отправляется то, что душе потребно.

Кто не способен общаться сердцем, тот пусть общается по крайней мере устами, тогда на сердце станет легче. Кто держит рот на замке либо думает одно, а говорит другое, тому на сердце ложится тяжкое бремя. У кого сердце отказывает раньше, у того это бремя образовалось быстрее.

У человека, здорового духовно и физически, центры духа, души и тела расположены настолько близко друг от друга, что в минуты полного душевного покоя могут даже объединяться один в другом. Где расположена эта точка? Если Вы ждете от меня ответа, спросите у себя: "*С чего начинается жизнь?*" С любви, не так ли? Значит, эта точка находится в сердце.

Проблемой для многих является ощущение, будто они находятся где-то в ином месте. На это можно сказать следующее: что для одного человека счастье, для другого - несчастье. Распознавание самого себя и одновременно отношение к себе как к телу действительно вызывает **ощущение раздвоенности**, способное довести до отчаяния. Возникает вопрос, который из двоих настоящий "я"? Иной утверждает, будто ощущает рядом с собой чье-то присутствие и постоянную слезку. Это рождает чувство ужаса. Ощущение это мне знакомо, но мне этот загадочный некто с детства придает смелость и чувство защищенности, тогда как Вас оно страшит. Следовательно, это - Ваша проблема.

Пример из жизни.

Ко мне обратилась женщина, крайне озабоченная тем, что ни одно из

прописанных психиатрами средств не в состоянии унять ее страхи. Она ощущала, что кто-то постоянно за ней наблюдает. На людях было еще ничего, но наедине с собой у нее возникало чувство ужаса. Как знать, вдруг этому страшному, неизвестно откуда взявшемуся существу придет в голову на нее напасть, а рядом никого, способного ее защитить. Она не могла доказать, что причина ее страхов - неведомый преследователь, так как собственными глазами его не видела. Когда я спросила, каким образом она ощущает чужое присутствие, женщина не могла объяснить. Я подсказала, что она видит сердцем, и женщина тут же согласилась. Способность видеть сердцем не была воспринята ею как счастливый дар. Лишь когда я сказала, что вижу то же самое, что и она, у нее вырвался вздох облегчения - наконец-то нашелся человек, который не считает ее сумасшедшей!

"А теперь взгляните влево", - сказала я. Обративши взор туда, она застыла и сделалась мертвенно-бледной. Все ясно - там тоже был кто-то. Затем по моему совету она взглянула вверх и под ноги, и лицо ее исказилось. "Ну что, со всех сторон окружены?" - спросила я. Шутка шуткой, но если **сверхтребовательный человек не понимает шуток, значит, дело серьезное**. Кого же увидела эта женщина? Она увидела себя - духовное существо, т. е. человека. А поскольку, как и все мы, она воспринимала себя в форме собственного тела, то и не узнала себя другую. Если я теперь спрошу у Вас: "От чего люди сходят с ума?", то Вы, вероятно, согласитесь, что с ума сходят оттого, что видят себя в истинном свете, т. е. видят истину. Особенно в том случае, если желают видеть себя исключительно в положительном освещении.

Представьте себе, что Вы - бесконечное Небо, посреди которого находится Земля с ее атмосферой. Человек и есть это Небо, способное созерцать Землю, т. е. свое тело, со всех сторон - слева и справа, сверху и снизу, спереди и сзади, а также под любым иным углом, не поворачивая при этом головы. Если Вы ощущаете, будто кто-то идет рядом с Вами, взгляните в другую сторону - он и там тоже. Поглядите вверх, вниз, вперед, назад или в какую угодно сторону, только глядите сердцем, ибо глазами Вы его не увидите. Он повсюду, как и Небо. Покуда Вас одолевают страхи, Вы будете считать себя только телом, подобно Земле, глядящей на Небо и желающей доказать, что солнце, луна и звезды обязаны вращаться вокруг нее.

Когда страхи высвобождены, Вы ощущаете себя Небом, смотрящим на Землю. Небо есть дух, т. е. полное спокойствие, который хоть и наблюдает со стороны за делами души и тела, однако не применяет к ним ни силы, ни власти, когда те начинают шалить не в меру и их следовало бы урезонить. Дух указывает путь, но не делает за других их работу. Он предоставляет наиболее благоприятную возможность, но не навязывает ее.

Душа подобна земной атмосфере, которую Земля, как и тело, вдыхает и выдыхает. Она является частью Неба, т. е. духа, соединяющей дух с телом. Чем больше разрастаются желания тела, тем больше оно копит все в себе, пока накопленное не вытесняет воздух, т. е. душу. Душа отходит, тело превращается в прах. Средоточие духа и души перемещается в другое место, чтобы обсудить произошедшее и, если надо, когда-нибудь снова вернуться на Землю.

Размеры тела ограничены, размеры души переменчивы, дух же

безграничен. Если средоточие духа и души расположено в пределах физического сердца, человек здоров, поскольку амплитуда колебаний житейских уроков незначительна. Это не означает, что **учиться нечему**. Это означает, что он **учится на малом**.

Душа подобна атмосфере Земли, которая является частью Неба, т. е. духа, однако принадлежит Земле, если Земля имеется в наличии. Она соединяет Землю с Небом, тогда как Небо с Землей и без того едины. Душа учит Землю считать Небо реальностью, т. е. сущностью. Кто первичным считает духовность, тот признает единство Земли и Неба и тому легко дышится. Ему легче высвободить страхи. Кто несокрушимо верит в первичность Земли, тому его душа должна показать, что может случиться, если не будет Неба, - у человека затрудняется дыхание. Все болезни дыхательных путей доказывают ошибочность подобных представлений.

Человек столь велик, сколь позволяет ему страх.

Таким образом, величина человека зависит от страхов. Чем страхи сильнее, тем больше человек замурован в стену своих страхов, подобно воздуху, нагнетаемому в камеру футбольного мяча. По мере высвобождения страхов футбольный мяч увеличивается в размерах, и его оболочка делается тоньше. Вряд ли кому захочется ударить по нему ногой.

Чем ближе величина человека к величине неба, тем меньше у него причин бояться чужой агрессивности. Чем человек меньше, тем его легче вывести из себя. **Вывести из себя можно того, у кого один из стрессов перерос его самого.** Например, если гордость переросла человека и не умещается внутри, его именуют гордецом. Кого перерос эгоизм, того называют эгоистом. И попробуй потом избавиться от этого ярлыка.

Развитие человека, духовного существа, являет собой расширение его центра, превращение его в источник излучения. Развиваться можно двояко.

1. Путем исправления умонастроения. Назовем его путем

высвобождения страхов. Чем больше страхов высвобождается, тем дальше отступает завеса темноты, не позволяющая видеть целое. Делать это нужно шаг за шагом, как если бы шел по лестнице, потому что всякое новое знание требует творческой реализации. Высвобождение страха символически сопоставимо с вертикальным подъемом по винтовой лестнице.

Привыкание к новому качеству энергий и использование их на практике подобно движению по лестнице в горизонтальной плоскости. Для этого необходимо время. Если первейшее значение Вы придаете улучшению умонастроения, Вам ни к чему опасаться спешки. Даже в том случае, когда идущие рядом в панике убыстряют бег. С уменьшением страхов уменьшаются и другие стрессы. Вы приобретаете способность долго и терпеливо ждать, становитесь терпеливым человеком.

Долгое терпение - короткий путь.

2. Путем накопления личного опыта. Это путь освобождения от страхов. Этим путем идет западный мир. Нам свойственно сначала делать и затем лишь думать, хотя нам кажется, что мы обдумываем заранее. Думать умом и значит производить действие. Делать с головой. Рассудительно мыслящий человек размышляет, нужно ли то, что придумал ум, или нет. И лишь затем берется за дело. Накопление опыта воспринимается нами единственно верным принципом.

Наша жизнь напоминает научную лабораторию механики, химии, физики или микробиологии, где проводится *убийственное* множество опытов, чтобы сделать вывод, удовлетворителен результат или нет. У кого перестают дрожать руки, тот доказывает, что верен его результат.

Мы верим и живем в таком духе, пока сама жизнь не докажет, стоит верить или не стоит. Методом проб и ошибок мы изучаем все одно и то же - спереди и сзади, сверху и снизу, с одного боку и с другого, ***пока не перестаем его бояться.***

Как видите, вместо того, чтобы сосредоточиться на цели и высвободить страх, мы всю жизнь мечемся, а может, и не одну, прежде чем нам удастся чуточку раскрыться, чуточку улучшить себя как человека. Выбирая путь опыта, мы усиливаем стрессы и страдания и не верим, что можно иначе.

Нетерпеливость - длинный путь.

Мы являемся одновременно как учениками, так и наставниками. Выступая в роли наставника, мы желаем, чтобы ученики выполняли то, что велит наставник. Ученику не нравится, когда его учат. Он предпочел бы, чтобы учитель сам выполнил за него задание. Его разум не желает понимать того, что наставник не может прожить жизнь за ученика. Так, внутри каждого человека происходит борьба между наставником и учеником, между тем, что нравится и что не нравится. Высвобождая желания и нежелания, человек перестает думать о том, что ему нравится, а что нет. Просыпается интерес к жизни. Если и учеба, и обучение вызывают интерес, то и жизнь ладится.

О душевном покое и согласии

Живете ли Вы в согласии, ощущаете ли душевный покой? Если Вы с ходу отвечаете "да", то я спрошу Вас: "*Здоровы ли Вы? Все ли в семье здоровы?*" Если нет, значит, Вы слукавили. Постарайтесь понять, что именно Вы испытываете - душевное спокойствие или душевный покой. Постарайтесь ощутить различие между ними.

Когда есть душевный покой, есть и согласие.

Когда есть согласие, душевного покоя может и не быть.

Приятно глядеть на людей, живущих во имя согласия, но жить во имя согласия - трудно. Чем дольше человек - *ради спокойствия в семье или в коллективе* - пренебрегает собственными потребностями, откладывает их на будущее, подавляет в себе либо истребляет, тем тяжелее на душе.

Кому дорога жизнь, тот в критический момент встает на дыбы и сбрасывает с себя бремя.

Кто превращает согласие в цель жизни, тот во имя этого и умирает.

Впоследствии люди вспоминают о нем как об исключительно приятном человеке, который жил, озаряя своими лучами все вокруг. Поскольку о покойном принято говорить только хорошее, много о нем и не говорят. На деле же не о чем и говорить - что можно сказать о человеке, принесшем себя в жертву? **Страх перед размолвками, конфликтами, ссорами вынуждает человека жить в согласии.**

Кто старается, у того получается, и, добившись своего, он, возможно, даже доволен таким положением дел. До поры до времени, пока не возникает иное желание. Желая найти близких по духу людей, человек подыскивает для себя *занятия по интересам*, которые успокаивают его душу. Человек, который находит себя в деле, испытывает полное удовлетворение. Занимаясь любимым делом, человек встречает в своем окружении другого человека, который ему нравится, и они создают славную семью. Согласие в такой семье сохранять нетрудно. Такая жизнь нравится им самим и всем, кто с ними соприкасается. Согласие родителей передается также их детям, и в результате получается образцовая семья. Свою семью они любят, и им нравится приходить домой. Друг с другом они говорят о приятных вещах, а неприятные замалчиваются. Неприятное ими избегается либо преподносится по возможности в приятном свете. Живя душа в душу, супруги затушевывают возникающие разногласия, дабы избежать неприятностей. Подобная идиллия длится тем дольше, чем больше муж с женой способны предвидеть наперед те опасности, на которые способны прельститься их дети.

Подавая во всем лишь положительный пример, не отлучаясь от детей ни на минуту, незаметно формируя детей по своему подобию, муж с женой могут жить спокойно, пока дети не становятся взрослыми. Указывая детям на все то плохое, что происходит вокруг, и объясняя, сколь необходимо его избегать, дабы не вызывать общественного осуждения, родители тихо и незаметно подавляют малейшие ростки домашнего бунта. Никто из окружающих не может сказать, что эти дети - неприспособленные к жизни белоручки. Наоборот, они умеют делать все то, что делают родители. Все их хвалят, и сама семья **застенчиво гордится** собой.

Если болезни, частенько посещающие эту семью, не заставляют родителей задуматься, то ребенок, впервые отлучившийся из дома на чуть более длительный срок и попавший в чужую среду, может преподнести им неприятный сюрприз. Чем некрасивее поступок им совершается, тем быстрее

это долетает до родительских ушей. Известие об уголовном преступлении прилетает с быстротой молнии и потрясает до основания. Если же речь идет о том, что ребенок ведет себя недостойно, курит, хулиганит по пьянке, ведет аморальный образ жизни либо распускает руки, но при этом до суда дело не доходит, родители услышанному не верят. Не верят ни родители, ни те, кто знает эту семью. Они воспринимают известие как злую шутку либо наговор - кому-то было выгодно свалить чужие прегрешения на образцового ребенка, чтобы самому отделаться более легким наказанием.

Родителей, которые отпустили ребенка из дома со спокойной душой, поскольку были уверены в том, что ребенок прекрасно ими подготовлен к самостоятельной жизни, охватывает шок, когда они узнают о том, что произошло. Не так уж мало таких родителей, чей ребенок с первого же раза знакомится с полицией. Они не кривят душой, когда умоляют, чтобы им поверили: их ребенок никогда не курил, не пил, не принимал наркотиков, не был проституткой, не имел преступных наклонностей. Они готовы в доказательство дать голову на отсечение. Своего ребенка они не бросают, ибо живущая в согласии семья никогда не бросает родного человека на произвол судьбы. Они бросаются доказывать, что их ребенок из порядочной семьи и сам он порядочный. Это же всем известно. **Всем известно, но никто не знает.** Если бы они разбирались в самих себе, то знали бы и ребенка и не стали бы так говорить.

Ребенок, растущий в семье, где царит чрезмерное согласие, поскольку родители боятся скандалов, не знает, что такое разногласия, ссоры. Он не боится ссор и потому не понимает, почему должен отказывать себе в удовлетворении собственных потребностей. Почему нельзя делать то, что ему хочется, если никому от этого вреда не будет? Почему он обязан делать то, что не нужно ни ему, ни его семье и что делается в угоду общественному мнению? Если он спрашивает, зачем нужно быть паинькой, когда хочется вкусить радостей жизни, на него обрушиваются с укоризной - как тебе не стыдно. Это ведь такой стыд, что даже среди домашних разговоры на эти темы ведутся шепотом. Ребенку не стыдно, но так как хорошему ребенку положено испытывать стыд, он и испытывает. Этого желают родители, и ребенок подчиняется. Благого пожелания или совета нельзя послушаться. Если же слушаешься, значит, ты действительно очень скверный ребенок.

Проходит время, и все незначительные пробелы, возникающие при знакомстве с жизнью, суммируются в один большой, который ждет того часа, когда ребенок вырывается из среды, где его держат в суровой узде приличий. Посторонним нет до него дела, они не стыдят его и не бегут жаловаться родителям. Их замечания отскакивают от него, как от стенки горох. Чужих можно и не слушать, и он их не слушает, поскольку чувства притуплены. Поэтому даже самые смирные овечки под воздействием алкоголя и прочей отравы не способны сдерживать бушующих внутри себя страстей и становятся неуправляемыми. Молодой человек, попадающий в круговорот жизни и совершающий безобразные поступки, беззащитен перед собственными стрессами. Задним числом он, возможно, будет сгорать со стыда, но так и не сумеет объяснить, отчего так произошло. Он ничего не понимает и потому не способен испытывать раскаяние.

Дети, которым доводилось испытывать жгучий стыд за безобразные сцены между родителями, умеют настолько подавлять свои эмоции, что не теряют интеллигентного облика даже под воздействием алкоголя. Им также хочется повеселиться в хорошей компании, однако незаметно для окружающих они

очень точно дозируют потребление спиртного, чтобы веселье не перехлестнуло через край. Они желают ощущать себя хорошо и на следующий после вечеринки день и слышать в свой адрес похвалу, когда их сравнивают с кем-то из подгулявших приятелей. С внешней стороны никаких ограничений, никаких приказов либо запретов ни себе, ни другим. В действительности же **абсолютное ощущение границ дозволенного и внутренний приказ всегда быть уравновешенным**.

Если такое здоровое отношение приветствуется, дети вырастают интеллигентными людьми, достойными своих интеллигентных родителей. Либо даже превосходят их. Например, в том смысле, что родители сражаются со своими болезнями, тогда как ребенку удастся избежать хворей. К сожалению, наступает пора, когда форма приходит в противоречие с разросшимся содержанием.

В этом случае истина выявляется в третьем поколении. Чем спокойнее были два предшествующих поколения, тем вероятнее, что первый же внук окажется полным нигилистом. Он протестует против всех и вся. Говорит одними отрицательными предложениями. Отвергает даже то, чего сильно желает. А если желаемого не получает, его возмущению нет предела. Если понаблюдать за ним спокойно со стороны, стараясь понять природу его протеста, обнаруживается, что ребенок не умеет разговаривать в утвердительной форме. Если бы бабушки с дедушками, а также родители научились говорить в том же духе, в доме наступил бы порядок. Поскольку одно сплошное отрицание действует всем на нервы, никто не удосуживается разобраться в сути дела, и ребенок превращается в исчадие ада, сводящее на нет все, что было достигнуто двумя предшествующими поколениями. Хорошие родители на пару с прародителями выходят из себя. Если вышедший из себя человек признался бы в том, что все вырвавшееся наружу сидело у него внутри, являлось его собственным, то он возблагодарил бы Бога и ребенка, который вывел его из себя. Обычно этого не признают, и виноватым оказывается ребенок.

Согласие улетучивается, если кому-то из родителей вздумается вдруг защитить плохого ребенка, ощущая себя в некоторой степени виноватым. В создавшейся ситуации родителям хорошо бы обсудить собственные упущения. Если они этого не делают, возможны два варианта: ребенок единодушно разделяется под орех, отчего тяжело заболевает, либо родители ополчаются друг против друга, и ребенок, ощущая себя лишним, ищет, где бы ему приткнуться. Это неизбежно толкает его на аморальный путь либо на путь преступления. Даже в том случае, если кто-то из жалости и сострадания приютит его у себя.

Стрессы следует не подавлять, а высвобождать. Чем чище душа, тем на душе покойнее. **Душевный покой и радостное настроение соседствуют друг с другом**. Разумная мера хорошего и плохого придает *чувствам остроту*, и мы не усыпляем себя знанием, будто все хорошо. **Душевный покой предполагает доверие к себе, но никак не самоуверенность**. Человек чувствует, что все меняется, поэтому нужно интересоваться жизнью, чтобы знать, как наставлять подрастающее поколение, чтобы оно вняло наставлениям. Ведь насильно ничему научить нельзя. **Если учитель учит**

насиленно, ученик не обучается. Свою ошибку он осознает задним числом.

Посторонним до этого нет дела, зато должно быть важно для родителей.

Душевный покой означает *остроту* восприятия.

Душевное спокойствие означает *притупление* восприятия.

Чем сильнее стремление к интеллигентности и согласию, тем старательнее подавляются эмоции, в результате чего человек становится таким нечувствительным, что его ничем не проймешь. Он перестает быть человеком, перестает развиваться и превращается в автомат.

В заключение

Жизнь учит, человек учится.

Если учится.

Учится познавать жизнь в себе и себя в жизни.

Когда-нибудь, возможно, и научится.

Одно лишь наличие знаний и их накопление
не обеспечивает здоровья.

Здоровье - это что-то иное.

Лишь применение знаний на практике
исправляет ошибки и возвращает здоровье.

Это уже нечто новое.

Признавая и высвобождая стрессы,
Вы избавляетесь от стрессов.

Вы свободны.

Вы становитесь здоровым и счастливым.

***Становитесь Самоценной Личностью,
лишенной эгоизма.***
