

Лууле Виилма
Прощаю себе
Учение о выживании
Справочник для самостоятельно мыслящих

Перевод с эстонского
Ирины Рююдя

Автор серии книг, специалист с многолетним опытом в области медицинских и духовных практик, рассказывает о разработанном ею учении. Суть его состоит в том, что, научившись правильно думать и прощать себя в самом широком смысле, человек обретает здоровье, счастье и душевный покой.

Предисловие

Смысл мышления

Исправление исправленных ошибок

Развитие через испытания

Человеческое существо как растение

Трагизм образцовости

Такой важный детский мир

О царстве желаний

Ожидание

Надежда

Мысль - творящая и разящая

Уже и помечтать нельзя?

Мечта, тоска, детская вера

Жизнь в ожидании чуда

Всем мышцам мышцы

Единственный преданный друг

Свобода любой ценой

О самообмане

Смысл бытия

Сила воздействия

На чаше весов духовные ценности

Жизнь, зачатая насильственным путем

~~~~~

В человеческом мире  
чудо происходит,  
когда у большинства людей  
возникает потребность  
углубиться в себя  
с целью самопознания.

**На вопрос:**

*Что ты ищешь?*

*человек нередко отвечает:*

**ищу самого себя.**

*А на самом деле сердце ищет любви и  
душевного покоя.*

*Но уста молчат, дабы не осквернять святыни.*

**Что есть человек?**

*Духовное творение.*

**Что такое духовное творение?**

*Любовь.*

*Доводилось ли вам когда-нибудь с удивлением  
обнаружить:*

*выходит, я и есть любовь?*

*Придя в себя от замешательства, думали ли вы  
с благоговением:*

*Боже правый, я и есть Любовь.*

*Я есть ЛЮБОВЬ.  
Я ЕСТЬ Любовь.  
Я есть Любовь.  
Невероятно, но это правда, - осознаете вы,  
успокаиваясь.  
Вы счастливы.  
Хотя бы на мгновение.  
О наступлении следующего подобного мгновения вы уже  
сумеете позаботиться получше.  
Человек идет и думает:  
Я есть Любовь.  
Почему я раньше этого не знал?  
Потому что не чувствовал.  
Почему не чувствовал?  
Потому что НЕ БЫЛО ВРЕМЕНИ.  
Время ушло на поиски самого себя.  
Силы тоже.  
Тогда я остановилась, ибо обессилевший  
человек не может двигаться.  
Стоя на месте, поняла, что я не давала себе Времени  
любить себя,  
уважать,  
делиться своей любовью.  
Я хотела делиться радостями и тревогами,  
но не любовью.  
Мне она казалась слишком драгоценной,  
чтобы отдавать.  
**ВРЕМЯ**  
ДАЕТ МНЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПРАВИТЬ ОШИБКИ.  
Я благодарна Времени  
за все более сложные уроки, преподносимые Жизнью.  
Если вы не в состоянии  
решить проблему,  
дайте ей возможность  
разрешиться.  
То есть высвободите ее.*

### **Предисловие**

Данная книга продолжает разрабатывать тему самооздоровления, начатую и освещавшуюся в предшествующих изданиях. В каком-то смысле здесь изложение сложнее, а в каком-то - проще по сравнению с предыдущими книгами.

Болезнь подобна заточению в тюремной камере, дверь которой одновременно символизирует как вход, так и выход. Кто когда-то зашел впотьмах внутрь, приняв дверь за входную, может через нее же выйти наружу, если догадается, что она является также и выходом. Догадывается тот, кто ищет свет. Отыскав свет в самом себе, человек сам становится источником света - становится просвещенным и способным просвещать. Неслучайно иной раз говорят: просвети меня в этом вопросе, пожалуйста. Чем основательнее человек уяснил тот или иной вопрос для себя, тем основательнее способен он просветить и других.

**ВЫХОД** из жизненного тупика человек находит, если сумел разобраться в самом себе. Это трудно, если человеком движет желание, и легко, если им движет потребность. Справиться с этим может каждый.

Кто сам не в силах, тому могут помочь люди близкие по духу и единомышленники. Помочь можно даже человеку, пребывающему в бессознательном состоянии, ибо куда человек жив, он способен воспринимать все, что исходит от любви. Безвыходных положений не бывает.

**В ПРОДОЛЖЕНИЕ ТЕМЫ** добавлю, что заглавие этой книги должно бы быть таким: **ДЕТЯМ ДО 16 ЛЕТ ЗАПРЕЩАЕТСЯ И РЕКОМЕНДУЕТСЯ.**

Во всех нас есть что-то от подростка - в той мере, в какой нашей мысли свойственна незрелость, неумение понять сущность жизни. Нас в течение тысячелетий держали в темноте, и мы свыклись с ребяческим отношением к жизни, хотя душа и протестует все энергичнее. Не является исключением и истина, извлекаемая на свет из тайников человеческих душ. Мы считаем, что ценим истину и стремимся к ней, но когда она неожиданно всплывает наружу, мы испытываем потрясение и принимаем ее отрицать.

Менее всех страшится истины молодежь, так как у молодых душа еще достаточно чиста для ее восприятия. В то же время молодежи всегда запрещалось знать правду.

## Смысл мышления

Никто не сомневается в существовании жизни. И вместе с тем на вопрос "Что такое жизнь?" никто ответить не может. Независимо от вероисповедания, мы являемся детьми материализма, и потребуется еще немало времени, прежде чем слово "жизнь" напрямую отождествится в нашем сознании с жизнью духовной. Покуда мы, выпучив глаза, тарачимся на материю как на первичную субстанцию, она же будет вынуждена силком повернуть нашу голову - хорошо, если шею при этом нам не свернет, - туда, где при внимательном рассмотрении можно узреть смысл жизни. Так материя учит нас правильно относиться к жизни. Учит сурово. Может, мы и поймем, что жизнь - нечто большее, чем наше тело, но к тому времени жизненные силы полностью иссякнут, а тело одряхлеет. И тогда, возможно, возникнет вопрос: что это за сила, которая приводила в движение мое тело, и куда она подевалась? Обратившись в последней душевной муке к этому безымянному началу и от всего сердца моля его о возвращении, мы, вполне возможно, почувствуем, что мольба оказалась самым действенным средством, позволившим телу вновь обрести силу. И, вероятно, поймем, что помог нам не кто-то, а мы сами.

Нет опоры надежнее, чем подставить плечо самому себе, только вот в наши дни оказание помощи самому себе - занятие непопулярное. Те, кто считает это естественным, могут и не знать, насколько противоестественным считают такое занятие другие. Я отношусь как раз к тем нормальным ненормальным, которым и в голову не придет мчаться за помощью, если речь идет о душевных переживаниях либо повседневных недомоганиях. Еще в школьную пору я интересовалась оказанием первой помощи для того, чтобы оказывать ее себе. Позже эта тяга привела меня на медицинский факультет. И это понятно - ведь зная причины болезни и ее развитие, недуг можно предотвратить. Правда, это не всегда удается, но речь сейчас не об этом.

На своем пути, занимаясь своими делами, я постоянно сталкивалась с людьми, которые мыслят совсем иначе, чем я. При малейшей травме или легком недомогании их первая мысль - немедленно обеспечить себе наилучшую врачебную помощь. Частенько бывает, что во всем мире не найдется такой высококлассной медицины, которая их устроила бы.

Прекрасную идею "помоги себе сам" такие люди принимают сразу, однако, как показывает жизнь, происходит это только на словах. По моим наблюдениям, человек, который восхваляет какую бы то ни было теорию самовспомоществования, в том числе и ту, которую предлагаю я, на деле ею не пользуется. А если ему сказать правду, он оскорбится, поскольку, по его разумению, знание и есть использование. У большинства интерес к оказанию помощи самому себе быстро улетучивается; если желаемый результат не приходит немедленно, человек утрачивает веру и надежду. Люди без веры должны *знать*, что быстро можно лишь упасть, тогда как для того, чтобы подняться, необходимо время. Но от этого знания вера к ним тем не менее не вернется.

Как ни крути, нет ничего труднее, чем помочь самому себе. К тому же эта работа никогда не кончается. От осознания этого человек приходит к мнению, что помогать ему должны другие. Причины, по которым человек перепоручает свою жизнь другим, находится великое множество. Самая банальная - то, что сам он что-то не умеет. Неумению находится оправдание: я же не специалист. А о том, что посторонний, быть может, тоже не умеет, человек не задумывается либо не желает думать. Тот, другой, *обязан* уметь. Если же не умеет, его впору призвать к ответу. Однако никакой помощник не способен проникнуть в душу человека, нуждающегося в помощи. То есть не способен прожить за него его душевную жизнь, которая и есть настоящая жизнь. *Земная жизнь - это лишь зеркальное отражение духовной жизни.*

### **Чтобы помочь себе, нужно познать собственные чувства.**

**Чтобы помочь другим, нужно познать чужие страдания.** Чем больше, тем лучше. Чем больше накопленный опыт, тем вероятнее человек произносит с умным, самоуверенным видом: "*Поверьте, я поставлю вас на ноги. Я с успехом проделывал это тысячи раз*". Сказанное как будто должно давать гарантию. Так говорят врачи, а также народные целители. Заблуждаются и те и другие.

Жизнь показывает, что самоуверенность профессионала даже самого высокого класса чаще всего приводит к печальным последствиям, ибо даже лучший сапожник в мире не сможет обновить пару сапог, за которыми *не было никакого ухода*. Своим обещанием сапожник рискует *подмочить собственную репутацию*. И он будет за нее бороться, если его начнут обвинять в том, что он не сдержал слова. А обвинять его будут наверняка. Сейчас такое время - время обвинений.

На самом деле время тут ни при чем. Все дело в людях. Время преподносит людям жизненный урок, то есть дает шанс научиться быть человеком, но человек вместо этого зубрит права, чтобы добиваться желаемого. Используя эти права, человек может присвоить чуть ли не все материальные блага мира, но душевного покоя ему это не даст.

Зная об этом, не стоит отчаиваться. Жизнь предоставляет вам свободный выбор - жить ли в душевном покое либо в душевных терзаниях. Если вы убеждены - а убеждение идет от сердца - в том, что жизнь начинается с самого человека, то вы делаете выбор в пользу любви. Если пока еще не умеете, то научитесь. Неважно, сколь глубоко вы увязли в житейской трясине. Начав помогать своей душе духовно, вы станете помогать и тем, кто старается помочь вашему телу в меру их сил и способностей. Таким образом произойдет воссоединение двух граней вашей жизни. Вы будете благодарны себе и окружающим. Пройдя через чудовищные испытания, вы сделаете важное открытие: вас окружают люди. Какое счастье!

### **Исправление исправленных ошибок**

Каждая очередная моя книга адресована тем, кто не сумел найти помощи в предыдущих. Помощи не находят те, кто умеет усложнять свою жизнь, а упростить ее уже не в состоянии. Надежда научиться этому есть у каждого. Кто ее утратил, тот не готов к новому. Ему еще нужно повариться в собственных страданиях.

Есть люди, которые отчаянно пытаются исправить свои ошибки, однако ничего не получается. Они совершают еще больше ошибок и усугубляют собственные страдания. Почему? Потому, что они не задумываются над сутью своего мышления. Ведь не имеет смысла повторять про себя пустые слова, думая о другом. Кто не способен сказать себе: "**ХВАТИТ СПЕШИТЬ!**", тому

лучше прекратить думать и заняться каким-нибудь делом. Если работа успокаивает, пусть это будет работа. Все проблем меньше.

Что такое проблема?

Является ли проблемой некая ситуация, человек, работа или занятие? Если для вас является, то представьте себе человека, который умеет делать свои дела, не создавая себе проблем. Такой человек наверняка отыщется в кругу ваших знакомых. Вы бы в аналогичной ситуации метались, словно сумасшедший, а он - нет. Возможно, вам кажется, что он делает не так много, но зато делает обстоятельно. Вдобавок ко всему он из-за своих дел не заболевает и не переживает, поскольку не делает из дела проблемы для себя.

Проблема - это и есть то, из чего мы делаем проблему. Проблема не что иное, как нерешенный вопрос. Человек спрашивает о том, чего не знает. К сожалению, ему отвечают так, как умеют. Обычно ответ не бывает исчерпывающим. Если же не спешить, ответ можно найти самому. Если необходимо в чем-то разобраться, мы даем себе время на размышление, и ответ находится. Ответ всегда идет от сердца, но при одном условии - если **в душе есть Бог**. Если же Бог представляется человеку старцем, примостившимся на облаке, то Бога в душе нет. Если тот, в небесной выси, к кому обращены молитвы верующих, был бы Богом, то все верующие были бы здоровы и счастливы.

Есть много людей, чьи дела и само существование составляет для окружающих проблему, которая им не по зубам. Так проблема это или нет? Спросите у самих себя. Возможно, вы поймете, что слишком усердно совали свой нос в чужую жизнь, создавая тем самым тому человеку проблемы. Превратил ли он ваше вмешательство в проблему для себя или нет, зависит от него. Если не превратил, то он - человек либо уравновешенный, либо бесчувственный. Так или иначе вам следует больше заниматься собой, ибо в противном случае он может сделаться по отношению к вам неуравновешенным или еще более бесчувственным.

Если вы сами тот человек, который является для окружающих проблемой, то задумайтесь, почему так происходит. Если вы обустроиваете свою жизнь сами, то поймете их. Если вы уже стали бесчувственным, то вам угрожает опасность, так как ни один живой человек не бывает столь бесчувственным, чтобы не реагировать на источник раздражения. Настанет миг, когда вы уже будете неспособны противостоять атаке извне. Ваша бесчувственность, она же форма самозащиты, выплескивается наружу, словно необычайно активный вулкан, который защищает свои права так же, как минутой ранее это делали атакующие. Последствия оказываются губительными для обеих сторон.

Дальше речь пойдет об ошибках, ожидающих исправления. Не отчаивайтесь, если почувствуете, что исправление ошибок - это нескончаемая работа.

### **Развитие через испытания**

Мы живем в материальном мире, обществе, семье. Всем нам и нашему общему дому - Земле - необходимо *развиваться сообща*. Не будь у нас страхов, мы осознали бы, что, будучи самими собой, мы автоматически образуем со всеми единое целое, несмотря на то что в духовном отношении каждый из нас все же живет своей жизнью. Развиваясь сообща, мы по отдельности усваиваем то, в чем нуждаемся. **Деятельность совместная, а житейские уроки индивидуальные.** Понимание этого зависит от уровня развития учащегося. С повышением уровня развития подсознательное понимание становится осознанным. Как скоро? Рано или поздно. Никто не знает, в течение скольких жизней человек бьется над одной и той же проблемой, чтобы шаг за шагом постичь ее сущность.

Мгновения постижения сущности кого-то или чего-то бывают у всякого взрослого человека. На протяжении жизни одно и то же явление открывается человеку все новыми гранями, пока он не поймет, что доскональное познание кого-то или чего-то - процесс бесконечный. Так происходит развитие человека, что само по себе является осознанием сущего.

Мы являемся на свет, чтобы развиваться (расти) в ипостаси человека, а не для того, чтобы им стать.

**Кто не умеет развиваться прежде всего духовно,  
тому необходимы земные препятствия,  
лишения, тяготы,  
страдания, болезни,  
чтобы через них духовно развиваться.**

Сколько раз потребуется возродиться, чтобы это произошло, - личное дело каждого. Кто принимает на свой счет *отрицательные суждения окружающих*, у того развитие замедляется. *Кто испытывает восторг от чуждой похвалы*, у того духовное развитие может на время даже приостановиться. В размеренном темпе развивается лишь личность, которая всегда остается сама собой.

**ПРОБЛЕМЫ**, возникающие на жизненном пути, будь они мелкие или крупные, происходят от желаний, то есть от неумения жить согласно потребностям. Желание не принято именовать **ПРОБЛЕМОЙ**, ибо желают всегда хорошего, даже если окружающие считают это плохим. Нередко бывает, что человек приходит ко мне на прием, потому что у него есть **ПРОБЛЕМА**, но когда я называю это его **ПРОБЛЕМОЙ**, он взвизгивает, точно ужаленный: "*Почему вы говорите, что это ПРОБЛЕМА? Никакая это не ПРОБЛЕМА. Чем я хуже других? Разве у меня не может быть своей жизни? Почему я должен поступать так, как считают окружающие? Это их ПРОБЛЕМА, а не моя!*" Особенно яростно заявляют о своих правах представители сексуальных меньшинств и сектанты. По их мнению, их проблема на все 100% является проблемой для окружающих, ибо сами они проблемы в этом не видят.

Такие люди обычно приходят, чтобы отстаивать свои права. Болезней у них нет, поскольку эгоизм исключает физическое

недомогание. Их терзает душевная мука, и чтобы ее уменьшить, они готовы разъяснять свои права всем инакомыслящим по очереди. Но с каждым разом душевные муки усиливаются, и потому эти люди делаются все более активными, навязчивыми и агрессивными. Однако законов жизни не изменишь. Собеседникам не остается ничего иного, как соглашаться с их доводами - не станешь же ломать копыя понапрасну. С виду как будто все уладилось. Ну а будущее покажет, нужно ли это было или нет.

В один прекрасный день ПРОБЛЕМА, которую не называли ПРОБЛЕМОЙ, все же становится ПРОБЛЕМОЙ. Когда уже не удается выдавать черное за белое, когда выясняется, что счастье вовсе не было счастьем, когда ощущение беспомощности порождает чувство безысходности и бессмысленности - вот тогда ПРОБЛЕМА тут как тут. Иной человек скорее умрет, чем признает это. К сожалению, смерть не всегда является по заказу. Если смерти известно, что человеку нужно усвоить еще и урок позора, то приходит ПОСТЫДНАЯ ПРОБЛЕМА, которая будет изводить человека до тех пор, пока он не признает, что грешил против законов жизни. Подобной же ПОСТЫДНОЙ ПРОБЛЕМОЙ это явится для того, кто ранее из великодушия поддался на уговоры, желая проявить себя с хорошей стороны, избежать ссоры, отвоевать права человека для представителей меньшинств (тайная цель которых - стать большинством), словом, для того, кто перекраивает мир, исходя из своих страхов и корыстных интересов.

**ПРОБЛЕМЫ** являют собой **НЕРЕАЛИЗОВАННЫЕ ЖЕЛАНИЯ**, а также **НЕЖЕЛАНИЕ**, **ПРОИСХОДЯЩЕЕ ОТ СВЕРХМЕРНОГО ЖЕЛАНИЯ**. Как правило, человек не замечает того, что причина всему этому - он сам. *Желая чего-то, человек желает того, в чем на самом деле нет нужды.* Ведь нет нужды в том, чтобы кто-то прожил за человека его жизнь. Более того, сделать это невозможно, хотя многие и пытаются. Кто это делает, тот не понимает, что тем самым он губит жизнь другого. А также и свою, ибо то, что делаешь другому, делаешь и себе.

**Обыкновение жить жизнью других, не позволяя им жить своей жизнью, является настолько распространенным неписанным законом, что если кто-то и вступит в защиту своей жизни, на него обрушится общественное мнение, доказывающее, какой он плохой. Кто запирает дверь своего дома, чтобы остановить доброхотов, тот плохой. Кто с той же целью запирает свою душу или смыкает уста, тот опять-таки плохой. Несчастливые люди не выносят счастья ближнего, они делают все, чтобы счастливый уподобился всем остальным. То есть стал несчастливым, как и они сами.**

Противятся этому лишь дети и молодежь. Взрослые с этим свыклись. Более того, они сами до мозга костей вжились в роль доброхотов. **Привычка - та же зависимость**, и человек начинает искать выход, лишь когда ситуация становится хуже некуда. Для хорошего во всех отношениях человека наступает пора, когда жизнь начинает его бить. Удар следует за ударом - только успевай поворачиваться. И это при том, что человек казался до мозга костей положительным.

В действительности же он был **носителем зла**, поскольку делал людям добро, которое на поверку оказалось злом. Ближние, как им казалось, также отвечали ему добром, которое для него оказалось злом. Вариантов подобного благодеяния такое же множество, как и людей. Приведем наиболее типичные примеры.

### **1. Властный человек.**

**В его руках власть**, из-за чего окружающим приходится исполнять его волю. Чем больше он добивается своего, тем радостней ему положено быть, а на деле он становится все злее. Чем больше власть, которой он обладает, тем в большей степени его подчиненные уподобляются рабам, исполняющим его приказы из страха. Его злит, что подчиненные, как ему кажется, ждут от него слов благодарности. Верноподданные рабы не понимают, что на самом деле гнев его вызван тем, что ни у кого не хватило смелости сказать ему прямо и откровенно - делай сам, это жизненно важно для тебя. Но он этого не сознает.

С общественной точки зрения подобную власть дают людям **права человека**. С ранних лет принято требовать, чтобы государство находилось у человека в услужении, даже если у человека руки-ноги на месте. Жизнь глядит на этот фарс и посылает человеку недуг, от которого руки-ноги перестают действовать, чтобы человек получил полное право на помощь со стороны государства.

### **2. Богатый человек.**

**Он имеет возможность** нанять за деньги людей, которые прожили бы за него его жизнь. Когда же они своим видом показывают, что заслуживают благодарности, это его злит. Ведь он уплатил условленную сумму. Фактически же злится он на нанятых для проживания его собственной жизни потому, что они не говорят: живи сам, это тебе жизненно необходимо.

С точки зрения общества, человек, преисполненный осознанием своих прав, по сути тот же **налогоплательщик**, который знает, что он уплатил государству свои налоги и что государство обязано делать все, что гражданин пожелает. Особенно большие обязательства накладываются на государства всеобщего благоденствия. Гражданин считает государство хорошим, покуда оно исполняет его желания. То же самое государство моментально становится плохим, если человека валит с ног неизлечимая болезнь, ибо медицина не избавляет от болезни, которую человек навлек на себя сам.

### **3. Человек, которого все любят.**

Он не имеет возможности жить так, как ему хочется, потому что его **почитатели** наперегонки стараются услужить ему во всем. В действительности же почитатели хотя тем самым доказать себе, что они лучше, чем на самом деле. Рано или поздно у них возникает желание получить от кумира подтверждение этому. Поскольку нет платы выше, чем плата за то, чтобы тебя назвали лучшим, то понятно, почему у кумиров так много скрытой злобы, которая в кризисных ситуациях выплескивается на почитателей, причиняя им немало страданий. Надежда на ответную доброту и любовь воздействует на человека, стремящегося утвердиться в собственной положительности, подобно наркотику, стимулируя его активность. Наиболее неразумно ведут себя раболепствующие жены и особенно матери. Они с самого начала приучают мужей и детей к роли ленивых, барствующих потребителей, а те жутко злятся на послушную рабыню, которая, прислуживая им, лишила их возможности научиться самим

справляться с жизнью. Своих домочадцев - своих хозяев-рабовладельцев - рабыня поработила уже тем, что без нее они управиться не могут. Чем дольше длится рабство, тем сильнее злорада на раба. Неудивительно, что продолжает расти количество потенциальных убийц собственных матерей.

В государственном смысле то же происходит всюду, где мастер вместо нудного процесса обучения попросту выполняет работу вместо ученика. Так оно и быстрее, и вернее. В итоге мы имеем перегруженных работой профессионалов, постоянно воюющих с дураками и лентяями, которые ничего не умеют.

Достигнутая подобным образом хорошая жизнь является для обеих сторон проявлением **страха прожить собственную жизнь самому, страха самому отвечать за свою жизнь**. Кто не умеет сам жить своею жизнью, тот считает благодеянием активное вмешательство в жизнь ближнего. Ближний, не умея либо ленясь жить своей жизнью, позволяет это делать, чтобы потом было кого обвинять. Виноватому человеку *нужен* козел отпущения, на ком можно сорвать свою злость. Живя он своей жизнью, он **ощущал бы виноватым себя**. Живя чужой жизнью, он **себя виноватым не ощущает**.

Ни одно благодеяние не остается безнаказанным - гласит народная мудрость. Иными словами, чем больше хороший человек старается прожить жизнь за других, тем больше его ненавидят, ведь на деле он губит чужие жизни. Неважно, что те, кто позволяют губить свои жизни, сами этого желают. Человек, живущий чужой жизнью и оттого смертельно уставший, испытывает полнейшее отчаяние. В нем **борются знание, что чужую жизнь прожить невозможно, и знание, что окружающие ждут от него именно этого и молят его избавить их от бед**. В противном случае они погибнут. В конце концов у человека начинаются нелады не только с ближними, но и с самим собой. Умей он сосредоточиться в данном кризисном состоянии, он ощутил бы в себе **безысходное отчаяние от невозможности наладить отношения с самим собой**.

Состояние это выражается в **храпе** - ослаблении тканей мягкого нёба и носоглотки. Тихое мурлыканье во сне означает, что ситуация пока еще разрешима. Храп, сотрясающий стены и мешающий жить ближним, является тревожным сигналом. Домочадцам, страдающим от храпа ближнего, следовало бы начать жить собственной жизнью и тем самым снять с храпящего излишнее бремя, даже если тот не желает пока с ним расставаться. Храп, сопровождаемый остановкой дыхания и *прогрессирующим поражением мозга*, вызванным кислородной недостаточностью, характерен для человека, который больше всего **боится прослыть эгоистом**, из-за чего и старается изо всех сил прожить жизнь за других. Закон жизни гласит: чего боишься, то и получишь.

В безнадежной ситуации определяющее значение имеет воля к жизни. Кто хочет жить, тот начинает бороться, ибо воля к жизни - это энергия злости. Кому стыдно за утрату воли к жизни, тот утрачивает и смысл жизни. У него атрофируются мыслительные способности, и он тихо угасает. Стресс от ощущения бессмысленности жизни пагубно влияет на головной мозг. Использование знаний, почерпнутых из данной книги, поможет читателю сохранить свой мозг в здоровом состоянии.

#### **Человеческое существо как растение**

Нас окружают люди, которые либо становятся для нас примером для подражания, либо нет. В последнем случае мы не ошибаемся. **Плохое не вызывает разочарования**. В первом же случае мы почти всегда ошибаемся, поскольку человек со стрессами склонен творить себе кумиров. Падая ниц перед идолом, мы не замечаем возле своих ног растения, тянущегося к солнцу, и уж тем более не берем с него примера. А зря. Идолопоклонник, увы, слеп и неспособен отличить Бога от идола. И уж тем более неспособен **разглядеть в земном ростке себя**. Невзирая на это, человек во всем видит себя.

Появление человека на свет, его бытие, развитие и сиюминутное состояние аналогичны возникновению на Земле жизни как таковой, ее эволюции и сиюминутному состоянию. Согласно теории эволюции, живая материя развилась из неживой. Превращение элементарных молекул углерода в углеводы, а углеводов - в простые органические вещества не принято называть жизнью. Прежде чем наука сказала свое слово, бытовало мнение, что в первую очередь Бог сотворил небо и землю. А не наоборот. Тем самым религиозные ученые отвергали религию, которая препятствовала развитию науки. Легче всего отрицать то, что мешает. Точно так же мужчины - творцы материальных наук - отрицают женщину, которая является последним и потому наиболее совершенным творением Бога.

Наука выросла из религии, но вместо того чтобы духовно поддерживать науку, как родитель ребенка, религия напротив, стала чинить препятствия, и ребенок в сердцах отсекся от родителя. Для того чтобы выжить и развиваться. Вместе с тем наука по той же причине лишилась как духовной поддержки родителя, так и опыта, накопленного предшествующими поколениями, и с тех пор бредет сиротинушкой своей дорогой.

А простые органические вещества точно так же, как и в незапамятные времена, превращаются в сложные высокомолекулярные белковые соединения, ибо энергия, составляющая основу развития Земли, действует независимо от эмоций, желаний и веры отдельной личности. Кто испытывает потребность в единении, тот приобщается к существу и познает счастье. Кто не желает, тот неприкаянно держится в стороне и страдает.

По мнению ученых, жизнь на Земле зародилась четыре миллиарда лет тому назад, когда началось развитие белков, вследствие чего возникли первые живые организмы - бактерии. Вначале они были *анаэробные*, так как в атмосфере не было кислорода. Когда часть бактерий эволюционировала в растения, вырабатывающие кислород, появились и *аэробные* бактерии, то есть те, что поглощают кислород. Так происходило усложнение простейших форм жизни, но ни одна из них *не пожертвовала* собой ради возникновения новой формы жизни. Поэтому жизнь на Земле и приобретала многообразие форм.

В какой-то момент из растительного многообразия развилось животное. Процесс развития человека из обезьяны был также длительным, но протекал он быстрее, и результат не был столь совершенен. В кого же со временем разовьется человек, об этом пока мы можем лишь строить догадки.

Проблемы, связанные со временем, появились вместе с возникновением человека и усугубляются по мере его развития. Неспособность распознать в себе естественные процессы, протекавшие в природе еще до того, как появился человек, происходит оттого, что человека принято считать венцом творения. Развитие человека тем самым как бы достигло своего предела, а дальнейшее развитие людей состоит как будто лишь в их взаимодействии с материальным миром, в том, какую они извлекают из этого пользу и какого положения в обществе достигают.

На деле же процесс эволюции протекает непрерывно. И по сей день находятся души, которые воплощаются в человеке впервые. Различие между, например, чернокожими и по многу раз перевоплощавшимися белыми людьми состоит в том, что чернокожие имеют возможность учиться на чужом опыте. Если их считают людьми, то они учатся быстро. Если их не дискриминируют и не чинят им искусственных преград, то они учатся быстро и без труда. В этом можно убедиться, наблюдая за развитием чернокожих детей в среде белых.

Когда я много лет тому назад высказалась о том, что первый человек был чернокожим и что с каждой новой реинкарнацией кожа человека становится светлее, мне был дан дружеский совет держать язык за зубами, если мне дорога жизнь. Подобные речи якобы есть не что иное, как расизм. Но расизм - это когда чернокожий считается плохим, а белый - хорошим. Вскоре в прессе появилось сообщение о том, что ученые доказали, будто местом происхождения первого человека является Африка. Ныне теория эволюции признается даже Ватиканом. Это не означает, что теперь я могу говорить добрым людям то же самое, но в несколько ином ракурсе - в ракурсе возникновения стрессов.

Ну никак - хоть тресни - не хотят добрые люди слышать про то, что бактерии, вирусы, грибки и прочие жуткие твари - это друзья человека. Конечно, при условии, что он является человеком. А еще взрослые не желают признавать то, что их мудрость и житейский опыт не дают им права считать себя лучше ребенка, подростка либо взрослого, отстающего в развитии. Хорошего человека злят мои слова о том, что у микроба больше разума, чем у умного человека. Когда я наставляю его - поговорите со своим микробом по душам, - то он либо отвечает, либо думает: мне эта мистика ни к чему. Ему кажется, что микроб, во-первых, плохой и, во-вторых, немой, слепой и безмозглый, из-за чего общаться с ним невозможно.

Поиски душевной теплоты в самом себе для человека благонамеренного - самый длительный и мучительный процесс, и это при том, что наш создатель по своей первоизданной сути как раз это тепло и есть. Как вы, вероятно, знаете, жизнь на Земле возникла благодаря потеплению климата, то есть земной атмосферы. Люди, ничего не ведая о науке, назвали это тепло Любовью. Религию они нарекли Богом.

**Мы являемся творением Создателя и творим Создателя по своему подобию.**

В предыдущих своих книгах я рассказывала про то, как человек растет, взрослеет и формируется. А также про то, как его воспитывают, доводят до кондиции и готовят к жизни. Повторю коротко главное.

Каждый человек приходит в этот мир по своей воле, то есть по любви, и ему нужно совершенствоваться. Духовная сущность находится на данный момент на таком уровне развития, что пока еще неспособна развиваться вне телесной оболочки. По любви мы выбираем себе подходящий исторический момент, географическое место и родителей. Выбираем то, что способствует нашему развитию. Особенно важное значение имеют родители, поскольку **им положено олицетворять все человеческое**. Если человечность родителями не утрачена, то у ребенка есть на кого опереться и у кого набираться ума. Если же родительская человечность заглушена до состояния спячки, то ребенок рано или поздно будет искать прибежище на стороне, ибо духовное насилие со стороны хороших родителей так или иначе делается со временем невыносимым.

Чтобы ребенку жилось лучше, хорошие родители не позволяют ему расти, а вместо этого принимают его воспитывать, не позволяя взрослеть, распекают, не дают сформироваться, начинают готовить к жизни. Человек, считающий себя умным, не умеет либо не желает брать пример с природы, когда дело касается развития. Он не согласен с утверждением, согласно которому:

**Для роста,  
взросления и  
формирования  
необходимо дать время.**

Ему все нужно поскорее, и свое желание он оправдывает тем, что кто-то где-то достиг цели в еще более короткий срок. Ему нет дела до того, что этот "кто-то" - совсем иное растение. Возможно, растение *однолетнее*.

У каждого растения свой СРОК роста, формирования и созревания. Опережение срока оборачивается болезнью не только для ребенка, но и для человека любого возраста. **БОЛЕЗНЬ - ЭТО ФОРМА ДЕТСКОЙ САМОЗАЩИТЫ, ОТРАЖАЮЩАЯ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ**. Это должно заставить родителей задуматься и сделать правильные выводы. В противном случае недоразумения между родителями неизбежно перерастают в недоразумения между ребенком и родителями. В итоге **физически более слабый заболевает физически, а физически более сильный - духовно**. Физическая болезнь может проявиться сразу, тогда как духовный недуг развивается медленней. Болезнь показывает, кто на данный момент сильнее, а кто слабее.

## **А. ВОСПИТАНИЕ**

Как ребенка, так и взрослого человека **воспитывают и по-хорошему, и по-плохому, лишь бы он сделался лучше**. Лучше кого? Конечно же, лучше самого воспитателя. Не будь у воспитателя комплекса неполноценности, он не находил бы у ребенка собственных недостатков и не стремился бы воспитать ребенка хорошим. Если ребенок поддается воспитанию, то становится лучше, а воспитующий автоматически - хуже. Может ли он удовлетвориться результатом своего труда, то бишь ребенком? Не

может. Ведь в ребенке он видит собственные пороки, причем усилившиеся. В его растущей неудовлетворенности повинен ребенок. И воспитатель берется за дело с удвоенным рвением. Если прежде в ребенке взращивали хорошее, то теперь в нем начинают истреблять плохое, которого там нет. Так все воспитатели, в том числе школьные учителя, искореняют в детях собственное плохое. Если испуганный ребенок соглашается с высказываемыми в его адрес критическими замечаниями, звучащими из уст воспитателей, он моментально уподобляется воспитующим. В конечном итоге правыми оказываются родители, воспитатели и учителя: как они и говорили, ребенок - просто несносный упрямец.

Чем воспитатель умнее, тем больше он склонен воспитывать по-хорошему. Умному известно, что хлеб на полях и тот растет лучше, если к нему относиться по-доброму. Если бы такие воспитатели видели, что происходит с хлебом при чересчур добром отношении, они перестали бы делать то же самое с детьми. От чрезмерных удобрений зерновые растут высокой стеной, но **в ущерб верхушке** - колосу. В лучшем случае они годятся на силос. У ребенка, избалованного излишней добротой либо добрыми посулами, верхушка, то есть голова, хоть и наличествует, но в ней нет **собственных мыслей**. У такого ребенка **отсутствует инициативность**. В лучшем случае он станет доказывать, что она у него есть. Если он не воспротивится всему хорошему, то до конца жизни будет исполнять чужую волю - будет прислугой, марионеткой, предметом обихода. Он может быть очень умным, однако без приказа его ум не придет в действие. Он становится посмешищем для глупцов, у которых тем не менее котелок варит.

Такой ребенок - изгой в детских и подростковых компаниях. Его эксплуатируют, делают исполнителем грязной работы, шестеркой. Если его втянут в какое-либо преступление, то положение его становится безвыходным, и из страха перед тюрьмой он будет вынужден оставаться в компании и впредь. Ему не видать пощады ни от родителей, ни от компании, ни от общества. Все требуют от него лишь того хорошего, что почитается ими за хорошее.

И все-таки почему безынициативные дети так легко поддаются под влияние компаний? Потому что в компании не брызжат, не зудят и не ноют, в отличие от семьи. Не выедают душу. В компании обязанности строго распределены, и каждый должен отвечать за свой участок работы. Кто уваливает от ответственности, того ожидает суровое, но справедливое, наказание. Это не сравнимо с постоянными придирками родителей и воспитателей. **Человеку, особенно ребенку, нужна конкретность в исполнении дела**. Не так: сделай это, и будет хорошо. Работа есть работа. Ее либо *нужно* сделать, либо в ней есть *потребность*. И в том, и в другом случае нельзя обставлять дело так, что кому-то от этого станет хорошо или кто-то от этого станет лучше. Станет ли кому-то хорошо или станет кто-то лучше - зависит от самого человека, а не от действий ближнего.

Понаблюдайте немного за своими детьми.

Безынициативный ребенок **нуждается в приказе и ждет его**. Вместе с тем в ребенке тут же возникает внутренний протест, потому что *приказ косвенно указывает на его неполноценность*. Как правило, наши недостатки приходят вместе с нами из предыдущей жизни, а значит, и протест оттуда же. Родители, желающие быть хорошими, живущие во имя домашнего покоя и старающиеся делать все, лишь бы ребенок не плакал, получают все более ожесточенный отпор. Их охватывает смутение и разочарование, когда они пытаются предоставить ребенку свободу действий, говоря ему: *делай так, как считаешь правильным*, отчего ребенок только раздражается. "Делай!" звучит для него как приказ, но он не знает, как правильно. Ведь ему всегда подсказывали родители, воспитатели и учителя. Проблема усугубляется для обеих сторон.

Для безынициативных родителей безынициативный ребенок причиняет массу хлопот, ибо им с самими собой-то не управиться. В них нет конкретности - их желания ориентированы на **расплывчато благоую** цель. Поскольку ребенок испытывает родительские качества, являясь суровым экзаменатором, то им не стоит надеяться на что-либо хорошее во взаимоотношениях с ребенком, покуда они не начнут работать над собой и не разберутся в самих себе.

Многие родители, отдавшие все силы воспитанию, побывав у меня на приеме, однозначно решают действовать по-другому. На вопрос ребенка они задают встречный: а ты сам как думаешь? А что может думать ребенок, за которого до сих пор все решали родители? Прежде, исполняя приказ, ребенок доказывал, *что он хороший*, а теперь вдруг эту возможность у него отобрали безо всяких объяснений. Испуганный ребенок моментально ошестивается либо заболевает серьезнее, чем когда-либо, и все лишь оттого, что я не отдала родителям приказ: **"Все новшества вводить постепенно. Дайте ребенку свыкнуться с новым. Первым делом научитесь сами мыслить самостоятельно и лишь затем научите этому ребенка"**. **Родители - а их мыслительная способность парализована чувством ответственности** - не осознают того, что ребенок является увеличенным зеркальным отражением их самих. Бездумным исполнителем чужой воли, чья мыслительная способность еще более парализована чувством долга, чем у них.

Какие бы проблемы у вас ни возникали, это не означает, что положения нельзя исправить. Высвобождая из себя **мало-помалу** свое детство и своего ребенка, чье детство было еще более суровым, вы *свыкнетесь с новыми видами энергии* и научитесь предоставлять ребенку возможность выбора спокойно и естественно. Вы не утратите спокойствия и в том случае, если ребенок сделает неверный выбор, так как знаете, что этот шаг послужит только уроком. Вам и в голову не придет злорадствовать и подчеркивать свое превосходство над ребенком, поскольку вам вспомнятся собственные ошибки, совершенные в его возрасте. Так научаются думать своей головой.

## **Б. РАСПЕКАНИЕ**

Ребенка воспитывают до тех пор, пока с испугом не обнаруживают, что он уже большой. Когда же видят, сколь глуп этот большой ребенок, его тут же бросаются распекать. Так *горячим пламенем недовольства* выжигают и то малое, что пока есть. Поскольку ребенка сравнивают с образцами для подражания, возведенными на пьедестал, то недовольство кажется оправданным, и хороший ребенок также становится недоволен собой. Если у ребенка - переунавоженного злакового растения -



чудом и вызревают отдельные зернышки в головушке - в колосе, - то и их теперь поджарят на огне. И ребенок готов. К чему? К тому, чтобы им манипулировали.

Кто-то возьмет да и отправит в рот пригоршню зерен, не подозревая, что *губит человека*. На него тут же набрасываются родители жертвы, чтобы призвать к ответу за *ошибку, совершенную ими же самими*. А благонамеренные сограждане, которые не понимают, что произошло, и которые видят лишь внешнюю сторону дела, лишь подливают масла в огонь. Поднимается страшный крик и шум, но все продолжается в прежнем духе или еще хуже. И лишь когда критическая масса детей встает на защиту самих себя, люди начинают задумываться. Революционная ситуация назрела, и дальше так уже нельзя. Не исключено, что хороших родителей ожидает суровая расплата.

**ВОСПИТАНИЕ** предполагает, что ребенок **СТАНОВИТСЯ ЛУЧШЕ, ЧЕМ ОН БЫЛ.**  
**РАСПЕКАНИЕМ** ребенка **СТРЕМЯТСЯ СДЕЛАТЬ ЛУЧШЕ ДРУГИХ.**

А уж о том, чтобы с воспитанием и распекаанием не перебарщивали, ребенок "заботится" сам.

Было бы разумно предотвратить революцию в своей семье, поскольку революции имеют целью *уничтожение, слом всего старого*. Как бы ни были молоды родители, они автоматически причисляются к разряду *стариков, отживших свое*, если они не идут в ногу со временем. Революции не приходится их уничтожать - они гибнут сами, хотя и обвиняют революционеров. Чем больше они посвятили себя воспитанию своих детей, тем менее поддаются воспитанию с их стороны. Почему? Потому что их "эго" не позволяет этого делать.

Чем больше человека воспитывают, тем меньше он приспособлен к жизни. Вырастает человек, неспособный брать на себя ответственность. Мучается сам, но еще больше мучаются с ним окружающие. Если у него нет семьи, то мучаются с ним родственники, друзья, знакомые, и при этом все они стремятся его воспитывать. А если есть семья, то домочадцы являют собой героических мучеников, которые из добрых побуждений приносят себя в жертву.

Пример из жизни.

Довелось мне как-то наблюдать баталию, разыгравшуюся между двумя подругами пенсионного возраста. Одна из них была больна и ждала помощи. Вторая же была врачом, и в голове у нее, как это водится у врачей, засела одна-единственная мысль: *я обязана помочь*. Первая хотела, чтобы жизнь за нее прожили другие. Вторая старалась так и поступать, покуда самой не осточертело. Теперь она захотела, чтобы больная подруга начала наконец-то делать что-то себе во благо, но не учла того, что больная подруга не готова к этому. Вторая принялась атаковать первую своим эмоциональным воспитанием, а та превратилась в загнанную в угол мышку, переставшую что-либо соображать. Голова у нее начнет работать не раньше, чем прекратится воспитание. Покуда не учтут того, к чему она готова.

Человек, который берет на себя ответственность за жизнь ближнего, становится **агрессивным советчиком, а по сути начинает предъявлять требования** и ничего иного уже не видит и не слышит. Его цель оправдывает средства, и страждущий в итоге становится жертвой того, от кого ждал помощи. Чем выше профессиональные навыки у помощника, тем якобы лучше он разбирается в потребностях страждущего, и у него не возникает ни тени сомнения в том, что он прав. А если страждущий осмеливается подать голос, советчик ставит его на место вопросом: *"В чем дело? Кто здесь специалист - ты или я?"* **Правым всегда оказывается специалист, поскольку специалист знает.**

Увы, ни правота, ни знания не дают эффекта оздоровления. Человеку следует помогать теми способами, к восприятию которых он готов. Если он готов лечь под нож хирурга, но не готов послушаться совета, который спас бы его душу и тело, то ему нужен нож и все тут. Если кого-то это бесит, возмущаться бесполезно - только себе вредить. Не нужно стремиться *изменить обстоятельства*, а нужно научиться *считаться с обстоятельствами*.

В наше время люди менее всего готовы *оказывать духовную помощь самим себе*. Поэтому нет большей ошибки, чем навязывать духовную помощь. И тем не менее это случается на каждом шагу. Эмоциональные нравоучения, укоры, пропесочивание в присутствии посторонних, мольбы, призывы, угрозы прекратить всякую помощь - все это лишь пристыживание, которым человека ставят на место жестче, чем ранее. Загнанная в угол мышка от этого и вовсе тупеет. И в порядке самозащиты человек зачастую заболевает еще серьезнее. Происходит это от *надежды* на то, что с больными обращаются мягче. Помощник может кипеть от злости, но помогать не перестанет. Не желает больше жить чужой жизнью, а все равно живет - нельзя же позволить ближнему умереть.

**Когда человек делает что-либо вопреки желанию, он заболевает.**

**Когда человек делает что-либо вопреки желанию, он руководствуется чувством долга.**

**Чем обширнее знания, тем сильнее чувство долга.**

Чаще всего насильственное воспитание в семье исподволь подтачивает взаимоотношения как между мужем и женой, так и между родителями и детьми. До тех пор пока мужья считают жен дурами, они будут стремиться сделать их столь же умными, как они сами. Умен ли муж в подобных желаниях, речь сейчас не об этом. В то же время мужья не хотят, чтобы жены стали умнее их, так как боятся оказаться у них под пятой. Ведь каждый видит в ближнем себя и опасается того насилия, к которому прибегает сам для удержания власти.

Фактически за духовным и физическим насилием скрывается неумение и неспособность общаться. С кем? Прежде всего с самим собой. Кто не понимает самого себя, тот не понимает и ближнего. Для понимания требуется только одно: время. В итоге более сильный старается согнуть более слабого по своей мерке, и, если слабый оказывается неподатливым, его волю ломают. Умелые в общении люди зарабатывают свои дополнительные очки тем, что во имя благой цели делают ближним то, чего ближние оне желают, даже если нуждаются в этом.

Подобное одностороннее общение говорит о неумении находить подходы. Разговорчивые люди не понимают этого, для них общение и подход - это одно и то же. Умелые в общении люди могут быть абсолютными невеждами там, где следовало бы помолчать, чтобы прислушаться к чувствам. Их не прерывают из вежливости, хотя их красноречие бывает порой мучительным для окружающих. Особенно если вместо разглагольствований требуются срочные действия.

Кто отдает себе в этом отчет, тот способен понять и ближнего. **Отдавать себе отчет и понимать** - две грани единого целого. Кто научается жить своей жизнью, тот не становится ни воспитателем, ни воспитуемым.

Должна признаться, что борьба этих двух подруг за главенство, которую они так не именовали, в конце концов разозлила меня не на шутку. Если бы мне заранее не отвели роль третейского судьи, я бы промолчала, чем нанесла бы вред себе одной. Волею обстоятельств пришлось высказать все, что накопилось у меня на душе, и, как вы думаете, пошло ли мне это на благо? Конечно же нет. Всплеск злости всегда рождает чувство вины, а я к этому сверхчувствительна. Если в порыве злости она выплескивается злобно, то рождает страх, а страх влечет за собой новую цепочку стрессов.

Кому в детстве приходилось выступать в родительской борьбе за главенство в роли третейского судьи, тот этой роли боится, но одновременно притягивает ее к себе. Когда терпение лопается, он начинает злиться из чувства самозащиты. В итоге получается еще хуже - на него обрушиваются обе противоборствующие стороны. Между собой-то они, возможно, и договорятся, но у ребенка в душе останется заноза. Такова уж участь третейского судьи.

**От чрезмерного воспитания человек остается ребенком.**

**От чрезмерного распекания человек делается ни к чему не пригодным.** Он ни на что не годен, подобно подгоревшему в печи хлебу или пережаренному бесполезному зерну.

## **В. ПОДГОТОВКА**

Созревший продукт готов к употреблению. Начало определяет и конец. Если ребенка воспитывали без меры, он остается ребенком. Ребенок же, с чьим воспитанием явно переборщили, подобен зерну, которое оказалось сожженным чрезмерными удобрениями и потому не прорастает. У такого ребенка нет семени, чтобы зачать потомство. Это не значит, что потомства не будет. Будет, если проблема разрешится.

**1. Людей из категории сущих детей** немного, но их количество растет по мере роста благосостояния, поскольку общество всеобщего благоденствия прививает инфантильность. Чем меньше времени у родителей, тем больше они полагаются в воспитании детей на идеалы, которые вдалбливаются в голову ребенку для неукоснительного исполнения. Очень многие люди не считают это воспитанием. Они воспринимают себя Золушками, чьим воспитанием никто не занимался. Поэтому следует помнить, что **всякие рассказы с "моралью", все мероприятия, несущие благородные идеи, вся высокая литература служат воспитательным целям.**

Осуждая девочку 13-14 лет за ее поведение, люди не осознают, что этот ребенок спешит реализовать себя, так как его подсознание чувствует, что позже это вряд ли удастся. Подсознанию известно, сколь восприимчива эта девочка к отрицательному отношению окружающей среды. Если в ее окружении не найдется ни одного человека, который попытался бы ее понять, то с рождением ребенка она хоть и избавится от одного из своих стрессов, но взамен получит их в количестве n+1. Сможет ли эта девочка под бременем стрессов реализовать себя как мать и в дальнейшем? Жизнь показывает, что **это окажется ей по силам, если мать девочки признает свои ошибки в воспитании дочери и потому сможет оказать ей поддержку.**

**2. Скрытая ребячливость встречается часто.** Происходит это от того, что в наши дни детей воспитывают в основном матери, которые стремятся доказать свое превосходство над отцами. В итоге мы имеем вот что:

- **слишком быстро созревающих дочерей**, которые свысока относятся к молодым людям, считая их юнцами и оскорбляя в лицо;
- **слишком медленно созревающих сыновей**, которые так и остаются мальчишками. Желая преодолеть свой стыд, они добиваются больших успехов в учебе и работе, но в отношениях с женщинами терпят фиаско. Любое проявление внимания - ой, как молодо ты выглядишь - воспринимается ими как очередное позорное клеймо, вызывающее чувство стыда: ведь так хочется наконец-то стать мужчиной.

**Мужчина, который стыдится сидящего в нем мальчишки:**

- не стареет с возрастом. Чем больше он стыдится, тем больше его стыд замечен окружающим;
- служит жене, как верный пес, исполняющий все прихоти хозяйки, но с возрастом начинает протестовать. Это не означает, что он не делает того, чего хочет жена. Он просто не понимает, чего она хочет;
- прекрасно справляется со всем старым и привычным, тогда как все новое вызывает у него страх, усиливающийся с возрастом;
- в интимных отношениях поспешен и чрезвычайно раним, из-за чего в относительно молодом возрасте может развиваться импотенция. Чем в более раннем возрасте мать переусердствует с его воспитанием, тем сильнее нарушается сперматогенез - образование мужских половых клеток. Безмерный стыд за свою ребячливость вызывает азоспермию - отсутствие сперматозоидов. С уменьшением стыда появляются и сперматозоиды;
- в напряженных ситуациях может страдать нарушениями памяти и склонностью к деменции, то есть слабоумию.

Поэтому мужчинам этой категории следует высвободить из себя мальчишку и стыд за свое мальчишество.

**Если мужчина не стыдится сидящего в нем мальчишки** и не боится быть таким, какой он есть, то мальчишка в нем растет и мужает. Пусть это происходит с некоторой задержкой и медленнее, но зато по-настоящему. Такое возможно, если жена помогает мужу тем, что не стыдится его мальчишества и не считает себя умудренной житейским опытом. Ведь они оба -

личности, находящиеся в процессе развития.

**Кто ведет себя естественно, тот развивается в нужном направлении.**

**Кто скрывает свою сущность, тот замедляет свое развитие.**

**Если жена стыдится мальчишества мужа**, она тем самым прежде всего убивает свои чувства к нему. Муж это ощущает и от безысходности расклеивается - как духовно, так и физически. Жена может помочь мужу тем, что *не станет сравнивать его с другими*. Особенно внимательно нужно следить за тем, чтобы не поддаваться искушению и не заставлять мужа подражать **крутым глупым парням, которые кажутся эталоном мужественности. Все показное есть похвальба, выпячивание своей положительности с тем, чтобы скрыть чувство стыда.** Если вы поддались на этот обман, то следует быть готовым к тому, что в кризисной ситуации суперкрутой муж превратится в мальчишку. В этот миг муж может показаться вам несказанно милым. Вопрос в том, откроется ли он тогда вам, как своей жене, или же к тому времени у него уже будет другая женщина.

**Женщины реже стыдятся своей инфантильности.** Напротив, они все чаще гордятся ею, поскольку девчонки дольше остаются молодыми и привлекательными. Чем больше становится женщин-девочек, тем больше и тех женщин, которые стыдятся ребячливости, своей и чужой. **Чем сильнее желание женщины обрести житейский опыт, чем больше усилий она прилагает для того, чтобы стать многоопытной, тем больше она скрывает свою ребячливость, сама того не подозревая.** Женщина, которая полностью убеждена в своей опытности, в такой же степени и ребячлива. Сама она этого не понимает, зато понимают окружающие. **Самообман потому и является самым большим обманом, что сам человек этого не понимает.**

**Обязанность вести себя благоразумно** может быть столь непомерной, что она обращается в стиль жизни, при котором человек ни на секунду не позволяет себе ничего несолидного. На деле же человек желает доказать окружающим свою солидность или, иными словами, **свою зрелость**. Когда я отзывалась о ком-то в этом духе, мне в ответ говорили: "*Нет. Она ничего не хочет доказать. Она такая и есть*". Это значит, что человека *знают* и помнят таким, однако жизнь выявляет истину. Чем сильнее желание женщины доказать, что она - солидная дама, тем вероятнее, что средством самоутверждения будет выбран ребенок, и тем маловероятнее, что ребенок сможет родиться. Причина проста: у ребенка детей не бывает.

**ЧЕМ СИЛЬНЕЕ ЖЕЛАНИЕ МУЖЧИНЫ САМОУТВЕРДИТЬСЯ КАК МУЖЧИНА, ТЕМ СИЛЬНЕЕ НАРУШАЕТСЯ У НЕГО СПЕРМАТОГЕНЕЗ** - образование и развитие мужских половых клеток. **ЧЕМ СИЛЬНЕЕ ЖЕЛАНИЕ ЖЕНЩИНЫ САМОУТВЕРДИТЬСЯ КАК ЖЕНЩИНА, ТЕМ НЕСПОСОБНЕЕ ЕЕ ЯЙЦЕКЛЕТКИ К ПОЛОВОМУ СОЗРЕВАНИЮ**, несмотря на то что в женских яичниках от природы насчитываются миллионы находящихся в дремлющем состоянии яйцеклеток-фолликул.

Обратите внимание: чем сильнее хотят ребенка, тем больше делают в материальном отношении все, чтобы ребенка *заиметь*. Такова ребячливость, таящаяся в потенциальных родителях. Проблема эта усугубляется со временем. Если несколько десятилетий тому назад физические неполадки устранялись витаминами, а в течение последних десяти лет в массовом порядке употреблялись гормоны, то сейчас уже и они не помогают. Сейчас в ход идет **искусственное оплодотворение**. Кто улавливает суть проблемы, у того от ужаса волосы на голове дыбом встают. Это значит, что **каждое последующее поколение все в большей степени обречено рождаться без любви**. Разве это не печально: ребенок знает и видит, что его прихода ожидают для того, чтобы его наличием доказать кому-то свою состоятельность. Так уже при рождении он мучается от знания, что в действительности его не любят.

Знания суммируются в мудрость, а мудрость - в науку. Современная наука столь мудра, что способна клонировать человека. Задумайтесь на минуту: наука вот-вот начнет материализовать духовное существо, ибо кому-то угодно, заимев его, стать счастливым. Идея прекрасна. Но этично ли это? Если кто-то желает доказать, что он умный и что ему все дозволено, принесет ли это счастье всему человечеству? Человечество и так больно от знания того, что за все надо платить все более дорогую цену. Однако люди, окрыленные прекрасной идеей, не задумываются о том, что деньги - это наименьшая цена. Наука по сей день замалчивает всю правду о клонированной овце Долли, о ее особой, не свойственной овцам агрессивности. Что если клонированный ребенок окажется тем самым знакомым по фантастическим фильмам очень даже обаятельным существом, лишенным всяческих чувств, который без разбора уничтожает все, что сочтет нужным?

Клонирование следовало бы применять только для восстановления поврежденных либо утраченных клеток, тканей или органов. К сожалению, идеальной медицины не бывает, так как медицина - наука земная, зачастую не признающая нематериальную сторону жизни. В результате происходит то же, что нередко происходит с донорским органом: больной его не принимает, хотя и хочет. Своим отношением больной приводит его в негодность, как и свой собственный. Покуда медицина идеализирует свои цели, она далека от идеала. Вместе с тем, мобилизуя все силы, медики способны добиться желаемого результата. Какой нечеловеческой ценой и с какими последствиями - это уже отдельная тема.

Больница должна быть тем святилищем, где к человеку относятся по-человечески. Не хорошо или плохо, а по-человечески. К сожалению, высота духа оказывается помехой для будничной заземленности даже в таком святом месте на земле, каким является церковь. До сих пор медицина делала практически то же самое, что и церковь, - изменяла человека. Клонирование же рассорило церковь и медицину, поскольку медицина невольно и неосознанно вторглась на территорию церкви. При этом как церковь, так и медицина взяли на себя права Бога. Разница состоит лишь в том, что церковь меняет дух, а медицина - тело. Церковь присвоила себе право распоряжаться душой человека, а медицина - телом. Вместе с тем бессмысленно обвинять церковь и медицину, так как человек сам этого захотел.

Религия замедляет развитие человечества, что, однако, имеет и свои плюсы: она препятствует безрассудной спешке во имя корыстных целей. Парадокс, к сожалению, заключается в том, что религия сама же и истребляет сотворенную Богом

естественность (особенно в женщинах), порицая и клеймя человеческую разумность (особенно в мужчинах). Требуя буквального восприятия Библии, она вселила в головы безрассудных умных людей идею о непорочном, то есть внеполовом зачатии.

**Клонированный человек** - это размноженная внеполовым путем *плоть, в которой должны (!) поселиться дух и душа*. Если на секунду задуматься о законах природы, то станет ясно, что поселится там **эгоистичная душа, она же дьявол**.

Эгоизм усиливается от прочного окончательного оценочного знания, которое навязывается с пеленок. Поэтому не приходится удивляться тому, что современные дети с самого рождения ведут себя как маленькие тираны, которые **хотят, чтобы их постоянно носили на руках**. Более того, они начинают возмущаться, когда матери отвлекаются от них на посторонние вещи. Они хотят, чтобы на протяжении всего времени их бодрствования они на 100% находились бы в **центре внимания** матери (то есть жизни). Вы бы тоже этого захотели, если бы были для родителей средством максимального самоутверждения, а может быть, даже и оружием. О том, каково быть клонированным тираном, говорить пока рано. Если вы чувствуете, что и вам тоже хотелось бы высказаться по этому поводу, представьте себя подобным клонированным человеком и постарайтесь уловить его чувства. Тогда вы поймете, что сказать и как.

**Чем быстрее останавливается духовное развитие, тем скорее берутся за оружие.**

*Наиболее опасным из всех видов оружия являются лекарства*, потому что применяющие их люди губят себя по своей доброй воле. Большинство людей считают, что лекарства действуют *исключительно* во благо. Если называть истребление плохого благом, то так оно и есть. Антибиотики честно выражают свою суть. Они уже своим названием говорят, что собой представляют. *Анти* на греческом означает *против*, противоположность. *Vios* означает *жизнь*. Таким образом, антибиотики - это вещества, противоположные жизни, то есть убивающие жизнь. Однако это знание не дает никому права утверждать, что антибиотики ненужны и вредны.

Порой мы не можем обойтись без антибиотиков, поскольку, сделавшись враждебными миру в такой степени, что это становится опасным для жизни, мы навлекаем на себя бактериальную болезнь, которая угрожает нашей жизни точно так же, как мы угрожаем жизни окружающего мира. Выходит, что иногда антибиотики очень даже необходимы. К сожалению, мы все чаще испытываем потребность в антибиотиках, потому что, не давая себе времени для роста, воспитываем себя и других в ускоряющемся темпе, пока не останется никого из объектов воспитания. Кто восстает против воспитания как истребления жизни, тот **не приемлет и антибиотиков**.

Есть разные аспекты воспитания. Одним из них является **половое воспитание**, при котором ребенок не имеет права проявлять интерес ни к представителям собственного пола, ни к представителям противоположного пола. Такой ребенок становится взрослым, однако он **не готов** создать семью, зачать и родить ребенка. И, что еще хуже, он не готов к сексуальному общению с противоположным полом. Он становится **гомосексуалистом** - педерастом или лесбиянкой. Хуже всего бывает, когда он не готов к половому общению со своими сверстниками или людьми постарше. Он становится **педофилом** - "любителем детей". Сейчас мы еще можем утверждать, что, к счастью, воспитание далеко не всегда приводит к столь плачевным результатам. Что же касается будущего, следует быть осторожнее в своем оптимизме.

Большинство жертв воспитания даже не понимают, кто они на самом деле. Если они на данный момент заняли свою нишу, они и слышать не желают, что что-то не так. Стыд сознаться в своем позоре хуже смерти. Особенно когда есть надежда на то, что кто-то или что-то сможет помочь.

## ДЕТСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК НАСИЛИЕ

| Нормальный процесс | Насильственное воздействие | Особенность насилия                                                       | Особенность пагубного воздействия                                                                                  | Последствия истребления личности                                                                                            |
|--------------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Рост               | Воспитание                 | Не давая времени, ребенка воспитывают в духе "стань лучше <i>меня</i> "   | У ребенка <b>мыслительная способность так и не возникает либо истребляется</b> . Может истребиться вместе с мозгом | Вегетирование в роли вечного подчиненного, исполнителя чужой воли, выгодного товара                                         |
| Созревание         | Допекание                  | Не давая времени, ребенка воспитывают в духе "стань лучше <i>других</i> " | <b>Утрачивается способность ощущать собственные потребности</b> . Ребенок становится исполнителем чужой воли       | Полная утрата инициативности                                                                                                |
| Формирование       | Формовка                   | Не давая времени, ребенка воспитывают на потребу другим                   | <b>Утрачивается собственная воля</b>                                                                               | Идеализация личной полезности для общества и человечества. Человек предлагает себя окружающим, продает себя, жертвует собой |

Ребенок, мыслящий материально, способен настолько привыкнуть к тому, что его воспитывают, что будет автоматически воспитывать сам себя в будущем. Такой человек утверждает, что у него нет стрессов, ибо всякий раз, когда стресс начинает заявлять о себе, он *что-нибудь предпринимает*. Предпринимает он *что-нибудь материальное*, не сознавая того, что речь идет о духовной проблеме, которая уже не умещается внутри. Он не думает о том, что таким образом спасается бегством от стресса.

**Покуда бежит, стресса не ощущает.** Нет разницы, делает ли он это в прямом или в переносном смысле. Стоит же остановиться и перевести дух, как стресс вновь заявляет о себе. Человек не размышляет: *"В прошлый раз я ударился в развлечения, занялся спортом, отправился в путешествие и почувствовал, что все хорошо, но затем вновь испытал стресс. Следовательно, это не то, что мне было нужно. Значит, мне нужно понять что-то, чего я пока еще не понимаю. Видимо, следует разобраться в собственной душе"*.

Родители, которые **готовы к появлению ребенка, умеют быть для ребенка опорой**. Они сразу чувствуют, когда ребенок начинает **отбиваться от рук**, и немедленно предпринимает что-то *духовное*. Они не умиляются негативности своего чада как простой шалости, которая вследствие этого умиления разрастается до демонстрации своего превосходства, провокаций ближних, игнорирования существующих норм поведения. Они не хвалятся: этот ребенок - великая личность, исключительная личность, которая знает, чего хочет. Подсознательно они понимают, что личность - это личность, а если она великая и исключительная, то это уже эгоизм, а его нельзя подстегивать похвалами. Кроме всего прочего, личность знает, что ей требуется, и живет согласно потребностям. Вот только не всегда это видно по внешним проявлениям.

**Личность чувствует, что ей нужно и что не нужно. Она знает, что в данный момент это так, а в следующий миг все может быть иначе. Она не устремляется в следующий миг, а вживается в него, когда он настает. Каждый новый миг - это творчество, благодаря которому личность развивается.**

По тем же причинам родители, готовые к появлению ребенка, не обвиняют ни себя, ни ребенка, если случаются неприятности. Все маленькие проблемы движут жизнь вперед. **Большая Жизнь состоит из маленьких проблем.** Оказывая друг другу взаимную поддержку, родители являются опорой для ребенка, который подобен молодому садовому деревцу. То же деревце, произрастающее в лесу, не нуждается в опоре, поскольку растет в среде, которая позволяет ему расти таким, какое оно есть, и не судит о нем по внешнему виду.

Опора нужна деревцу, высаженному в саду. Как известно, такому саженцу делают две опоры, учитывая направления ветров. То есть учитывая обстоятельства и состояние окружающей атмосферы. Могут ли служить ребенку такой опорой родители, живущие в единодушии? Нет, не могут. **Ребенку нужно, чтобы родители жили в согласии.** Живущие в согласии родители могут иметь каждый свое мнение, однако если дело касается ребенка, они не принимают прямо противоположных решений.

Что делают хорошие родители? Они подрывают авторитет друг друга. Чем? Тем, что если один запрещает, другой разрешает. Точнее говоря, это происходит из-за желания быть хорошим или быть лучшим. Зачастую они сами не ведают, что творят. Они видят только результат. Родитель, разрушивший авторитет второго родителя, принимается обвинять его же в отсутствии авторитета, сводя тем самым его авторитет на нет. Как правило, более активной стороной является жена, поскольку женщина всегда спешит. Если ребенок в такой ситуации отбивается от рук, наказывать его приходится отцу. Набрасывающийся на ребенка разгневанный отец еще больше губит свой авторитет в его глазах. Отец продолжает то, что начато матерью. А впоследствии оба искренне удивляются, отчего ребенок ненавидит мужчин.

Женподобные мужчины поступают таким же образом по отношению к жене, лишая ее авторитета матери в семье. Не исключено, что этот же эксперимент будет продолжен на внуках. И так поколение за поколением, пока мать не лишится материнского авторитета в собственных глазах и оставит детей на воспитание мужу или обществу. Поскольку становится все больше отцов, не ощущающих свой отцовский авторитет, то все больше становится и женщин, для которых отец не служит авторитетом. Они воспитывают детей в одиночку, так как притягивают к себе мужчин, которые не являются в собственных глазах авторитетом для детей и потому уходят из семьи.

**Нет ничего более влияющего на жизнь ребенка, чем материнское слово, как в положительном, так и в отрицательном смысле.** Что бы ни говорили другие, слово матери является решающим. Поэтому матери надо следить за тем, чтобы она не подрывала авторитета окружающих, будь то отец, бабушка, дедушка, тетя, дядя или кто угодно из чужих. Своего ребенка, спору нет, нужно защищать от эгоистических прихотей взрослых, но не от правды, если речь идет о родительских ошибках. Мать, которая желает быть хорошей, может и не заметить, что ее собственное недовольство мужем передается детям, из-за чего дети также начинают испытывать недовольство или возмущение. Хуже всего приходится самой матери, поскольку все это возвращается к ней бумерангом.

**Хорошая мать и плохой ребенок - это две грани единого целого.**

Поскольку проблемы лучше видны со стороны, посторонние нередко дают матери *участливые дельные советы*, если видят, что она не справляется с ребенком. Реакция зависит от величины материнской гордыни. Чем выше ее образованность, тем вероятнее, что она поступит прямо противоположным образом. Причем зачастую едва ли не демонстративно, подрывая тем самым авторитет советчика, но не замечая при этом, что подрывается и ее собственный. Из-за упрямства это может повторяться годами. Близкий человек может на это обижаться, но, глядя на детские выходки, будет вновь и вновь являться с советом, рискуя прослыть плохим человеком. Чужой же, обидевшись, так не поступит. Он отойдет в сторону и уже не подойдет, так как ему все станет безразлично. Ребенок ведь не его, и авторитет не его.

**Желания возвращаются желаниями.** Желания *предыдущего* поколения перерастают в желания *следующего* поколения как в прямом, так и в переносном, как в земном, так и в духовном смысле.

Желания ребенка лишь разрастаются от того, что родители стремятся дать ему все, что он желает, пусть даже это ему не нужно. Ребенок ведь желает получить все, что оказывается у него на глазах, а позже все, что оказывается у него на слуху. Женщина, желающая быть хорошей матерью, ощущает себя страшно виноватой, если не может удовлетворить детские желания. Ведь ребенок, по ее мнению, желает сущую малость. Конечно, малость, если сравнивать с желаниями матери. На беду его желания возрастают с каждым днем. Ребенок, не получая желаемого, начинает капризничать. Чем сильнее материнское чувство вины, тем больше ребенок капризничает. Чем мать старается быть лучше, тем истеричнее детские крики, ибо всему есть свой предел. В конце концов ребенку нужна одна лишь мать. Когда он у матери на коленях, то сияет как солнышко, но стоит матери ссадить его на минутку или пересадить на колени к кому-нибудь другому, даже к отцу, ребенок начинает орать благим матом.

#### **Максимально сильно можно желать только человека.**

Если мать желает отца и/или отец желает мать, то ребенок желает мать и/или отца. Чем сильнее желание родителей владеть друг другом, тем судорожнее ребенок цепляется в родителя, который в этот миг оказывается ближе. *Желание владеть другим человеком всегда остается нереализованным, поскольку невозможно владеть духом*, потому и подобному желанию автоматически сопутствует недовольство. Чем сильнее недовольство матери по отношению к отцу, тем сильнее она желает в знак протеста быть **только матерью**. Женщина, желающая быть только матерью, не желает мужа таким, какой он есть, вопреки своей потребности. Материнская радость от осознания того, что ребенку нужна только она, превращает мать в рабыню ребенка, вследствие чего ребенок начинает все больше и больше помыкать ею. Не за горами разочарования, печаль и жалость к себе в связи с ребенком.

То же происходит с отцом, который желает владеть женой, словно собственностью. Наступает день, когда он решает быть для жены **только отцом** ее ребенка - в знак протеста, для самоутверждения, в отместку. Так отец становится рабом при ребенке. Ребенок даже грудного возраста, оказавшись у отца на руках или на коленях, поначалу блаженствует, но вскоре становится беспокойным и начинает капризничать. Ему не нравится, когда отец сидит на месте, не нравится, когда тот расхаживает по комнате, не нравится, когда балагурит, не нравится, когда он серьезен. Ребенку подавай все больше и больше. Ему нравится сидеть у отца на шее, а там, глядишь, и на шее любого другого без разбора. Недаром про избалованных людей говорят, что они так и норовят сесть на шею ближнему.

Постоянные детские слезы вызывают у взрослых растерянность, особенно если ребенок впадает в истерику, весьма опасную для здоровья. Подобная истерика означает панический страх одиночества, переросший в чувство ужаса - я никому не нужен! Беспреданно орущий ребенок и вправду никому не нужен. Что является причиной такого страха одиночества? Образцовость родителей, особенно матери. **Чрезмерная образцовость влечет за собой одиночество, которое, в свою очередь, перерастает в страх одиночества, а он, в свою очередь, перерастает в желание быть в обществе, а это желание - в желание распоряжаться обществом, состоящим хотя бы из одного человека.** И ребенок, подобно утопающему, хватается за того, кто оказывается поблизости. Поблизости чаще всего оказываются брат или сестра, вынужденные делать то, с чем не справляется мать. Брат или сестра, и без того жертвы крикуна, получают еще и нагоняй от матери.

Детям нужен покой, тогда как родители, испытывая страх одиночества, хотят быть в компании. Их поддерживает современное общественное мнение, одобряющее родителей, которые повсюду таскают с собой грудных младенцев - вплоть до кругосветных путешествий. Их правоту подтверждает тот факт, что ребенку это нравится, поскольку в таких случаях он ведет себя спокойно. Но они не понимают того, что **ребенок бывает спокойным, когда на душе у родителей покой**. Они не знают, что **человек без душевного покоя не может быть самим собой**. И знать не желают - не позволяет их "эго".

Всю жизнь по свету не прорыскаешь. Как только начинается оседлая жизнь, начинаются и проблемы. Страдающая от отсутствия общества мать или страдающий от того же отец становятся жертвой ребенка, терзаемого страхом одиночества. Ребенок превращается в сущего тирана, из-за чего родители теряют авторитет в глазах друг друга, а семья распадается. В своем стремлении быть идеальной мать превращается в рабыню. Она слепа и глуха к тому, что ребенок, подрастая, принимается сокрушать авторитет все большего количества людей, пока не сталкивается с крепким орешком, который оказывается ему не по зубам. Упаси бог, если у такой матери несколько детей. Ей и с одним-то не справиться. Совершенно ясно, что нервная система матери расшатывается.

Каков у человека авторитет, можно судить по его вилочковой железе. Подобно тому, как вилочковая железа прикрыта грудиной, так и авторитарность может прикрываться авторитетностью. **Авторитарность - это усиление своего авторитета за счет разрушения чужого.** Повышенная авторитетность, увя, перестает быть авторитетностью. У человека, уважающего себя, то есть являющегося авторитетом для самого себя, вилочковая железа имеет нормальную величину, а значит, здорова. Причиной болезненных изменений в вилочковой железе является авторитарность.

- **Чем выше авторитарность человека, имеющего хорошее мнение о себе, тем больше становятся размеры его вилочковой железы,** вплоть до опухолевого разрастания. У жертвы же авторитарного человека вилочковая железа маленькая, так как человек этот - никто.

- **Чем меньше авторитет человека, тем меньших размеров и вилочковая железа,** вплоть до полного исчезновения. Если авторитетность человека подобна пустому месту, то и вместо вилочковой железы у него пустое место.

- Чем благороднее и выше цель, ради которой человек стремится обрести авторитет, и чем более героические страдания ему приходится из-за этого переносить, тем выше вероятность заболевания раком. **Рак вилочковой железы - это болезнь**

**человека, стремящегося выбиться в величайшие авторитеты.**

Если родители не способны прийти к согласию, ребенок делается беспомощным. Если бы это было не так, он не одолевал бы родителей вопросами и не возмущался бы ответами. **У беспомощного ребенка отсутствует инициативность.** Поначалу он постоянно лезет с вопросами, а позже только и слышишь от него: принеси да подай. Почему так происходит? Потому что родители, живущие без согласия, испытывают недовольство. Им некогда углубиться в сделанное и оценить прогресс - они тут же выставляют оценку, отбивая у ребенка желание думать своей головой и работать своими руками.

**У родителей, поддерживающих друг друга, ребенок справляется с любым делом, поскольку схватывает все на лету. Он не ждет совета, а сам находит решение. Прислушивается к совету родителей, но не отвергает и чужих. Вместе с тем не следует слепо ничьему совету, поскольку родительский совет не приказ. Родительский совет - опора для реализации собственного вдохновения и инициативы.**

Чем младше ребенок, тем важнее, чтобы родители жили в согласии, ибо труднее всего выпрямить с помощью опор деревце, искривленное у самого корня. Даже при наличии самых совершенных подпорок у ствола такого дерева останется прогиб, который обозначает его слабое место. Никто не знает, в какой момент оно подведет. Иначе говоря, ребенку, **чтобы не вырасти кривым деревцем безо всяких опор или не искривиться в ходе воспитания**, требуется для выпрямления любящее и бережное отношение с самого момента зачатия.

**Чувство вины ведет к чрезмерной опеке - воспитанию.**

**Безразличие ведет к пренебрежению - невоспитанности.**

Кривые ноги имеют свое физическое толкование, о чем говорилось в предыдущих моих книгах, однако прирожденная внешность не вызывает болезни. **Прирожденная внешность являет собой энергии предыдущей жизни, материализованные в теле.** Форма становится болезнетворной под воздействием энергий, усвоенных в настоящей жизни. Большую их часть мы получаем от родителей. Аналогичные энергии, сообщаемые нам людьми чужими, лишь расцветивают мозаику наших энергий.

**Чаще всего деревца растут кривыми из-за чрезмерной опеки матери и безразличия отца к процессу воспитания.**

Имеются в виду материнское чувство вины и отцовская бесчувственность, возникшие как реакция на обвинения. Чем требовательнее жена, тем яростней отвергает она любую реплику мужа, как бы демонстрируя, что как отец он - ничто. Если муж не желает отвечать тем же, он запирает рот на замок и предоставляет жене решать все вопросы, отдавать приказы и запреты. Вскоре жена принимается твердить то, что раздастся сегодня со всех сторон: все в семье взвалено на женские плечи. При этом дети отбиваются от рук, так как безжалостно используют неумение родителей быть друг для друга опорой.

Родитель, испытывающий чувство вины, совсем не обращает внимания на то, что ребенок мчит к нему за разрешением, получив отказ у другого родителя. Из чувства вины он дает разрешение, не замечая нанесенной супругу обиды. Если кто-то вмешивается, он возражает, что, дескать, зря тот запретил или напрасно он обидел ребенка. Фактически же ни один муж, поддерживающий жену, и ни одна жена, поддерживающая мужа, никогда не обидит своего ребенка.

Поэтому в интересах нормального развития ребенка родителям следует принять за правило соглашаться с решением того из них, кто первым его высказал. Если решение спорное, нужно прежде всего обговорить проблему между собой. У детей хватает рассудительности не осуждать родителей за их ошибки.

Переговоры - основа нормальных отношений. Обратите внимание на слово "переговоры". Общаются между собой - причем на самых разных уровнях - люди, которые в первую очередь умеют вести переговоры, поскольку и на материальном уровне слово - это то, что понятно и доходчиво. Ведь слово является субстанцией духовного уровня. В слове происходят встреча и соединение духовного и физического уровней. Близкое общение начинается со словесного общения, то есть с переговоров, когда ситуация обговаривается на понятном для обеих сторон языке.

Если родители способны находить общий язык даже в самой сложной ситуации, из ребенка может получиться искусный дипломат. А из ребенка, пережившего развод родителей, никогда не выйдет дипломата, досконально знающего свое дело, или политика.

Воспитанному человеку трудно воспринять подобный совет, поскольку он уверен в своей правоте. Воспитанный человек даже не понимает, насколько он воспитан. Желание продемонстрировать, доказать, что я - воспитанный человек, а не какой-нибудь дикарь, ведет к ещё большей неразберихе. Приведу пример. Беседую с пациентом о том, какое воздействие оказывает *надежда на чужую помощь* на людей в целом и на него лично в частности. Объясняю, как высвободить *надежду на то, что кто-то меня осчастливит*, хотя о высвобождении стрессов я много говорила во всех своих книгах. Почему я стала повторяться? Почему не сказала: прочитайте книги? Потому что не хотела испугать воспитанного человека своей невоспитанностью. И что же? Глядит он на меня своими пустыми глазами и спрашивает: "*На что же мне надеяться?*"

М-да, много мне пришлось повидать, но с подобным сталкиваюсь впервые. И я ответила: "*Почему вы у меня это спрашиваете? Я-то знаю, на что надеюсь. Я надеюсь, что вы начнете заниматься собой и перестанете надеяться на то, что вашу жизнь за вас проживу я. А вы на что надеетесь?*" Он даже не понял, что в самом вопросе заключается и ответ. Лишь слегка повел бровью, как это принято у людей воспитанных.

**Трагизм образцовости**

Я называю воспитанность **СИНДРОМОМ ПУСТЫХ ГЛАЗ** и советую всегда наблюдать за выражением глаз собеседника. В противном случае вы станете впустую растрчивать свою энергию. Кто действительно нуждается в вашей помощи, тот слушает с душой, и в какой-то момент в его глазах загорается огонек понимания. Вам сразу же становится ясно, что собеседник уловил суть дела. Человек был к этому готов. С теми же, кто кичится своей воспитанностью, такого не происходит. Они еще не готовы.

Люди, которые ни к чему не готовы, могут желать чего-то до умопомрачения, но, когда получают желаемое, едва не сходят с ума. Заикливаясь на новообретенной собственности, они упиваются собой, одновременно уничтожая приобретение. Такой собственностью может быть что угодно или кто угодно, как духовное, так и земное. **Кто не готов, тот всегда готов** бороться за собственность.

Особенно скверно обстоит дело, когда человек стремится владеть знаниями. Вместо того чтобы выявить путем наблюдения, что именно интересует ребенка или в чем выражаются его природные задатки, родитель осознанно нацеливает ребенка лишь на красивое, хорошее и выгодное. Если родитель *не желает быть эгоистом*, он устраивает ребенку настоящее промывание мозгов, манипулируя словом "мы". "*Сейчас мы будем делать уроки*", - произносит с нажимом распрекрасный родитель, заставляя ребенка учиться, тогда как у самого мысли витают далеко отсюда. "*Нам пора спать*", - лжет он каждый вечер, усаживаясь перед телевизором. "*Мы едим только здоровую пищу*", - заявляет родитель, ставя перед ребенком разогретое в микроволновке содержимое консервов, на упаковке которых написано "Натуральное". Родитель покупается на любую рекламу и не понимает, что обманывается сам и обманывает при этом других.

Не будь воспитатели привычными к тому, что воспитуемые отводят взгляд в сторону, и не оправдывай они опущенные взоры больных тем, что у тех якобы нет сил поднять голову, то у них возник бы вопрос: почему между ними не возникает столь необходимого визуального контакта? У кого хватает времени заглянуть в глаза ближнему, тот находит ход в его душу, чтобы понять, что там происходит. Умение помочь возникает тогда само собой. Может, ничего другого и не требуется, как только понять. Кто не спешит, тот не спешит осуждать.

**ЧЕЛОВЕК справляется со своей жизнью САМ.**

**ОБРАЗЦОВЫЙ человек справляется со своей жизнью В ОДИНОЧКУ.**

Если не вдуматься в смысл этих строк, то может показаться, что автор повторил одну и ту же мысль. На самом же деле "сам" и "в одиночку" разнятся, как день и ночь. В современном мире становится все больше людей образцовых, которые с растущим спортивным азартом доказывают, что они и в одиночку прекрасно справляются с жизнью. На вид они могут даже казаться счастливыми. Но что это за счастье, если у человека нет ни семьи, ни детей? Радость от мнимой свободы может только казаться счастьем, как и радость от того, что рядом нет треплющего нервы супруга и глупых непослушных детей.

Растет количество людей, которые знают, что у них есть семья, потому что она есть в физическом смысле, однако они этого не ощущают. Такой человек гордится своим образцовым супругом, но не замечает того, что чем больше он расхваливает образцовость супруга, тем сильнее его собственное одиночество, поскольку образцовый супруг не нуждается в его близости. Так же обстоит дело и с образцовыми детьми. В итоге человек, испытывающий гордость за свою здоровую счастливую семью, все чаще начинает ощущать, что его не любят и в нем не нуждаются. Его собственная образцовость начинает от этого таять, подобно весеннему снегу.

Образцовость - это следствие воспитания. Образцовый человек оскорбляется, если сказать ему, что все его старания справиться в одиночку - это лишь стремление доказать свою образцовость и желание вырваться из-под гнета родителей и прочих воспитателей. Подобный самообман ведет к тому, что каждое последующее поколение становится все более образцовым, покуда не достигнет критической черты, о чем сами люди могут и не догадываться.

Воспитанный образцовым ребенком может быть настолько образцовым, что не причиняет родителям абсолютно никаких хлопот. Зато в душе ребенка поселяется большая печаль. Имя ей - бездетность. Почему? Потому что **нельзя зачать ребенка в одиночку**. Потому-то и примерные во всем люди все чаще оказываются бездетными. Их стремление справиться со всем **в одиночку** оборачивается тем, что они не возбуждают партнера сексуально либо не возбуждаются сами, хотя и испытывают любовь. А так как подобное притягивает к себе подобное, и оба супруга действительно образцовые, то это их качество суммируется в сверхобразцовость, что привело бы к рождению ребенка с врожденной гомосексуальностью. Если ребенок не нуждается в подобном уроке, то он у таких родителей и не рождается, даже если во всем остальном они соответствуют его потребностям. Своим непоявлением он вразумляет родителей умерить образцовость. Если родители исправляют свою ошибку, то ребенок рождается.

**Состояние, при котором женщина не раскрывается мужчине и не принимает того, что он ей дает**, называется фригидностью, половой холодностью. Состояние это может быть столь привычным для женщины, что слова мужа "Ты холодная женщина" явятся для нее ударом. Такое оскорбление чаще всего не прощают. Такая женщина не понимает, когда говорят, что суровая правда ранит больше всего. Она не признается и в том, что оскорблена - оскорбление, нанесенное прямо в сердце, перехватывает на миг дыхание, а человек, у которого перехватило дыхание, не ощущает оскорбления. Ее оскорбленность моментально превращается в основанное на знании непростительное - эгоизм. Несмотря на это, женщина, вероятно, будет жить половой жизнью, поскольку это позволяют ее анатомия и физиология. Если ее образцовость достигнет критической отметки и ее жизненные потребности от этого не исчезнут, она станет необразцовой - овладеет техникой секса, начнет вступать в случайные связи либо обратится к услугам мужчины-проститутки с тем, чтобы доказать хотя бы самой себе, что она - стоящая женщина. Чем выше плата за услуги, тем больше похвальных слов слышит она от мужчин, ибо ответственности за оплаченные слова эти мужчины не несут.

**Аналогичное состояние, при котором теперь уже мужчина не раскрывается женщине и не принимает того, что она ему дает**, называется импотенцией. Мужчины тоже люди, они тоже оскорбляются и тоже испытывают печаль и безысходность, хотя им положено этого стыдиться, что они и делают. В результате развивается импотенция. Мужчина из разряда законченных эгоистов занимается сексом под стать жеребцу-производителю и сеет свое семя, словно траву, безо всякого чувства



ответственности. Чем фригидней женщина, тем сильнее она тянется к такому мужчине, не задумываясь о том, что это животное не поддается одомашниванию. Мужчины, протестующие против воспитания в духе образцовости, абсолютно уверены в том, что мужчине положено быть подобным животным, ибо женщинам это нравится. По-своему они правы - ведь что касается всего остального, образцовые женщины справляются сами. А что их дети не справляются, об этом они не думают.

**Безответственных людей отличает нежелание мыслить человеческими категориями. Они предпочитают действовать как животные.**

Одной из самых больших проблем для образцовых людей является создание семьи. Они сомневаются в необходимости семьи. Ведь они справились бы и в одиночку. А если кто-то сумеет их окружить, то всякий раз, когда в семье возникнет проблема, они будут думать с сожалением: не следовало бы обзаводиться семьей, я не гожусь для брака. **Образцовые люди желают быть в семье сами по себе.** Если супруг относится к этому с пониманием, желание удовлетворяется, и семья сохраняется. Супругу приходится быть образцовым, чтобы это вынести. И детям тоже приходится быть образцовыми. *Очень образцовый родитель, особенно отец, способен покинуть семью из-за необразцового ребенка, заявляя, что это не его ребенок.* Вместе с тем он способен считать своим приемного ребенка, если тот образцовый.

Его собственную жену и ребенка подобные вещи страшно шокируют. Они не понимают того, что человек *отождествляет себя со своей образцовостью* и ничего не слышит и не видит. До тех пор, пока его хвалят дома за образцовость, он считает дом своим. Когда же его хвалить перестают, он уходит искать место, где бы его хвалили. А если остается, у него нарушается слух. Предварительным симптомом нарушения слуха является **выборочный слух**. Иначе говоря, образцовый человек слышит лишь похвалу, однако глух ко всяческим упрекам. Домочадцы не в силах поверить этому, но так оно и есть.

Пример из жизни.

Гуляла я как-то по улице. Передо мной шли молодая мама и двухлетний мальчуган, который крепко держался за мамин палец. Так как мальчишки в этом возрасте хотят все делать сами, я удивилась, поскольку почувствовала, что ребенок боится ходить самостоятельно. Едва мысль промелькнула у меня в голове, как мать высвободила свою руку и сказала: **"Иди один! Почему я должна тебя тащить?"**

Раздался панический жалобный крик, от чего мне сделалось не по себе, но для матери это было обычным делом. Мать к этому привыкла, хотя привыкать к таким вещам нельзя. Она устала, ей все надоело, так как ребенок, страшась одиночества, не дает матери покоя ни днем, ни ночью.

Как следовало бы поступить матери?

Она должна была бы сказать: **"Иди сам! Ты же умеешь"**. И ребенок пошел бы и был бы счастлив, потому что ему дали возможность быть Самим Собой - то есть личностью.

Тем, кто любит вращаться в обществе, никогда не понять образцовых людей. Особенно же непонятными для светских людей являются гомосексуалисты.

**Чрезмерная образцовость вкупе с абсолютным отрицанием греха суммируется в гомосексуализм.**

**Такой важный детский мир**

Судя по степени зрелости, наиболее многочисленной группой населения, обитающего на планете Земля, являются дети и подростки, которые в совокупности растут и созревают гораздо медленнее, чем кажется на первый взгляд. Из-за того, что нас подвергают воспитанию и допеканию, нам приходится для постижения одной и той же мудрости являться на свет по несколько десятков раз, взрослев духом за одну жизнь, быть может, на одну лишь символическую минуту. Поспешность особенно свойственна белым людям, у которых никогда нет времени. Это значит, что белые считают себя умнее и более трудолюбивыми, чем чернокожие, но чернокожие усваивают куда больше житейской мудрости, так как им не к спеху. У чернокожих нет страха не успеть. Вернее, этот стресс у них не столь велик. У них вообще все стрессы поменьше.

Все чаще слышится: будь самим собой. Я тоже так говорю. Что это значит? Конкретно это значит, что если у человека детская душа, то этого не нужно стесняться. Поглядите на жителей стран Востока. По внешнему виду и по поступкам они похожи на детей, но по натуре им свойственна зрелость, благодаря которой они сохранили жизненную философию, так или иначе лежащую в основе и западной философии. У подобных детских душ форма и содержание находятся в относительном равновесии. Они такие, какие они есть, и жизнь их безмятежна, как у детей. Что же в этом плохого? **Детская душа - это не синоним ребенка.** Свойственная населению восточных и развивающихся стран многодетность доказывает, что они не дети. Являя собой детские души, они при всей их молодости в настоящей жизни достаточно зрелы для того, чтобы их любовь приносила такие плоды.

Этого нельзя сказать о белых людях, которые, будучи детскими душами, из кожи вон лезут, дабы доказать, что они не дети. Стремясь утвердиться в своей солидности, белый человек относится безжалостно к ребячливости, не подозревая о том, что он безжалостен по отношению к своей скрытой сущности, которую прячет даже от самого себя. Не ведая о том, что творит, своим отношением к окружающим он губит себя самого. Страх и стыд быть самим собой настолько велики, что над **породой белых людей, выведенной научным способом**, нависла угроза вымирания. В скором времени половина из всего количества белых окажется бездетной, ибо до конца жизни эти люди будут чересчур ребячливыми и не смогут ни зачать, ни произвести на свет потомство. Несмотря на это, белые не желают признаваться в своей ребячливости. Стесняются. Если чернокожие обманывали бы себя в той же степени, что и белые, продолжение жизни на Земле находилось бы под серьезной угрозой.

Ребячливые души делятся на три группы:

- чересчур дети - **сверхребячливые**,

- как дети - **ребячливые**,
- дети - **совершенно ребячливые**.

К *чересчур детям* относятся те, кто кичится своей ребячливостью. Как *дети* - это те, кто является самим собой, то есть личностью. *Дети* - это те взрослые, которые стыдятся своей ребячливости и ее истребляют. Будучи двумя гранями единого целого, гордость и стыд соперничают друг с другом, причем сам человек бессилён побороть свои стрессы. Но он не ощущает собственного бессилия, так как ему положено быть предприимчивым. Он настолько свыкается со своей гордостью и стыдом, что они не вызывают эмоций. Поэтому он с полной уверенностью утверждает, что не гордый и что ему не стыдно. (NB! Ему не стыдно заявлять, что ему не стыдно.)

"**Человек с задержкой в развитии**" может настолько привыкнуть к своей гордости и своему стыду, что с абсолютной уверенностью считает себя уважаемой личностью, которая *вправе требовать*, чтобы ее уважали. Его глубоко оскорбляет, если этого не происходит. Не происходит это в сердце, где отношения между людьми более человечные, более искренние, открытые, честные, простые, эмоциональные. К сожалению, гордость смотрит сверху вниз и оценивает внешнюю сторону. Потому она и именуется человечность примитивностью, пошлостью, неотесанностью, не подозревая о том, что во всем видит лишь собственную скрытую сторону.

Чего не хватает у себя дома, то ищут на стороне.

"Человеку с задержкой в развитии" чрезвычайно льстит, когда его уважают и считают лучше, чем он есть на самом деле. **Кто считает себя развитым человеком, тот и есть как раз человек с задержкой в развитии.** Он не понимает, что на Земле нет развитых людей, так как ни одно духовное создание не сформировалось окончательно. На Земле есть развивающиеся люди. Все мы являемся потенциально развивающимися людьми до тех пор, пока у нас есть как разум, так и способность мыслить. Когда нет разума, нет и мыслительной способности. Когда имеется только разум, на наличие которого указывает механическая память, но отсутствует мыслительная способность, развитие останавливается.

Количество людей, обладающих разумом, но не способных мыслить, стало расти на Земле накануне XXI века, поскольку распалось государство, где идеал коммунизма, он же, в принципе, идеал райской жизни, вдавливался в голову каждому гражданину. Разрушенный социализм сменился диким капитализмом, идеалом которого являются деньги. **Когда деньги становятся Богом, утрачивается способность мыслить.** Разум, лишенный способности мыслить, заставляет человека прежде всего действовать. Размышление о последствиях не относится к признакам разума.

Разум расположен в левом полушарии головного мозга.

Мыслительная способность - в правом.

Люди развивающиеся, то есть те, у которых функционирует правое полушарие головного мозга, нуждаются в энергии развивающихся стран. Они отправляются туда в поисках самих себя и зачастую находят. Ведь подобное находит подобное. К сожалению, эти люди не выделяются в толпе, потому что они едут туда без намерения менять что-либо или кого-либо. Зато развитые люди видят в них чудачков, которые сами не знают, чего хотят.

**Развитые люди** знают, чего хотят, потому их манят к себе развитые страны. Это значит, что **развитые страны притягивают развитых людей с задержкой в развитии**, которые восторгаются развитыми странами и мечтают побывать там снова и снова. Почему? Потому ли, что там имеются земные блага? Это само собой, но и потому, что подобное *притягивает* подобное. Среди подобных себе человек ощущает себя хорошо и свободно. Там не нужно быть в постоянном напряжении, чтобы доказать свое превосходство.

Приятно сознавать, что к тебе относятся хорошо. Когда на тебя с восхищением взирают снизу вверх, твоё "эго" растёт как на дрожжах. А *знание, что ты лучше других*, позволяет играть роль благодетеля, ещё больше вращивая "эго". В собственном же развитом обществе такой возможности нет. Там ты можешь быть пустым местом, которое никто не замечает.

Человек с комплексом неполноценности всегда мечтает оказаться в роли господина и с восторгом воспринимает своё новое положение, пусть оно даже кратковременно. Строя из себя со всей серьёзностью господина, он не замечает, что житель развивающейся страны с его природным чутьём моментально распознаёт потребности лже-господина и с удовольствием ему подыгрывает. Господин обманывает себя своим актерским мастерством, абориген обманывает господина и веселится. Недовольство господ не в состоянии заглушить аплодисменты зрителей.

У жителей развивающихся стран, как правило, более тёмный цвет кожи. Цвет кожи определяется продолжительностью времени пребывания на Земле. Это значит, что число реинкарнаций, помноженное на среднюю продолжительность жизни, даёт время проживания на Земле, продолжительность которого у белых людей длительней, чем у людей с более тёмной кожей. При всем при том белый человек северных широт, бывает, перебегает из одной жизни в другую, словно ребенок, чтобы получить желаемое, но ничему толком не научается, так как для учебы необходимо время. Если нет времени, нет и любви, и тогда рвутся и интимные отношения.

Таким образом, наивно было бы полагать, что поспешность приводит к цели быстрее или что поспешностью можно урвать кусок получше. Поскольку все проблемы возникают от того, что человек бежит наперегонки со своими страхами, то все, что относится к стрессам, есть плод нашей наивности. До тех пор, пока мы этого не поймем, мы неизбежно будем вращивать своё "эго".

### **О царстве желаний**

В беседах с людьми, которых одолевают желания, я часто использую фразу: желание - это из области воздушных замков, а свершение - совсем иное. Желать мы можем, но это не значит, что желаемое должно свершиться. Оно свершается, если в этом

есть потребность. Причем зачастую это оборачивается страданием для нас же самих. Если бы при возникновении желания мы догадались задаться вопросом: "*Нужно ли мне это?*", то, возможно, избежали бы и самого желания, и страданий. Причем душа была бы спокойной и тело - здоровым. Мы были бы счастливы от одного того, что не получили ненужного.

Возможно, вам досаждают мои речи о желаниях, ведь о них я достаточно много говорила в предыдущих книгах. Спешу вас заверить - это заверение действует успокаивающе на многих - в том, что пишу я, по правде говоря, для себя. Фактически каждый человек все делает для себя и лишь с виду - для других. Мои книги - это история моих открытий и развития. Перечитываю их и открываю себя. Каждый раз заново. Увлекательнейшее занятие. Читаю словно в первый раз. Не говоря уже о процессе написания.

Люди непрерывно развиваются из жизни в жизнь, изо дня в день, проделывая одно и то же, каждый раз открывая для себя нечто новое. Это новое - собственный скрытый потенциал. Кому надоедает рутинная работа, тот действует без души, а потому не воспринимает житейского урока. Человек, выполняющий с радостью одну и ту же работу в течение десятилетий, может решить, читая эти строки, что он-то все делает правильно. Если он здоров духовно и физически, то так оно и есть. Если не здоров, значит, он привык симулировать радость, поскольку имеет дело с хорошо оплачиваемой или выгодной в ином отношении работой. Он выполняет эту работу, невзирая на нежелание, отчего и заболевает.

Напомню, что:

- желание и нежелание - две грани единого целого. Когда желание доходит до критической черты, то есть когда оно надоедает человеку до чертиков, то перерастает в нежелание. Обратного превращения нежелания в желание не происходит в случае, если человек заболевает. Болезнь служит ему самозащитой от желаний, хотя сам человек этого может и не сознавать. Сознательно он желает выздороветь, но подсознательно не желает, поскольку не хочет, чтобы продолжилось то, что сделало его несчастным;

- желания сопровождаются обидой, которая зашлаковывает лимфу, из-за чего тело не может очиститься. Чем больше желания, тем выше зашлакованность тела;

- мышцы выражают силу, с которой реализуются желания, то есть силу воли.

Обычно под мышцами подразумеваются поперечнополосатые мышцы, которые с точки зрения медицины именуется подчиняющимися воле. *От свободной воли мышцы не болят.* А от силы воли болят. Чем больше сила воли, тем потенциально сильнее сама мышца. **Болезнь проявляется, когда человек сознательно, волевым усилием заставляет себя делать то, чего в действительности не желает.** Подобное подавление негативного желания во имя некоей цели есть достижение цели силой, то есть злобой.

В результате **поражаются поперечно-полосатые мышцы.**

Мышечная патология, связанная с неподчинением воле, называется **параличом**. Существует два разных вида паралича: спастический и вялый. Оба могут развиваться:

1. **внезапно** вследствие травмы или **стремительно** вследствие болезни, поражающей нервную систему;
2. **медленно и прогрессирующе** вследствие постоянного напряжения, когда человек без передышки испытывает свои силы.

Произойдет ли судорожное сокращение мышцы или же она безвольно обмякнет - зависит от поражения конкретного вида нервных волокон. Существуют *мышцы распрямляющие и сгибающие*. Кто себя распрямляет или сгибает по своей доброй воле, у того поперечно-полосатые мышцы в норме. Живя по чужой указке и руководствуясь желаниями, мы повреждаем свои мышцы.

**Кто в приказном порядке становится лучше, у того поражаются распрямляющие мышцы.**

**Кто в приказном порядке становится хуже, у того поражаются сгибающие мышцы.**

Вероятно, вы удивлены, как это человек может в приказном порядке стать хуже. Еще как может, если для того, чтобы выжить, ему приходится сгибаться перед волей хороших и очень хороших людей.

Нервные клетки состоят из двух видов **волокон - подчиняющихся чувствам и подчиняющихся воле**. Они созданы для того, чтобы работать по принципу: что подсказывает чувство, то воля и делает. Если чувство хочет, то воля исполняет. *Если чувство безмолвствует, то воля уже не поможет.* Позитивное чувство говорит: "*Делай!*" Негативное чувство говорит: "*Не делай!*" Когда воля перерастает чувство, чувство безмолвствует, и человек делается рабом своей воли. Запредельные желания умерщвляют чувства.

**Желания могут быть безграничными.**

**Сила воли ограничена**, чтобы человек под вывеской добра творил меньше зла.

Природа сотворила мышцы таким образом, чтобы их работа чередовалась с отдыхом. Негативный электрический импульс выражает работу мышцы, позитивный - отдых. *Чередующийся ритм работы необходим мышце не только для того, чтобы она была здорова, но и вообще чтобы она была.* **Чем сильнее у человека нерализовано желание, тем непрерывнее напряжена мышца.** На мышцу воздействует негативный электрический импульс, и она не может расслабиться. Чем сильнее у человека нерализованные желания, тем в большем постоянном напряжении пребывает соответствующая мышца.

**Напряженное ожидание достижения благих целей воздействует на мышцы подобно постоянному отрицательному току.**

Мышца имеет достаточную длину и ширину. Во время работы мышца напрягается - укорачивается и расширяется. Во время отдыха принимает первоначальный объем - расслабляется. Чрезмерно удлинившаяся и сужившаяся мышца становится уже не просто расслабленной, а вялой. Поначалу она подобна мокрой тяжелой тряпке, висящей на веревке, затем похожа на тесто, а позже - на иссохшего полуживого божья на ветру. Подобное состояние мышц возникает, когда разуверившийся человек сдался

и ему стыдно. Вера в людей обычно утрачивается задолго до того, как откажет тело.

Человек, живущий сообразно потребностям, дает уставшей мышце роздых. **А человек, живущий в плену у растущих изо дня в день желаний, не дает. Он выжимает из себя последние соки.** В итоге его мышцы не расслабляются даже во время сна. Вместо того чтобы считать это ненормальным, человек испытывает гордость, ибо превыше всего ценит силу воли. Он говорит: *"Я хоть и устал до смерти, но зато погляди, какие у меня мышцы. Они-то не устанут"*. Жизнь показывает, что еще как устанут.

Подавляемое чувство вины превращается в усталость. От величины чувства вины зависят *работа сердца и кровоснабжение*. От крови зависят *питание и работоспособность всех клеток тела*. К работоспособности относится и способность человека к очищению самого себя. Постоянно усталый человек перестает обращать внимание на свою душевную чистоту. Для него важны лишь цель и внешняя форма, важны для самоутверждения и самооправдания, чтобы когда-нибудь наконец отдохнуть.

**Неумение дать себе роздых превращается в желание получить передышку.**

Чем тверже человек убежден в том, что *все определяется силой воли*, тем сильнее у него напряжены мышцы, подобно натянутым струнам, которые неизбежно начнут лопаться одна за другой. В состоянии постоянного напряжения невозможны ни восстановление, ни обновление. Человек, пребывающий в напряжении, не слышит, о чем говорят ему мышцы. Он не видит, что что-то не так. Он не чувствует неладное, поскольку мертвые клетки и выросшая на их месте соединительная ткань, заполняющая пустоту, не обладают чувствительностью. *Чувство гордости за подобное изнурение самого себя вызывает окостенение соединительной ткани в неожиданных местах - анкилоз либо уплотнение до состояния камня - склероз*. Чем больше чувство гордости, тем в большей степени мышца похожа на кость или камень.

Схема очень проста:

- напряжение, вызываемое страхом, оборачивается **мышечным напряжением**;
- упрямство оборачивается **мышечным онемением**;
- закоснелость оборачивается **мышечной неподвижностью**;
- выскопарные желания оборачиваются **окостенением**.

**Окостенению подвержены поперечно-полосатые мышцы. Гладкие мышцы поражаются склерозом.**

Мышцы - это наиболее развитый физический орган человеческого тела. Они составляют 40-50% от общей массы тела. Мышцы можно назвать машинами, которые при сокращении преобразуют химическую энергию непосредственно в механическую (рабочую) и тепловую. По своей величине, строению и функции мышцы бывают самые разные, но их объединяет одно общее свойство: они обеспечивают подвижность физического тела. Есть три вида мышц:

1. **поперечно-полосатые мышцы** - по величине крупные, по работоспособности - чем крупнее, тем мощнее;
2. **гладкие мышцы** - мелкие вплоть до невидимых глазу. Поскольку они функционируют незримым образом, то обычному человеку о них ничего не известно;
3. **сердечная мышца** - мышца особая. Она состоит из поперечно-полосатых и гладких мышц. У эмбриона первым из мышечных органов начинает развиваться сердце, а с него начинается развитие всех других мышц. Строение сердца говорит о том, что во всем, что делается от сердца, прямым образом участвует и само сердце. Всякий сбой в работе сердца указывает на то, что человек не сумел реализовать свои потребности от сердца.

Залогом здоровых мышц является душевная чистота. А здоровые мышцы, в свою очередь, являются залогом чистоты тела. У чистого человека мышцы во всех отношениях нормальные. Их натренированность обеспечивается движением, соответствующим потребностям, работой, спортом. Всевозможные патологии мышц вызываются желаниями. *Небольшое напряжение, сопутствующее скромным желаниям*, может перерасти в *негибкость, при которой человек отстаивает свои права*, а напряжение со временем превращается в *абсолютное окостенение*. При этом состояние трупного окоченения не означает, что человек мертв. Существуют болезни, при которых мышечная спастичность равняется трупному окоченению.

И без комментариев ясно, что окостенелая или окаменелая мышца неподвижна. Окостенение мелких внутрисуставных мышц ведет к окостенению сустава, его неподвижности. Чем дольше сустав находится в одном и том же положении, тем в большей степени окостеневают крупные мышцы, приводящие его в движение, и тогда уже нет смысла помышлять об искусственном суставе. Сустав все равно не заработает. Растет количество людей, у которых медики еще на ранней стадии заменяют один или несколько окостеневающих суставов искусственными. У такого человека жизнь стоит на месте, как и его сустав, даже если сустав искусственный. Человек с искусственным суставом неспособен двигать жизнь вперед в должной мере, а потому его не следовало бы избирать народным представителем.

Чем больше и чем непреклонней у человека сила воли, тем серьезнее изменения, происходящие в мышечной ткани, что вызывается постоянным напряжением. Волевой человек упражняется в силе воли, покуда не добивается своего. Но наступает день, когда он терпит поражение. Чем внезапнее и трагичнее первое чувство беспомощности, печаль, обида, разочарование, горечь, стыд, тем вероятнее, что это ощущение будет последним. Человек сделал из этого для себя мировую проблему. Чем выше его гордость, тем вернее, что он не станет позориться из-за отчаяния. Иначе говоря, не пойдет в кабак и не напьется в стельку, не станет хвататься за наркотики, чтобы унять душевную боль. Не станет плакать. Он попросту заболеет безнадежной болезнью.

**Чем сильнее состояние безысходности, тем более вялыми делаются мышцы.**

У человека ломается воля. Его прекрасный мир, сулящий так много всего, рассыпается в прах. Внезапный и полный надлом притягивает травму либо острую форму болезни, следствием чего явится вялый паралич. Излечение зависит от того, сколь

хорошего мнения был о себе человек. Для гордеца не может быть и речи о том, чтобы приспособиться к новой ситуации. Для него это равнозначно поражению. Отказаться от своей гордости он не умеет и не желает - отказ этот для него равнозначен смерти. Если человек не умирает, это значит, что его стыд пока не перевешивает смерть. Иными словами, человек с вялым параличом будет прикован к постели до тех пор, пока возрастет свой стыд до таких размеров, что тот затмит смерть. Именно такова участь большинства парализованных.

У человека стеснительного чувство гордости запрятано внутрь, и его податливость обманчива. Если он желает доказать более гордому человеку, что тоже способен чего-то достичь, то его желания могут по масштабам сравняться с желаниями более гордого человека, но его гордость знает свои уязвимые места. Страх опозориться вынуждает его к осторожности. У такого человека воля ломается шаг за шагом, постепенно. Всякая мелкая неудача усугубляется состоянием безысходности, и всякая конкретная форма безысходности вызывает вялость соответствующей мышечной клетки. Кто считает дряблость мышц явлением, сопутствующим старению, тот и не подозревает, что в действительности он болен.

**Воистину гибким является человек с малой гордостью.** Такой человек и в столетнем возрасте не утрачивает пружинистости мышц и гибкости тела, поскольку занимается собой и работой согласно потребностям. Это значит, что чем старше он становится, тем продуманней его действия. Человек противоположных принципов, который тренирует свое тело и *штурмует* работу, чтобы доказать свое превосходство, подвергает мышцы опасности, а без мышц у него не будет движения, то есть будущего.

Пример из жизни.

Я была немало удивлена, когда на консультацию явился мужчина, который еле-еле двигался из-за спастичности мышц. Он то и дело спотыкался и едва не падал на каждом шагу. Он радовался тому (хотя это и был самообман), что все его мышцы при нем и что он **все еще хорошо выглядит**. В свои 60 лет он совершенно безответственным образом женился на 40-летней женщине, не желая видеть того, что она польстилась на его фамилию и деньги. Их двухлетний ребенок, до которого никому не было дела, постоянно болел. Несмотря на это, ребенок не плакал и ничего не требовал. **Жертва, лишённая эмоций. Жизнь** в этой семье **была подчинена соблюдению внешней формы**. Мне пришлось наблюдать все это в течение недели, и, должна сказать, мне сделалось не по себе. Никогда не представляла, что люди могут быть настолько безразличными друг другу.

При **спастическом параличе** мышечный тонус парализованных частей тела постоянно повышен, из-за чего мышцы укорочены и не подчиняются человеческой воле. Рефлексы же могут быть настолько патологически живыми, что всякое раздражение вызывает в мышцах автоматическое сокращение, неподвластное воле. Одно лишь промелькнувшее в мыслях *желание идти* способно заставить человека засучить ногами. **У людей, пораженных спастическим параличом, истощения мышц не происходит - этого не допускает желание гордиться внешней формой.** Со временем стыд перешибает гордость и валит человека с ног.

**Спастический паралич указывает на то, что человек не умеряет своих огромных желаний.**

**Вялый паралич указывает на то, что человек утратил надежду и уже ничего не желает.**

Спастическое состояние мышц подвергает опасности кости как прямо, так и косвенно. Напрямую - это перелом даже самой крепкой кости, вызванный внезапным мышечным спазмом, который обусловлен чрезмерным страхом. Косвенно - это повреждение мышечными спазмами структуры кости, что делает ее хрупкой. Заживление перелома может осложниться из-за мышечных спазмов.

Кто из гордости продолжает желать сломать чью-либо волю, тот ломает себе кости. Пациент, о котором шла речь, в своей гордости захотел сломить волю государства, гражданином которого является. По роду деятельности он архитектор, но, даже будучи больным, судорожно желал доказать, что созданная им форма - самая прекрасная, полезная для здоровья, перспективная, целесообразная, экологически совершенная, гуманная. Ему бы осознать, что работа сама докажет свою состоятельность, так нет - он строчил письма в соответствующие инстанции с требованием признать его труд, поскольку он имел соответствующую научную степень. Отказался от социальной помощи, полагая, что заслуживает государственной награды.

Болезнь помешала ему бежать туда, куда не надо. Тем самым болезнь спасла его доброе имя, не дав ему опозориться.

При **вялом параличе** все происходит наоборот. В парализованных частях тела мышечный тонус низкий либо вовсе отсутствует. Рефлексы не срабатывают даже при очень сильном раздражителе. Хоть молотком бей. *Мышцы атрофируются*. Кто превыше всего ценит бугры мускулов и красоту тела, тот ощущает жуткий стыд. *Стыд лишь усугубляет высыхание, так как он иссушает и уменьшает*. С медицинской точки зрения **прогрессирующая атрофия мышц** является неизлечимой болезнью, приковывающей человека к постели и превращающей его в живой труп. Поддержать в нем жизнь можно какое-то время лекарствами. Чем сильнее человек стыдится своего беспомощного состояния, тем быстрее умирает. **Стыд иссушает не только его мышцы, но и все живительные соки.** Поскольку без воды нет жизни, уменьшение жидкости в теле до критической черты влечет за собой смерть. Как говорят, кровь стала слишком густой. Не только кровь, но и лимфа, однако про это мало кому известно, потому что лимфу отдельно не исследуют.

В такой ситуации помогает гордость, ибо она помогает не поддаваться обстоятельствам. Гордость не позволяет сдаться.

Пример из жизни.

Был у меня пациентом мужчина лет шестидесяти - красавец высоченного роста с атрофией мышц. Я воспринимала его как упрямую рабочую скотинку с умной головой, а его энергетическое тело виделось мне кружевной тканью. Одни сплошные дырки. В ту пору я была еще *хорошим* человеком и *хорошим* врачом, так как старалась наладить чужую жизнь. С удовольствием принялась латать его энергетические дыры, хотя и ощущала себя после занятий с ним выжатой, как лимон.

Моей помощи он не отвергал, но и не высказывал активности, хотя речь шла о его собственном благе. По его глазам было видно, что человек озлоблен. На прием он всегда являлся с легкой насмешливой улыбкой на устах и, набычившись, тарасил на меня глаза, в которых сквозила обида на окружающий мир. Он был болен и хотел, чтобы я его вылечила. Подсознательно он меня использовал, и я пошла у него на поводу. Так общаются накопленные за тысячелетия **гордость белого мужчины и стыдливость белой женщины**. У кого первым переполнится чаша терпения, тот и отринет партнера из самозащиты. **Поскольку убивает не гордость, а стыд, то именно женщинам приходится указывать на их место.** Срабатывает женский инстинкт самосохранения.

В ту пору я особенно активно занималась изучением стрессов. Я рассказала пациенту все, что знала и что ощущала в нем, и стала его просить заняться собой. Чем настойчивее я просила, тем яснее становилось, что у него нет времени, поскольку благодаря улучшению здоровья он расширил сферу трудовой деятельности. Укрепил дела собственной фирмы, точно бульдозер. За счет чего? За счет моих душевных сил. Точнее говоря, принесся меня в жертву своей работе.

Если поначалу он использовал меня подсознательно, а я подсознательно позволяла это делать, то со временем я стала осознавать, что он использует меня осознанно. Тогда я еще не знала, что человек никогда не использует другого человека - за него это делает его собственный эгоизм, а человек лишь плывет по течению собственного "эго". Это кажется ему правильным. **Эгоизм сотворяет из гуманизма, заложенного в человеке, дурака**, и человек идет путем наименьшего сопротивления.

Эта канитель продолжалась несколько лет. В один прекрасный день я решила - все, хватит. Консультацию я завершила словами: *"Больше я просить не буду. Это ваше здоровье. Не начнете заниматься собой, ко мне больше не приходите!"* Я чувствовала, что гордость не позволит ему прийти. Так и вышло. В назначенное время он не явился. Я ощущала себя виноватой перед ним, но и довольной собой. Наконец-то я посмела честно сказать: нет. Для меня это было большим достижением.

**Мужская гордость стыдится женского ума.** Отвергая женские знания и наставления, мужчина тем не менее принимает то, что женщина делает из любви, неважно - жена это или посторонняя женщина. Так поступает любой человек, цепляющийся за принципы, будь то мужчина или женщина. Мне приходилось иметь дело с глубоко догматичными людьми, которые заявляли: я болен, вылечите меня, но ничего не говорите, потому что я верующий.

Больше я такими людьми не занимаюсь, поскольку не имею права жить за человека его жизнью, хоть он этого и желает. Более того, я не хочу принимать на себя его страдания.

Прошли три года. Однажды приходит ко мне тот самый мужчина. От атрофии мышц и следа не осталось. Об инциденте трехлетней давности он сказал: *"Вы же выставили меня за дверь"*. Я ответила: *"Так-то оно так, но не считаете ли вы, что благодаря этому и выздоровели?"* *"Считаю, почему бы не считать"*, - произнес он, хитро усмехаясь. Особенно он был рад тому, что одурачил врачей. Нет, нет, он уже не высмеивает врачей, больше не желает им плохого. Если три года тому назад он относился к диагнозу с непримиримой злобой, что определило его участь, то теперь уже относится к медицине с понимающим юмором. В нем ощущалось гордое **великодушие победителя**.

Человек начал шевелить мозгами, ибо к этому вынудила его мысль о предстоящей участи прикованного к постели живого трупа, настолько беспомощного, что *даже смерть не захочет прибрать его*. Видите, как хорошо, что кто-то помогает выбраться из ямы, но затем шлепает по заднему месту и прикрикивает: *"Теперь шагай сам! И не говори, будто не умеешь или не можешь. Сможешь, если надо!"*

Одна хворь миновала - пришла другая. Видимая любому глазу болезнь перекечевала внутрь организма, ибо *стыд перед окружающими превратился в стыд перед самим собой*. Чего стыдится этот человек? Своей слабости. Иными словами, он стыдится своего нежного и любящего сердца. Ему кажется, что мужчина должен быть сильным, как бык. Всю свою жизнь он старался стать таким. Откуда такое представление? От женского мнения. Если мужчина чересчур трепетен и раним, то в гонке за материальными благами он окажется в хвосте у других мужчин. Женщина, которая желает лучшего, ощущает себя опозоренной и делает все, чтобы ее сын стал прямой противоположностью отцу. **В целом желания матерей рано или поздно реализуются.** Ну а то, что результат оказывается обратным ожидаемому, это уже другое дело. Если бы матери знали, чего они желают, они бы этого не желали. Покуда же детям приходится самим справляться с результатами благих пожеланий матери.

**Отчего густеет кровь? Оттого, что разочаровавшийся в любви человек перестает верить в любовь.** Отчего происходит подобное разочарование? Оттого, что человек не понимает, что такое Бог. Глядя на козни различных религий и сект, пронизанные духом ненависти к человеку, люди утрачивают веру в Бога, ибо все догматики именуют свои измышления Богом. Когда человек утрачивает веру в подобного идола, это еще не беда. Беда, когда человек утрачивает веру в сущность Бога, которая и по сей день во всех верованиях и на всех языках носит одно имя - ЛЮБОВЬ. Все большее число людей теряет веру в любовь, ибо что это за любовь, которая требует жертв. Не умея дарить, люди жертвуют собой, чтобы завоевать любовь, и разочаровываются.

**Эмоциональный человек, разочаровавшийся в любви**, продолжает действовать во имя любви: борется, ищет или просто чертыхается. Кровь кипит, - говорят о таком человеке. Столь же бурно у него течет кровь в жилах. У крови нет времени загустеть. У людей молодых, моложавых, жизнерадостных, ребячливых, наивных, примитивных нет проблем с загустением крови.

**Человек без эмоций, разочарованный в любви**, жертвует собой во имя любви, причем в такой степени, что страдания умерщвляют в нем чувства. За фасадом *меланхолического спокойствия* таится саркастическая усмешка, свойственная ожесточившемуся человеку. Она возникает безо всяких эмоций и поражает, точно гильотина, своим превосходством, не терпящим возражений, если кто-то пытается пробудить человека от его застывшего состояния. У такого человека в столь же

застывшем состоянии и его кровь. Эта проблема характерна для людей старых, чересчур серьезных, мрачных, интеллигентных, воспитанных, а также для тех, кто превыше всего ставит работу. О человеке, неспособном к прощению, эстонцы говорят: у него **долгая злоба и густая кровь**.

Как говорится, такой человек уже не станет делать глупостей из-за любви. Скорее умрет. Стыд выставить себя на посмешище истребляет в человеке жизнелюбие, а значит, подвижность. Былая стремительная подвижность оказывается растроченной на ожидания, надежды, мечты, чаяния и веру в добро. Возобновить духовное и физическое движение помогает высвобождение стрессов. Кто рассчитывает на помощь лекарственных препаратов, разжижающих кровь, тот на основе анализов убеждается в их эффективности, однако самочувствие от этого не улучшается. Почему? Потому что в духовном смысле от разжижения крови пользы мало. Кровь помимо этого должна течь. *В движение кровь приводится чувством душевной свободы, иначе говоря, состоянием любви.*

**Кровь** - это **любовь**.

**Ток крови** - это **действенная любовь**. Кровь приводится в движение органом действенной любви - сердцем.

**Сердце** - **орган действенной любви**.

Кто желает любить, чтобы быть любимым, у того кровь течет все медленнее, поскольку человек начинает жизнь не с того конца. *Не умея являть собой Любовь*, он постоянно предпринимает действия, чтобы стать любимым, сам же не принимает любви от других людей, поскольку его самого нет. Есть лишь его друг Тело, которого любят, но сам он этого не чувствует и разочаровывается. Как тут не разочароваться, если человеком движет большая любовь, но, несмотря на это, любят не его, а его друга. Кто начинает из-за этого ненавидеть своего друга, тот ненавидит и собственное тело. *Человек, достигший состояния кризиса, вызванного разочарованностью, отравлен ядом ненависти*, который он считает любовью, но от которого кровь спекается в комки. Возникший тромб, попадая в жизненно важный орган, гасит свечу жизни ожесточившегося человека.

Наилучшим природным средством для разжижения загустевшей крови служат пиявки. **Лечение пиявками** получило в наши дни широкое распространение, однако большинство людей реагируют на него с чувством страха. Почему? Потому что людьми владеет огромный **страх "как бы не разжижили мою любовь"**. Это проблема людей, мающихся от собственной никчемности. К тому же пиявка - это кровосос, которого люди беспомощные боятся до одури.

Желания бывают разные. В широком смысле они делятся на материальные и духовные. Следует помнить, что:

- **желания являют собой нереализованное действие, - неосвобожденную волю.** Это плененная сила, которая, располагаясь в некоем конкретном участке тела, истребляет там энергию здоровья - сперва духовно, а затем материально;
- **желания всегда имеют цель.** Ориентир цели может отсутствовать. **Больше всего человека выматывают**

**НЕСОРИЕНТИРОВАННЫЕ МЕТАНИЯ во имя достижения цели.**

Как вам кажется, какое желание хуже - земное или духовное?

### ЖЕЛАНИЯ

Материальные желания, или  
**ЖЕЛАНИЯ**

Энергетическая сила воздействия желаний по ее возрастанию:

1. желание
2. требование
3. сверхтребовательность
4. чаяние

Следствие материальных желаний: сперва **нарушение функций поперечно-полосатых мышц, затем заболевание**

Духовные желания, или  
**УСТРЕМЛЕНИЯ**

Энергетическая сила воздействия устремлений по ее возрастанию:

1. ожидание
2. надежда
3. мечта
4. наивная вера, она же желание верить в добро

Следствие духовных желаний: сперва нарушение функций гладких мышц, затем **заболевание**

**Поперечно-полосатые мышцы приводят в движение скелет.** В медицинском смысле *они подчиняются воле человека*, в чем можно удостовериться на глаз и на ощупь. Если вы желаете ощутить воздействие материальных желаний, начните мысленно повторять одно из этих желаний. Например, произнесите про себя раз эдак 10-20: "**Сверхтребовательность. Сверхтребовательность. Сверхтребовательность**". Чем с большим внутренним спокойствием вы будете это делать, тем легче и быстрее почувствуете, как *напрягаются* мышцы плечевого пояса, как они *судорожно сокращаются* либо даже начинают видимым образом *дергаться*.

**Гладкие мышцы расположены всюду, так как являются строительным материалом стенок кровеносных и лимфатических сосудов. Гладкие мышцы реагируют на устремления.** Поскольку движение, соответствующее этим устремлениям, нельзя увидеть глазом и потрогать рукой, то *их называют мышцами, не подчиняющимися воле*.

Чем с большим внутренним спокойствием вы станете повторять одно из духовных желаний, тем отчетливее ощутите возникновение *усталости*. Возможно даже, что почувствуете *обессиленность*. Что это значит? Это значит, что вами только что

была проделана самая трудная на свете работа - работа вампира. Вампир и пальцем не пошевелит, чтобы улучшить свою жизнь. Он высасывает энергию из ближних. Причем большинство вампиров делают это абсолютно без задней мысли. Если бы они про это знали, то ни в коем случае не стали бы так поступать. **Вампир - жертва своих устремлений.** Не забывайте, что все мы в некотором роде вампиры.

*Со своими устремлениями мы являемся вампирами жизни, не давая себе жить.* Понаблюдай мы за собой со стороны, то заметили бы, что нам очень хорошо известно, где нужно требовать, а где нет. Требовать - это как бы плохо. Другое дело - желать. Например, мы не требуем, чтобы кто-то повысил атмосферное давление и исправил погоду. Мы ждем этого и надеемся, что тогда здоровье станет лучше.

Погода улучшилась, а вместе с ней, возможно, и здоровье. Через какое-то время здоровье снова ухудшается, невзирая на прекрасную погоду. А мы все ждем и надеемся. Мечтаем о дальних странах и земном рае, но когда оказываемся там, не знаем, как себя вести. Мечтаем о чуде, а когда чудо свершается, не умеем радоваться. Недовольство собой с годами растет, а там уже начинаются придирки к окружающим.

Духовные желания, или устремления, расплывчаты и, как всем известно, неосуществимы. Мы знаем, что **прекрасные пожелания остаются лишь пожеланиями.** Деловитый человек говорит: "*Пожелание пожеланием, но давайте-ка лучше сделаем что-нибудь*". И делает, и добивается желаемого. **Он счастлив оттого, что сделал, и рад тому, чего добился.** Он доволен собой. Даже если его желание было негативным. Например, отомстил ближнему и теперь доволен своим поступком и его результатом. Месть может быть и словесной. Например, человек из вежливости выдавливает из себя слова доброго пожелания, а сам думает обратное. Ему, в свою очередь, мстят словами: "*И тебе того же желаю*". Приглядитесь, и вы увидите, как часто это происходит. На удивление часто.

Гордость и эгоизм испытывают подсознательный **страх искренне желать ближнему добра**, ибо подсознанию известно, что если пожелание сбудется, то ближнему будет от этого лучше, а тому, кто пожелание высказал, будет хуже. Произнося доброе пожелание, гордость и эгоизм надеются на то, что им за это воздастся тем же. И воздастся. Вернее говоря, мы сами себе воздаем. Расплатой является красивая оболочка, скрывающая в равной мере некрасивое, гадкое содержимое.

**Хороший человек желает прожить за ближнего его жизнь и желает, чтобы ближний ответил тем же.** Желание отдать ближнему и желание получить от ближнего зачастую срабатывают одновременно, и человек не осознает, насколько ему тяжело под бременем двойных желаний. Люди часто говорят: "*Я не жду от него ничего. Я жду только, когда он перестанет на меня надеяться*". Нередко люди явно противоречат сами себе, но когда им на это указываешь, они говорят: "*Я думал иначе*". Когда человек ждет и надеется, что ближний его поймет, - это и есть двойное желание, которое особенно губительным образом сказывается на гладких мышцах человека, имеющего такое желание.

**Плохой человек не желает прожить жизнь за ближнего и не желает, чтобы ближние прожили жизнь за него.** Он желает, чтобы хорошие люди оставили его в покое. Свое двойное желание он выражает честно и открыто, поэтому его и считают плохим. Если выразиться короче, люди, как хорошие, так и плохие, не умеют самого главного - высвободить свои духовные желания. Они умеют лишь желать или протестовать против желаний. Различие состоит только в том, в какой форме этот протест выражается.

Ясно одно: хороший человек ни за что не оставит в покое плохого. Напомню, что в каждом из нас сосуществуют и хороший, и плохой человек, и их междоусобная борьба вносит в душу тем больше смятения, чем сильнее эти начала. **Желание быть хорошим человеком - это хорошее устремление**, которое, подобно хорошему вампиру, высасывает из обитающего в нас *плохого человека* всю жизненную силу. Этот плохой человек валится с ног да так, что головы поднять не может. Это значит, что у него не может возникнуть и мысли о том, что хороший вампир сделал что-то плохое. Поэтому человек и не понимает, отчего он обессилел. Он не понимает, что его внутреннее смятение вызвано происходящей в душе борьбой между хорошим и плохим. Не понимает, потому что слеп и глух из-за знания, что он ведь *желает* окружающим только добра. Ему невдомек, что это очень и очень плохо, когда желают *только* хорошего.

Если мы имеем в виду конкретного человека и от этого человека *чего-то ждем, возлагаем на него надежды, отводим ему место в своих мечтах и строим на нем свои чаяния, веря*, что когда-нибудь человек изменится, то мы вытягиваем из него энергию. Если он позволяет это делать, то лишается прежде всего работоспособности, а затем жизненной силы. Доброжелатель, он же вампир, между тем цветет пышным цветом. Если жертва умирает, ее смерть подкашивает и вампира. На вампира обрушиваются весьма конкретные невзгоды и болезни, под стать его конкретным желаниям. Даже если болезнь называется неврозом.

Если человек не позволяет воздействовать на себя духовно, то вампир вскоре прогорает. В одном случае между ними происходит беспощадная открытая борьба. В другом - вампир в личине бедного, несчастного, беспомощного человека быстро угасает, поскольку лишен собственной жизненной силы. Он несчастен от того, что никто не проявляет к нему милосердия и что ему не остается ничего иного, как умереть.

**ЕСЛИ БЫ ЧЕЛОВЕК НЕ ИСПЫТЫВАЛ  
СТРАХА, ОН НЕ ОТДАВАЛ БЫ ДОБРОВОЛЬНО  
СОБСТВЕННУЮ ЭНЕРГИЮ, И НИКТО  
НЕ СМОГ БЫ СТАТЬ ПО ОТНОШЕНИЮ К НЕМУ  
ВАМПИРОМ.**

В настоящее время многие люди жалуются: **кто-то забирает у меня энергию**, ибо, находясь с человеком в



производственных отношениях, с надеждой ожидая, что ближний одарит их манной небесной, люди лишают себя сил. Если же вампир имеет дело с человеком открытым, который не допускает до себя, то обессилевает сам вампир. Он будет называть такого человека, пусть даже если тот святой, вампиром, ибо в ближнем мы видим себя. Поскольку в наши дни развелось много таких, кто муслирует подобное ложное представление, - людей "знающих", сверхчувствительных, а по существу больных, - то весьма опасно кого-либо в чем-то поучать. Особенно в духовной сфере. Ближний вцепится в вас как в человека знающего и умеющего, который обязан прожить за него его жизнь, но если дадите ему палец, он всю руку откусит - якобы имеет право.

Распространилось мнение, что духовные наставники *оказывают на учеников воздействие, кодируют их, манипулируют ими*. Я не утверждаю, что всего этого нет. Духовное порабощение, духовная война - все это существует на свете. Вместе с тем ситуация не так страшна, как кажется.

*О каждом человеке можно сказать, что он воздействует на окружающих в желательном для себя направлении*. Мы делаем это уже одним фактом своего существования - ведь каждый человек является источником излучения, излучая то, что в нем заложено, и притягивая и принимая в себя то, что в нем есть. Мы делаем это либо молча, либо издавая звуки. О чем бы мы ни говорили, мы говорим о самих себе. В какой-то миг, возможно, говорим искренне и от чистого сердца, а уже в следующий - с твердой целью повлиять на кого-то. **Результат определяется собеседником**. Если у собеседника твердый рассудок, то в обоих случаях он поймет, что к чему. Им невозможно манипулировать, даже если бы он сам хотел, чтобы ему навязали какую-нибудь благую мысль. Его рассудительность служит ему защитой.

Человек, во всем полагающийся на других, готов вывернуться наизнанку от каждого услышанного слова, но потом говорит, что виноват ближний. Он идет послушать чье-то выступление с большой надеждой на то, что выступающий сотворит чудо, снимет его недуг либо наладит его жизнь. **Истошив свою энергию безрассудными желаниями**, он придумывает себе врага, которого можно обвинить и в результате стать собой прежним. Увы, это невозможно. Никому и никогда не стать таким, каким он был секундой ранее. Нередко подобная незадача происходит с теми, кто считает *себя совершенно особенным и потому лучше других*. Кто не может не подчеркивать этого, тот страдает от собственной исключительности, которая и не исключительность вовсе. Особенными считают себя также и те, кто отказывается оказывать помощь по той причине, что уже достаточно жертвовали собой во благо страждущим. Зачастую так оно и есть.

Я не представляю себе, как удастся справиться с аудиторией носителям духовных знаний, обещающим слушателям исцеление. Простодушный слушатель от такого заверения вливается в выступающего, словно клещ, и от него уже не избавиться. На наивного слушателя не действуют слова, которые, кстати сказать, не устаю повторять и я: не рассчитывайте на то, что я избавлю вас от напасти, что кто-то из окружающих сделает вас здоровыми и счастливыми.

То же я говорю относительно всевозможных психологических и так называемых духовных методик. Они не помогают и не исцеляют, если вы надеетесь только на методику, которую специалист для вас разжевывает. Цепляясь за методику, мы своей добросовестностью превращаем ее в средство достижения цели. Так даже самая высокая ступень йоги может превратиться в урок физкультуры, где от ученика не требуется творческого мышления.

Теперь о понятии "кодирование". У части населения это слово вызывает панический ужас и категорическое отрицание. Другая часть дает себя кодировать от алкоголизма, табакокурения и еще бог весть от чего. Кого тащат на кодирование, словно овцу на заклание, тому кодирование приносит больше вреда, чем пользы.

**Кодирование - это конкретное целенаправленное психологическое внушение**, сверхмощное воздействие на мышление и волю человека. Кто не желает, чтобы им манипулировали, не желает перековываться в человека идеального, для того любой вид принуждения неприемлем. Большое значение при формировании отношения имеет, безусловно, личность внушающего. Кто желает избавиться от своих недостатков, но не умеет, не может, не в силах справиться с собой, того внушение способно привести в полный восторг.

Иными словами, поддается внушению тот, кто верит во внушение. Не живя сам своей жизнью, он предоставляет делать это другим. В своей наивности он не замечает, что с каждым разом провоцирует внушающего на все более черные мысли, поскольку на деле никто не желает брать на свою душу ответственность за жизнь другого человека. **Так внушающий подпадает под внушение внушаемого**. Будь внушающие или кодирующие святыми, они не поддавались бы на провокацию. А поскольку они не святые, то вскоре уже никто не разберет, кто кому внушает. (Не могу не добавить, что святые никогда не занимались кодированием кого-либо.)

Самое обычное внушение - это когда человек убеждает самого себя. Чем прочнее знание, тем тверже убеждение. И лишь значительно позже выясняется, что знание было ошибочным.

Те, кому кодирование помогло избавиться от дурного, могут, читая эти строки, на меня обидеться, так как им кажется, что я осуждаю кодирование. Те же, кому кодирование помогло обрести себя, не испытывают раздражения, поскольку понимают, что помог им не столько кодирующий, сколько они сами. Кодирующий лишь направил их своими умениями.

Поэтому кодирующим не пристало задирать нос и провозглашать: "*Это моя заслуга!*" Успешность духовной помощи зависит прежде всего от готовности человека, нуждающегося в помощи.

Чаще всего жизнь сводит вместе двух вампиров. То есть двух хороших людей, одновременно желающих, чтобы другой исполнил его желания. Ведь ни первый, ни второй не желают ничего особенного - только лишь, чтобы напарник стал чуточку лучше. Зная одновременно про пожелания другой стороны относительно себя самого, они оба ждут и надеются, что партнер оставит его наконец-то в покое.

Человек, который осознает, что никому не дано прожить за него жизнь, сделать его счастливым, начинает учиться и сам

делает то, что ему нужно. Он усваивает материальные знания и осуществляет материальные дела, надеясь, что и другие поступают так же, но вскоре становится ясно, что окружающие рассчитывают на него, на его знания и способности. Он не понимает, что, пока не освободится от своих иллюзий, иллюзии же будут провоцировать ближних на ожидания, надежды и мечты. Если он желает быть хорошим человеком либо если не желает быть плохим, то станет делать то, чего от него ждут. Он заставляет себя это делать, поскольку знает, что все на него рассчитывают. Раньше он сам надеялся, что окружающие наладят его жизнь, а теперь того же ждут от него другие.

"Все" - понятие относительное.

Чем лучше человек умеет что-то делать, тем многочисленнее армия ожидающих и надеющихся. Знание, что ВСЕ ТОЛЬКО И ЖДУТ, действует на сведущего человека совершенно магическим образом, поэтому данную фразу часто используют, чтобы достичь своей цели. Умелец тут же бросается выполнять желания всех и разочаровывается, так как понятием "все" его одурачили. Он прибегает на место, тратит свое время, силы и деньги, а тех, кто приготовился к встрече с ним, на месте нет. Есть люди, которые ждут чуда. Чуда можно ждать от мастера с золотыми руками, от ученого, актера, художника-модельера, а также от того, кто, как и я, делится духовными знаниями. И все же никто из нас не способен осуществить надежды ожидающих. Наступает час, когда у сведущего человека лопаются терпение. Он начинает:

- **ждать, что ожидающий перестанет от него ожидать;**
- **надеяться, что надеющийся перестанет возлагать на него надежды;**
- **мечтать, чтобы мечтающие прекратили связывать с ним свои мечты;**
- **жаждать, чтобы жаждущие перестали уповать на него.**

**Чем он наивнее, то есть чем больше верит в добро, тем сильнее ему придется страдать, так как жертва чужих ожиданий всегда страдает больше, нежели тот, кто рассчитывает на других.**

Пример из жизни.

Я пишу о том, как помочь самому себе, но, несмотря на это, получаю письма с обескураживающей мольбой о помощи, которые яснее ясного свидетельствуют о том, что люди ничего сами не делают для того, чтобы им жилось лучше.

Точнее говоря, они, конечно, не бездействуют, но действия человека, живущего в стрессах, состоят в том, что **радость и печаль он уготовливает себе сам, а счастья ждет от других. Действия, которые идут не от сердца, вызывают отчаяние. Это действия ради действий. Это действия, через которые себя не познаешь.**

Есть и классические письма.

Приведу пример. "После смерти супруга (матери, отца, милой сердцу бабушки) я заболела. Во всем теле у меня нет здорового места. Врачи меня обследовали и лечили долгие годы, но ничего особенного не обнаружили. Лечение также не помогло. Я прочла все Ваши книги и в последней нашла подходящую для себя болезнь. Врачи ее тоже выявили, но излечить не могут. Теперь Вы - последняя надежда. *Чтобы Вам было легче, скажу:* мне столько-то лет, у меня столько-то детей. Врачи диагностировали у меня такие-то и такие-то заболевания".

Письмо заканчивается словами: С наилучшими пожеланиями. Автор письма. Адрес прилагается.

Комментируя такое письмо, можно сказать, дескать, ну разве не хороший человек - не обошел меня своими пожеланиями, хотя чего пожелал, сам не знает, и позаботился о том, чтобы мне было легче прожить за него его жизнь. Прежде это делал покойный. Теперь этим должна заняться я. Покойный виноват в том, что своей смертью навлек на человека болезнь. Я же не желаю умирать за другого человека и потому не стану поступать так же. Я научилась на собственных ошибках. Рискну тем, что автор письма сочтет меня плохой, ибо хоть и умею, но не помогу ближнему.

Что бы вы сделали в данной ситуации?

Я все более осознанно стараюсь не жертвовать собой. И уже этим рискую.

**Риск** - это испытание, проверка своих способностей. Риск помогает найти себя.

**Жертвование** - это ненависть к себе. Жертвуя, мы теряем себя, губим себя.

Пример из жизни.

Еще одно письмо.

Его автор - человек с крайне трудной судьбой, страдающий от безмерно сложного, неизлечимого недуга, именуемый меня "лучшим врачом на свете". Он не только надеется, но и верит, что подобная похвала в мой адрес ему поможет. Ему и в голову не приходит, что бывают люди, у которых похвала вызывает внутреннее сопротивление, поскольку их доверием часто злоупотребляют, а их самих нещадно эксплуатируют.

Итак, строки из письма:

*"Раздобыла все Ваши книги и сразу же прочтала все примеры из жизни, но ни один из них не походил на мою болезнь. Видимо, моя болезнь редкая. Или же Вы по какой-то причине не сочли ее подходящей для примера. Верю, что Вы все же сможете мне помочь. Надеюсь, что Вы проявите активность".* Ни единого слова о теории нахождения и исправления собственных ошибок. Пустые слова о проявлении активности указывают на высокомерие, которое само не знает, что говорит. Подобное письмо, написанное, на первый взгляд, человеком нетребовательным, таит в себе ненавязчиво сверхтребовательные иллюзии. В человеке настолько укоренилась привычка полагаться на медицину, что ему и в голову не приходит, что нужно начать мыслить самостоятельно.

У кого нет конкретных мыслей, у того нет ясных слов и нет дельных поступков. Болезни - и то запутанные, смутные, неопределенные, неизлечимые. Как помочь такому человеку? Ведь он не ждет помощи. У него нет и тени сомнения, что за

мужественно переносимые страдания он имеет право надеяться на то, что ему отплатят добром.

Знание, что знающий обязан помочь, навлекает страдания как на знающих, так и на незнающих. На знающих потому, что они берут на себя роль Бога. На незнающих потому, что они не знают, что они божественны - то есть что им нужно самим активно строить свою жизнь.

Жизнь всегда начинается с детства. Если рассматривать взятые из предыдущих жизней стрессы как фундамент, на котором строится здание с учетом его особенностей, то постройка прослужит долго. К сожалению, большинство родителей желают возвести на этом фундаменте здание своих грез, чаяний, иллюзий.

**Основная масса людей является жертвами желаний своих родителей.** Чем менее реализованы чаяния родителей относительно жизни, тем выше их **чаяния относительно ребенка**. Чем меньше у родителей дел, тем больше они беспокоятся о себе или о ребенке и тем более заколдованным оказывается круг, в котором приходится вращаться ребенку. Малейшая инициатива со стороны ребенка может восприниматься ими как кошмарная трагедия. Ребенок, который надеется хорошим поведением унять родительские слезы, облегчить их трудную жизнь, способен из-за постоянного страха за родителей полностью пожертвовать своей жизнью. Кто жертвовать не желает, тот спасается бегством.

*Спасаясь бегством от родителей, мы не спасаемся от своих стрессов.* Стрессы сопровождают нас и провоцируют такие же отношения с чужими людьми. Стесняясь своего прошлого и скрывая его, человек даже не замечает, насколько он запутывается в паутине чаяний и надежд, которую плетут друзья, коллеги по работе, общество.

**Человека начинают использовать в своих целях. У тебя есть, ты умеешь, ты в состоянии - следовательно, ты должен, ибо все на тебя рассчитывают. Они верят, что ты способен сотворить чудо, выручить из беды или избавить от болезни.** Человек, жертвующий собой ради других людей, уже не имеет права побыть в одиночестве или с семьей, заниматься своими делами, уставать, не уметь, ошибаться. **Человеческие слабости бросают тень на человека, жертвующего собой.**

От одной лишь мысли, что на меня рассчитывают в том-то и том-то и что в меня верят те-то и те-то, может возникнуть неодолимая усталость, которая буквально валит с ног. Если не соснуть часок, то в голове будет по-прежнему пусто. Пробудившись и думая вновь о том же, мы впадаем в состояние бессилия, даже в некотором роде в летаргию мыслей и испытываем желание махнуть на все рукой, поскольку все равно нет сил исполнить все чужие желания.

*Все больше мобилизуя себя ради блага окружающих, человек причиняет себе вред. Стараясь все больше жить за других, он причиняет вред также и им, ибо лишает их возможности действовать.* В результате получается то, о чем гласит эстонская пословица: **благие деяния человека не остаются безнаказанными**. Наказанием обычно бывает болезнь, из-за которой *хороший человек должен теперь ждать помощи от других*. Парадокс заключается в том, что **помогают ему не те, кому помогал он, а те, кому он не помогал**, ибо его время, любовь, силы и здоровье ушли на проживание жизни тех, кто сам смог бы это сделать. Чем человек лучше, тем в большей мере в роли сирот оказываются члены его семьи, которые вынуждены жертвовать собой ради ухода за ним.

Подытожим. **Все проблемы начинаются с семейных проблем и заканчиваются семейными же проблемами. Рост растения зависит от корня. Если благие пожелания корней реализуются, то корни впитывают силу в себя и крона становится чахлой. Если реализуются благие пожелания кроны, то она вырастает вширь и цветет пышным цветом, тогда как корни хиреют.** В любом случае растение в целом неблагополучно.

Во всех нас есть достаточно много, если не слишком, от хорошего человека, поэтому нам следует лучше разбираться в желаниях хороших людей. Глядя на страдания хорошего человека, мы сможем уменьшить собственные страдания. А он, глядя на нашу безмятежность, возможно, задумается о помощи самому себе.

**Для прояснения дела правильнее было бы называть пожелания наивными желаниями, то есть иллюзиями.** Иллюзии - это неверное восприятие, ошибочные взгляды, беспочвенные надежды, несбыточные мечты, ложные представления.

#### **Ожидание**

Духовные желания обманывают нас более всего, потому что они кажутся абсолютно непритязательными. Человек, терпеливо ожидающий понимания, внимания, уважения, любви, кажется ангелочком. Он не стучит кулаком по столу: подавай, и все тут! Он способен ждать и мечтать столь терпеливо, что даже перед лицом смерти никого не обвиняет, веря в то, что в раю ему воздастся за все это добром.

Застенчивый человек стесняется своих желаний, требований, сверхтребовательности *перед другими* до тех пор, пока не начнет стесняться их также и *перед собой*. Так земные желания превращаются в духовные. Опять же только из-за желания скромного человека быть исключительно хорошим.

**СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ для того, чтобы почувствовать действие НАИВНОЙ НАДЕЖДЫ - ОЖИДАНИЯ. ДАЙТЕ СЕБЕ ДЛЯ ЭТОГО ВРЕМЯ.**

Начните повторять про себя: "Жду. Жду. Жду". Не продолжайте чтения, пока не испытаете изменения в ощущении. Если вы сумели полностью сосредоточиться на этом слове, то испытали ТЕСНЯЩЕЕ, ЩЕМЯЩЕЕ чувство. Среагировала ваша IV чakra - сердечная. Если вы глубоко вздохнули, щемящее чувство, возможно, исчезло, потому что вы его выдохнули. Вы хотели от него избавиться и, как вам кажется, избавились, но оно легло грузом глубже и превратилось в отчаяние. Постарайтесь разобраться, ощущаете ли вы отчаяние от того, что сделали что-то плохое, или от того, что упустили сделать хорошее.

Отчаяние и нарушения в работе пищеварительного тракта явственно указывают на то, что человек начинает жизнь не с того конца. Он не понимает, что **материальными делами невозможно прожить духовную жизнь, зато духовными деяниями можно прожить также и материальную жизнь**. И жизнь отнюдь не должна быть нищенской и скудной.

ОТЧАЯНИЕ - это стресс III чакры, вызывающий нарушение работы пищеварительного тракта. Он говорит: начни заниматься собой, начни высвобождать свои стрессы. Чего ты ждешь? На что надеешься? Никто за тебя это не сделает. Ведь речь идет о твоей жизни. Очисти сам свою душу, а кожа и слизистые оболочки очистят и твоё тело.

Обычно поступают не так. Обычно **разочаровываются и ожесточаются**. Ждущий человек, утратив надежду, перестает ждать подаяния. Возможно, он больше никогда и ни от кого не станет ждать чего-либо, вообще не будет никому верить. Отныне он - мудрый материалист, не позволяющий больше одурачивать себя. *Это не означает, что он перестает быть жертвой ожидания.* Стыд за подобное одурачивание себя умерщвляет в нем активное чувство ожидания, однако энергетический след ожидания, сохранившийся в нем, провоцирует людей на ожидание помощи от него.

Чем большим он владеет, тем больше *люди ждут и надеются от него получить*.

Чем больше он умеет, тем больше *люди надеются и ждут от него действий*.

Чем больше он успевает делать, тем больше *люди ждут и надеются, что у него хватит сил на все*.

**Исполняя материально желания ближних, он взращивает в них желания духовные.** Их надежды и чаяния превращаются в веру в его готовность поделиться с ними всем, что он имеет и умеет. Число ждущих возрастает - все они мечтают, чтобы он сделал что-то и для них тоже. Он делает, а там гляди - уже выстроилась новая очередь ждущих, жаждущих получить от него желаемое. **Исполняя материальные желания людей, он, однако, не в состоянии исполнить их духовные желания, ибо они неосуществимы.** От этого как у ждущего, так и у делающего возникают отчаяние, состояние безысходности, крушение веры и грез, а также развиваются заболевания пищеварительного тракта или органов брюшной полости.

**Все, что отождествляется с работой, реагирует на отчаяние одинаковым образом.**

Например.

**Отчаяние от того, что мне под силу любое дело, но не удастся половая жизнь либо не удастся зачать ребенка, повреждает гладкие мышцы половых органов. Матка у женщины и предстательная железа у мужчины - это органы, состоящие из гладких мышц. Женские яичники и яйцеводы являются железами. Функцию желез нарушает стресс, имя которому Мечта.** Если женщина либо мужчина не рискуют зачать ребенка из-за собственного комплекса неполноценности и всякого рода препятствий, то с их уст хоть раз да слетает грустная фраза: "*Ребенок для меня - это лишь мечта*". Уже в иное время и при иных обстоятельствах они, возможно, попытаются сознательно зачать ребенка, но это не удастся, поскольку "**лишь мечта**" **блокирует гормональную активность половых желез.**

Иной человек живет с таким ощущением, передавшимся из предыдущих жизней либо возникшим в раннем детстве, будто для него ребенок есть и остается лишь мечтой. Об этом они говорят с самого детства. Если они не спешат из-за этого страха обзавестись ребенком в юном возрасте, то впоследствии для осуществления своей мечты они будут трудиться в поте лица, безропотно выполнять волю родителей, коллектива, общества, будут во всех отношениях образцовыми гражданами, но ребенок у них не родится. Они готовы заплатить за ребенка любую цену как в денежном выражении, так и в смысле оздоровления организма, но все без толку. Ибо **услугу по проживанию жизни невозможно купить, выслужить, выторговать, вымолить, пожелать.**

Большинство матерей стыдят своих дочерей, чтобы доказать окружающим свое личное превосходство. Дочери иных матерей, извлекающие из этого урок, **приносят в жертву общественному мнению своих нерожденных детей.** У них такой же стресс, что и у девочек, которые поспешили, чтобы стресс не перерос их самих. Этот стресс зовется **мечтой реализовать себя настоящей матерью.** Он передался дочери из предыдущей жизни, в которой она была женщиной, а также от матери, которая хотела быть идеальной матерью, но не сумела, поскольку старалась достичь этого только материальным образом. Она **желала сделать из себя идеальную мать**, не понимая того, что матерью нельзя сделаться. Матерью нужно просто быть. Кто рождается женщиной, тот автоматически и есть потенциальная мать. Зачем желать того, что есть? Зачем желать, если **желание губит сущее?**

Для нормальной женщины роды - это священный ритуал, который не требует жертв и не причиняет страданий. **Если женщина воспринимает роды как Тяжкий Труд, который дает ей ребенка, то для нее роды являются Адом.** Корысть превращает в ад что угодно. Надежда на то, что положение дел улучшится, не исполняется, пока человек не начнет по-человечески что-либо делать ради своего же блага.

Ожидая от жизни лучшего и надеясь на это, мы считаем, что жизнь ожидает того же от нас. Мы торопимся что-то совершить, не задаваясь предварительно вопросом: "*Нужно ли это? Нужно ли именно так? Нужно ли именно сейчас?*" Не умея прислушаться к голосу собственного сердца, мы прислушиваемся к голосу рассудка, который говорит: "*Ты прекрасно знаешь, чего от тебя ждут. Что же ты мешкаешь? Ведь без твоего участия человек не сможет изведать счастья*". Если бы мы прислушались к своему чувству, то успокоились бы, поняв, что **наша суета не успокоит душу ближнего.** Чем больше мы бессмысленно суетимся, тем больше утрачиваем душевный покой. Когда мы приходим к такому выводу, нас перестает волновать мысль о том, что ближний чего-то от нас ожидает. Мы уже не впадаем в отчаяние из-за недоделанных дел. Мы чувствуем, что дела эти не нужны.

Если вас вынуждает суетиться **собственное ожидание** либо **ожидания ближних**, то оно говорит вам: "*Отпусти меня на волю. Иначе я скоро приду снова, но уже более могучим, так как одни желания взращивают другие. Навлечешь страдания на себя и на других. Будешь воздействовать своими желаниями на других и сам подпадеешь под чужое воздействие - тобой будут манипулировать и будут тебя использовать. А такое положение уже чревато заболеваниями почек*". Использование в чужих интересах являет собой стресс для почек.

**Постоянное щемящее, давящее чувство, вызываемое тем, что сам чего-то ждешь от других, потихоньку перерастает в**

**болезни сердца, которые неизбежно сопровождаются нарушением кровоснабжения всего тела.** Отчаяние из-за всего этого поражает гладкие мышцы пищеварительного тракта, и нарушается пищеварение. Ощущение стесненности нарушает циркуляцию крови нормального состава и вызывает **квантитативный голод** в клетках тела, вследствие чего у человека просыпается неумеренный аппетит. Отчаяние мешает нормальному перевариванию пищи. В результате ухудшается качество крови, наступает квантитативный голод, который рождает в человеке желание съесть что-то особенное. Это особенное может быть в составе повседневной пищи, но оно не всасывается в кровь - не позволяет отчаяние. В итоге человек постоянно мается, терзаемый тягой к чему-то особенному.

**Земные желания делают человека активным, сжигают энергию, сжигают жир.**

**Духовные устремления делают человека пассивным, сберегают энергию, накапливают жир.**

**Смирненное ожидание бережливого человека**, что когда-нибудь и ему улыбнется счастье, вызывает у него постоянное сокращение сердечной мышцы, покуда она полностью не утратит способность сокращаться. Это значит - утратит способность сжиматься, производить работу. Если человек явился на свет не для того, чтобы медленно и покорно умереть тихой безропотной овечкой, то сердце перед смертью даст о себе знать. Болезнь сердца даст человеку время изменить умонастроение. В ходе обследования обнаруживается, что сердце у человека очень маленькое. **Птичье сердце**, говорят.

**Состояние смиренной безысходности, испытываемое бережливым человеком**, вызывает ослабление сердечной мышцы. Безысходность перерастает в ощущение бессмысленности. Бессмысленность - это стресс, который вызывает увеличение.

**Бессмысленность любви к кому-либо ведет к увеличению сердца.**

Чем больше сердце, тем хуже закрываются сердечные клапаны, из-за чего кровь не течет по сосудам *дальше*, как это нужно для жизни. **Если у человека в мыслях жизнь не движется вперед, то его кровь, проходя через сердце, также не следует дальше.** От застоя крови в сердце оно делается еще больших размеров. *У человека на сердце становится все тяжелее.* Испытывая ужас и отчаяние - все кончено! Дальше уже ничего не будет! - человек может и умереть.

Духовные устремления очень загадочны. Их распознавание зачастую является китайской грамотой даже для тех, кто занимается собой. Вернее, особенно для тех, кто занимается собой, поскольку, превратив духовное развитие незаметно для себя в цель, люди ожидают чуда, а оно, естественно, не происходит.

Пример из жизни.

Женщина, научившаяся решать свои проблемы самостоятельно, рассказала о том, какими переживаниями обернулось для нее желание порадовать своего взрослого ребенка по случаю его дня рождения. Приготовив подарок, она вложила в него частицу материнского сердца. Перерыла сборники стихов, чтобы написать на поздравительной открытке особенно сердечное пожелание счастья, которое запомнилось бы ребенку на всю жизнь. Когда дочь спокойно все приняла, мать вдруг поняла, как сильно она ожидала от дочери проявления восторга. И очень была удручена, так его и не дождавшись. А еще больше ее удручало то, что она всегда считала себя человеком, которому претят избыточные эмоции, неискренние речи. Более того, считала себя человеком, не терпящим восторженности, которая требует от близких такой же сдержанности. А сейчас она была до глубины души оскорблена тем, что ребенок, которого она так любит, не проявил никакого восторга. Не желая восторженности, она желала ее.

Всем было весело. Никто не заметил, насколько было тяжело матери. Зато она подмечала все: как дочь расхваливает чужие подарки и цветы, как благодарит за теплые пожелания. Мать понимала, что преувеличивает, так как дочь никому не оказывала предпочтения, но матери все же хотелось, чтобы дочь оказала предпочтение ей.

Ее отчаяние пошло на убыль, когда она поняла, что, освободившись от мрачных дум, она станет более веселой, ведь хорошее настроение нравится всем. Презируя излишнюю эмоциональность, она терзалась обычной для людей, особенно для женщин, проблемой: **одновременным желанием получить то, чего не хочется, и нежеланием получить то, чего хочется.**

Осознав это, женщина повеселела. И тем не менее ей было грустно. Она поняла, что ей предстоит еще много работы над собой.

Ни для кого не секрет, что к близким мы предъявляем повышенные требования.

**Чем дальше, тем труднее оставаться родителем, которым были бы довольны дети.** Чем лучше становится жизнь, тем сильнее неудовлетворенность всем и вся, испытываемая каждым последующим поколением. Людям подавай то, чего у них нет. Если плохо, хотят хорошего. Если хорошо, хотят лучшего. Если лучше, хотят худшего.

В конце концов у родителя происходит кризис из-за благих желаний, и он приходит к убеждению, что, дескать, счастлив тот, у кого нет детей. Чем сильнее родитель надеется, что его ребенок будет счастлив без детей, тем труднее ребенку будет обзавестись детьми. Даже внуку это скорее всего не удастся, ибо благое пожелание бабушки воздействует как проклятье или порча.

Таким образом, духовное состояние общества будет ухудшаться до тех пор, пока мы живем в вихре своих желаний. Поскольку духовный кризис рано или поздно повлечет за собой кризис земной, пришла пора начать нам всем заниматься собой. Мы не можем прожить жизнь за родителей или за детей. Зато можем с легкостью ранить их до глубины души.

Поскольку ОЖИДАНИЕ подобно цветному стеклышку в *калейдоскопе болезней*, центральное местоположение которого может сместиться из-за других стеклышек-стрессов совсем в другое место и тем самым изменить всю картину, то какую бы болезнь ни диагностировали, у человека так или иначе будут проблемы с сердцем и кровоснабжением. То есть в больном человеке наверняка гнездится *ожидание того, что плохое само собой преобразуется в хорошее.*

**Надежда**

**СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ, чтобы почувствовать воздействие НАИВНОЙ НАДЕЖДЫ. ДЛЯ ЭТОГО ДАЙТЕ СЕБЕ ВРЕМЯ.**

Начните повторять про себя: "*Надежда. Надежда. Надежда. Надежда на то, что дело удастся.*"

Ощутили ухудшение самочувствия? В каком месте? У меня самой от одного написания этих строк тяжелеет в голове, хотя я много занималась высвобождением своей надежды. Головной боли, слава богу, больше не возникает.

ОЖИДАНИЕ + НАДЕЖДА + МЕЧТА + неудовлетворенность = **ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, ВЫЗВАННАЯ НАПРЯЖЕНИЕМ.**

ОЖИДАНИЕ + НАДЕЖДА + МЕЧТА + ЧАЯНИЕ + неудовлетворенность = **МИГРЕНЬ.**

Пример из жизни.

Напряжение в голове, шее и запячье я ощущала уже давно, но считала, что виной этому компьютер. Разумом я понимала, что это не совсем так, что должно быть что-то еще, ко собственной вины я не находила. Стала делать более частые перерывы в работе над книгой. Отходила подальше от компьютера, вытягивала позвоночник, вращала головой, массировала затылок, делала зарядку для плечевого пояса. Становилось немного лучше, но лишь до следующего раза. Больше пользы было от телодвижений, которым научила меня моя собака: встав со стула, я встряхивалась всем телом. Когда напряжение в голове перерастало в головную боль, я перебиралась в другую комнату, где продолжала работать над книгой. Ведь ты не обязана печатать на компьютере, говорила я себе. Можно и по старинке - пером по бумаге.

Я надеялась, что все это поможет.

Когда же ничего не помогло, я сделала вывод: всё, писанию конец. Как видно, жизнь подает мне знак, дескать, не нужно этим заниматься. Может, правы критики, утверждающие, что я все время перепеваю одно и то же. Я-то понимаю, что эти люди не улавливают различий, которые я постоянно уточняю именно для них, ибо они для этого еще не готовы. Ведь каждая следующая книга сложнее предыдущей. А тех, кто желает углубиться в тонкости самопомощи, становится в наше время все меньше и меньше. Предаваться размышлениям можно ведь и в одиночку, для этого учебника не нужно.

И я надолго отложила рукопись в сторону.

Выбросила из головы мысли о писательстве и стала жить жизнью обычного человека. Радовалась повседневным занятиям. Читала книги и смотрела телевизор. Занималась собой как духовно, так и телесно. **Ждала, надеялась и верила, что со временем все образуется.** Но не тут-то было. Время само по себе ничуть не помогает. Нерешенная проблема так и остается нерешенной.

Вновь приступила к работе. Но как только стала думать о том, как рассказать читателям о своих новых открытиях в области изучения стрессов, *не обманывая читательских надежд*, почувствовала слабую боль в области переносицы. Стоило же мне на миг подумать о том, что *люди, ожидающие мои книги, надеются на меня*, а я и с собой-то не справляюсь, как во всем затылке стало нарастать напряжение. Лишь только я представила себе, что *мечта завершить работу к установленному сроку* не сбудется, напряжение тут же сменилось тягучей болью. **В таких случаях у человека подрывается вера в самого себя**, и он начинает думать, что окружающие-то правы. Он попадает **в зависимость от чужих желаний**. Становится **жертвой всевозможных желаний ближних**.

Если человек из категории искателей, то жизнь приходит ему на помощь. Кто замечает помощь, которую оказывает жизнь, тот находит нужное, обходясь без особых страданий. Скоро ли, это уже вопрос другой.

Когда у меня возникает даже самая ничтожная проблема со здоровьем, я воспринимаю ее как дар небесный, который учит меня правильно понять суть.

**Наивность оборачивается для человека физическими страданиями.**

Эгоизм оборачивается духовными страданиями.

**Мне было известно, что делает с человеком желание** быть лучше других (гордыня). **Мне было известно, к чему приводит знание**, что я лучше всех (позитивный эгоизм). Есть люди, которые выжали себя до последней капли, чтобы добиться чего-то лучшего, выделиться из числа других и поглядывать на окружающих сверху вниз. **Если человек имеет что-то хорошее, которое он сотворил своим разумом и своими руками, то эгоизм у него меньших размеров**, из-за чего он не очень критически относится к тем, у кого этого хорошего нет. Он даже готов принять от того, кто хуже него, то хорошее, которым располагает этот нехороший человек.

**Самое горделивое "эго" свойственно человеку общества благоденствия**, который ничего в жизни не достиг. Чем меньше им сотворено головой или руками, тем он заносчивее. Так тунеядствующий представитель общества благоденствия свысока глядит на квалифицированного рабочего из развивающейся страны и плюет в сердце профессору, хотя сам ждет помощи от обоих. Этой проблемой я занималась в ту пору, когда изучала чувство долга, гордость и стыд, но сама с подобным отношением не сталкивалась. Этот опыт был мне нужен для изучения духовных желаний.

Накануне лекционного курса я уже знаю, кому, что и как говорить. Поскольку аудитория всегда бывает разная, то и говорю я по-разному, хотя тема всегда одна и та же. Слушатели этого курса оказались очень симпатичными и любознательными. От наивного усердия временами перебарщивали, но это было не страшно. Будучи представителем эстонской нации - а мы люди угрюмого нрава и не пытаемся это скрывать, - я отказывалась верить, что люди общества благоденствия способны лицемерить целыми днями. Оказалось, способны, так как привыкли носить маску благонаравия. Для них это жизненно важно.

Подобный хороший человек, живущий в страхе стыда, не понимает, что девиз *keep smiling* (сохраняйте улыбку) неуместен там, где нужно быть искренним. Ложь особенно опасна при посещении врача, потому что он может не понять больного. Знание этого человеку, увы, не помогает, поскольку **позитивный эгоизм - это стресс, который автоматически превращает лицо в улыбающуюся маску, и человек ничего не может поделать**. Стоит ему подумать о том, какой он хороший, сразу начинает улыбаться. Поэтому работа врачей и психологов становится все труднее. И даже работа обслуживающего персонала тоже. Все

чаще приходится *угадывать, чего клиент желает, ждет, к чему его тянет*. Если не угадаешь, жди бурной ответной реакции.

Индивидуальный прием отличался от лекционного курса, как день от ночи. Там уже не нужно было притворяться друг перед другом. Там каждый - а каждый был Лучшим - лицеизреп лишь меня, Худшую, ибо для него я была бедной эстонкой из бедной Эстонии. Половина пациентов даже не удосуживалась скрывать свое отношение, хотя речь их была вежливой. Они *ждали от меня доказательств*, что я лучше, чем они считали. Я же *надеялась и хотела верить*, что они интересуются изучением языка стрессов. Одним словом, царила атмосфера, при которой **обе стороны лелеяли тщетные надежды ради самой надежды**, что не приносит ничего, кроме вреда. Мои надежды, ожидания, мечты и вера оказались напрасными. Я желала одного - поскорее оказаться дома, среди своих.

Каждый учитель счастлив, когда в его учении есть потребность, ибо тогда оно воспринимается. Учение, которое принимается вопреки желанию, изнуряет учителя. Если учитель учит учеников вопреки их желанию, но знает, что должен учить, то он делает это вопреки желанию, то есть через силу. От этого школьный учитель, преподающий материальные дисциплины, *растрчивает себя физически*, а наставник, обучающий духовным знаниям, *истощает себя духовно*.

Более всего духовного наставника истощают материалисты, которые приходят за духовными знаниями по собственному почину, ибо в них сидит автоматический протест против всего нового и незнакомого. Наставник хоть и чувствует, что было бы правильной прекратить занятия с ними, знает, что этого нельзя делать. Почему? Потому что **человек, который не понимает сути дела, не прощает**. Это задевает его гордость, а у гордости отсутствует мыслительная способность. Гордость ученика может погубить наставника, даже если сам ученик того не желает.

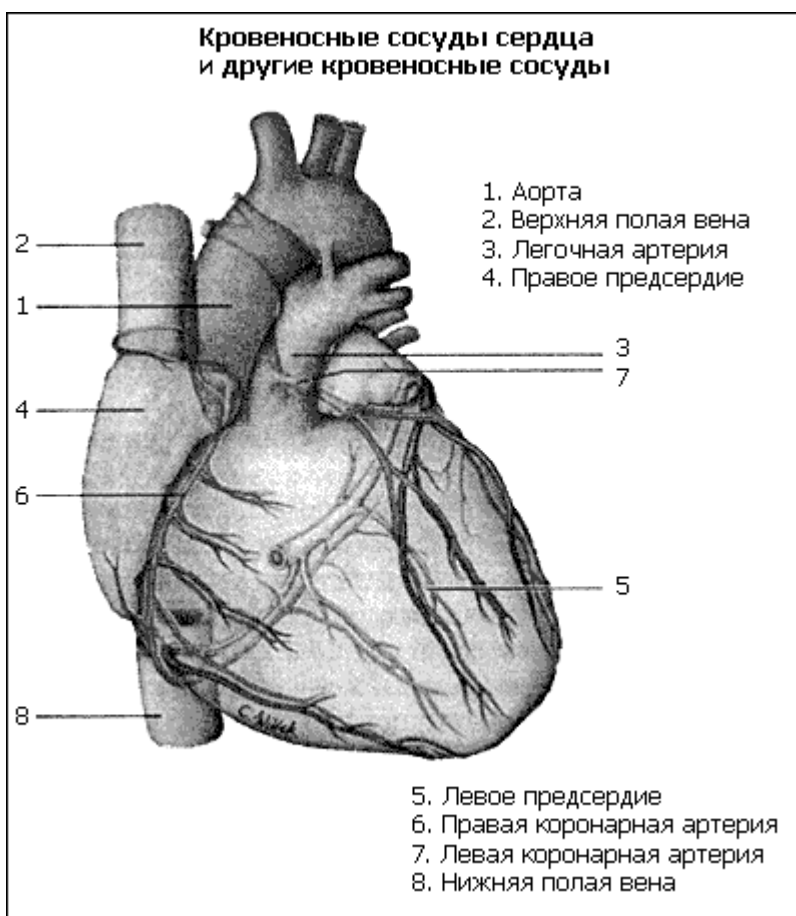
В довершение ко всему я изнурила себя и сама, стараясь скрыть разочарование, которое иначе читалось бы у меня на лице. Уставала страшно, но решила держаться до конца. Моя гордость не желала сдаваться. Я работала, как плетка, которой охаживают уставшую лошадь. **Человек, гордящийся своей выносливостью, не ломается во время работы. Он валится с ног после ее завершения**. Чем внезапнее спад напряжения, тем острее протекает возникшая болезнь. Как только я приехала домой, началась абсолютная аритмия, которая продолжалась неделю. Я так погоняла свою загнанную лошадь, что она понесла. Во мне уже не умещался **страх оказаться виноватой**.

Если лошадь понесла, это еще не беда. Беда, когда начинается смерч. Это значит, что безмерный страх - плохо, но злость еще хуже. Относясь к ситуации трагически, то есть перенося свою злость на всех, мы превращаемся в смерч, а тот, если его не погасить, наносит телу опустошительный урон. Природный смерч можно уподобить тромбу. Вы ничуть не погрешите против истины, если сравните вызванные смерчем внезапные разрушения в природе с внезапными разрушениями, которые тромб производит в теле. Тромб есть тромб. Он не причина, а следствие. Следствие конфликта, разногласий, ссоры, войны. Когда происходит столкновение между тягой к чрезмерному хорошему и обретением соразмерного ему плохого, то следствием является разрушение.

**Внезапный спад напряжения опасен. Неумение оценивать величину своего напряжения и его особенности ведет к тому, что в момент полного расслабления может моментально возникнуть состояние, опасное для жизни.** Это равнозначно тому, как если бы забравшийся на высокую гору альпинист, выложившийся до предела, вдруг прыгнул в пропасть от радости, дескать, теперь можно и отдохнуть. Ведь цель достигнута! *А о дальнейшем и думать не хочется*. Подобными альпинистами являются все те, кто живет ради других, а значит, живет не своей жизнью. Зная себя, человек способен совершить подобное действие осознанно, чтобы заболеть. Болезнь служит оправданием защиты от жаждущих. Поначалу болезнью защищаются от окружающих, а позже - от самого себя.

**РЕЗКИЙ СПАД НАПРЯЖЕНИЯ ВЕДЕТ К ТРОМБОЗУ.** Тромб, блокирующий кровеносный сосуд, образуется в том случае, если:

- человек, достигший цели ценой невероятных усилий, выпускает все из рук и пускает дела на самотек - главное, отдохнуть. Избавиться от неприятных воспоминаний. Тромб в кровеносном сосуде головного мозга исполняет все его желания: исчезает память, и жизнь летит в пропасть;
- человек, полностью пожертвовавший собой во имя достижения цели, надламывается на пике напряжения, ибо силы иссякли. Так человек, трудясь всем сердцем, зарабатывает инфаркт, поскольку люди не поняли его сердечных порывов. Он пожертвовал собой, так как не умел делать работу от сердца, от любви. Разницы между работой от сердца и работой с сердцем внешне как будто нет. На самом деле они разнятся, как жизнь и смерть.



### Мысль - творящая и разящая

Индивидуальные особенности житейских ситуаций и болезней определяются в конечном счете мышлением человека. *Кто надеется на ближнего, тот еще худо-бедно мыслит*, а *кто верит в помощь ближнего, тот не мыслит вовсе*. На приеме он являет собой дрожащую от восторга плоть и тарашит глаза, дескать, сейчас с ним проделают тако-о-о-е. Другой держится напряженно из-за чувства вины, так как боится, что на него ничего не подействует. Есть и такие, кто держится отстраненно. Они знают, что **за деньги человек имеет право требовать качественной работы**. Они живут с рыночным менталитетом: я - честный человек, я плачу деньги, и мне должны отвечать адекватно. Они верят, что такой порядочный человек заслуживает счастья. Когда приходит болезнь, они не понимают причины. Такой человек не осознает, что он не помог себе сам. Как же так? Он же вкалывал, как ломовая лошадь. Он не знает и знать не желает, насколько он пассивен духовно. Он верит, что попал в надежные руки лишь потому, что слышит, как ему кажется, умные речи. В следующий миг он уже безмятежно дремлет.

Люди, которые начинают позевывать во время приема, встречаются часто. А некоторые вообще засыпают. Особенно в развитых капиталистических странах, где люди полностью растрачивают свою жизненную силу на работе. Представьте: целый час рассказываю человеку про его стрессы, одновременно записывая себя на кассету, а человек спит. А очнувшись ото сна, удивляется, что не проснулся здоровым, или начинает спрашивать про то, о чем я только что говорила. Не скрою, поначалу такие люди меня раздражали. Так и подмывало спросить: вы что, спать сюда пришли? Но я сдерживалась. Внутреннее чувство говорило: за этим что-то кроется. Когда же пришло понимание, я была не в силах поверить, что в наши дни есть еще столь наивные люди, которые верят, что кто-то способен мановением руки решить их житейскую проблему или снять болезнь. Но они существуют, и чем выше уровень материального развития, тем их становится больше.

Почему? Потому что, удовлетворяя все в большей степени запросы своих граждан, общество благоденствия проживает за людей их жизни, и те к этому привыкают. Сперва они перестают двигать собственными руками и ногами, а потом перестают ворочать и мозгами, поскольку за них думает государство. Они привыкают к удобной жизни. Тяга к комфорту может быть столь велика, что и врача они будут оценивать по тому, насколько комфортабелен его кабинет. Погружаясь в удобное кресло, такие пациенты любезно предоставляют специалисту право прожить за них их жизнь, а сами тем временем смеживают веки. Так проявляется наивная вера и **гордость по поводу того, что я весь из себя такой занятый-презанный**.

**Благополучное общество, о котором мечтают все хорошие люди, рождает наивность. Духовный застой, вызванный наивностью, бытующей в обществе с низким уровнем развития, ликвидируется ПРИРОДНЫМ бедствием. Природное бедствие уничтожает то, обладание чем считалось счастьем. Силой, способной вывести благополучное общество из состояния застоя, должно явиться нечто такое, что заставит задуматься гораздо серьезнее. Это тоже природное бедствие,**



но только имя ему отклонение в развитии. Подобные природные бедствия учат на понятном каждому языке, соответствующем уровню его развития, использовать свой мозговой потенциал для того, чтобы вникнуть в суть дела.

Наивная вера, она же вера в добро, не позволяет порой верить в зло, даже когда зло уже свершилось. Для нее важнее сохранить приверженность самой вере. Пусть даже придется умереть во имя идеалов. И умирают.

**Ожидание и надежда утомляют.** Они вызывают спазм гладких мышц сердца и мозга, из-за чего поступление крови в мозг уменьшается. Еще немного ожидания и надежд на чью-то помощь, и баланс нарушен. От нехватки кислорода (нехватки свободы) в клетках головного мозга человек погружается в сон, так как во время сна включается экономный режим работы организма. Во сне меньше расходуется кислорода и питательных веществ. Потому человек, неожиданно погрузившийся в глубокий, но короткий сон, после пробуждения чувствует себя прекрасно. Напротив, человек с постоянным спазмом мышц не расслабляется даже во сне, и само понятие глубокого сна ему неведомо. Ему не дают спать сверхмерная усталость и подавляемое чувство вины. У человека с нарушенным сном в гладких мышцах мозга происходят те же процессы одеревенения, что и в поперечнополосатых мышцах.

**Одеревенелые мысли = одеревенелые мышцы = одеревенелые движения.**

Эгоистичное ожидание и надежда на то, что если что-то для меня само собой разумеется, то и для ближнего это должно быть в порядке вещей, рано или поздно чреваты разочарованием, поскольку для ближнего это оказывается отнюдь не в порядке вещей. Эгоизм - это твердое окончательное суждение. Чем больше эгоизм человека, владеющего ухищренными знаниями, тем больший урон наносят ожидание и надежда сверхтонким структурам его мозговых центров, что неизбежно влияет и на кору головного мозга. **Если утрачивается вера в то, что люди когда-нибудь поумнеют, то поражается кора головного мозга. В итоге окружающие становятся все умнее, а человек, потерявший веру из-за чужой глупости, этого не понимает, поскольку потенциал его головного мозга не раскрывается.** Чем больше он мечтает о том, чтобы сделаться умнее, тем ограниченной становится. Штудируя одно и то же, он создает свой мирок, который считает лучше других.

**Принципы без веры, то есть вялые принципы = вялые мышцы = вялые движения.**

Безысходность вызывает ослабление гладких мышц. В зависимости от гладких мышц могут ослабеть все ткани, даже мозг. Если безысходность связана только с умственной работой, это проявляется только в мозге. Если безысходность возникает в связи с какой-либо иной целью, то кроме гладких мышц мозга ослабевают также гладкие мышцы соответствующего участка тела, вследствие чего пропадают тонус и работоспособность и в поперечно-полосатой мышце. На участке с расширенными кровеносными сосудами крови больше, чем необходимо, но поскольку она застаивается, аналогичное кислородное голодание и нехватка питательных веществ возникают и в мозге. Особенно худо обстоит дело, если человек никогда не умел верить в себя и даже не знает, что это такое. Он полагает, что живет своей головой, а оказывается, живет по чужой указке. Это вызывает у него отчаяние.

У человека, испытывающего отчаяние, очень чувствительна область живота, словно его ужалила оса. Не то чтобы живот отзывался болью на прикосновение, но состояние такое, что до него лучше не дотрагиваться. Поэтому человек инстинктивно старается не тревожить свой живот. Чем сильнее испытываемая человеком безысходность, тем сильнее отчаяние, которое заставляет человека терзаться вопросами: **что делать, как делать, сколько делать, делать ли вообще?** Если его дела находятся в зависимости от восприимчивости, предупредительности и мнения окружающих, то утрачивается **всякая надежда**.

**Чем дольше длится безысходность, тем больше все лишается смысла.**

*Безысходность - это почти конец.*

*Бессмысленность - это уже конец.*

**Безысходность есть расслабление.**

**Бессмысленность есть расширение.**

*Ощущение бессмысленности, испытываемое человеком умным*, вызывает расширение желудочков головного мозга, что нередко проявляется в утрате зрения, что как бы говорит: человек, ты *перестал видеть* какой-либо *смысл* в жизни. Высвободи бессмысленность, тогда почувствуешь, что жизнь всегда имеет смысл. А тогда и увидишь, что так оно и есть. Увидишь людей, которые *еще не готовы* к тому, что ты уже умеешь, но ты не станешь воспринимать их поучения как бессмысленность. Просто поймешь, что их время еще не пришло, и обретишь душевный покой. Перестанешь тревожиться за них и паниковать. А коли возникнет проблема, сам увидишь, насколько лучше отнестись к ней спокойно, без нервозности.

Расслабление и расширение могут произойти в теле где угодно, однако начинается этот процесс все же в мозге. В мозге он может быть столь ничтожным, что не вызывает недоумения, а потому не поддается обследованию на компьютере. На других же участках процесс может быть значительным. Это значит, что человек из ничтожной бессмыслицы придумал для себя угрожающе большую проблему, бессмысленность которой состоит в том, что решить ее можно было бы изменением своего отношения - высвобождением бессмысленности. От тонуса стенок кровеносных сосудов мозга зависит кровообращение. Чем сильнее безысходность, тем ослабленней кровеносные сосуды и тем медленней циркулирует кровь. Для спасения клеток мозга сердце может подкачать крови, но от этого возникает лишь ее **застой и ощущение гнетущей тяжести в голове**. Попытка человека придумать что-нибудь еще оборачивается для тканей мозга одновременным напряжением, сужением, расширением, а также сдавливанием и истощением содержащейся в тканях жидкости.

Пример из жизни.

Из Германии за помощью приехала женщина лет сорока, у которой в течение последних восьми лет голова была как

чугунная. Временами из-за боли и страданий ее посещала мысль о самоубийстве. Женщину постоянно обследовали, но болезни не находили. Тем не менее ее регулярно лечили, хотя и безрезультатно. И вот кто-то дал ей "добрый" совет, дескать, роди ребенка, и голова перестанет болеть. Женщина прошла и этот курс "лечения", однако стало еще хуже, так как годовалый ребенок не спал ночи напролет. Постоянно кричал, плакал, орал благим матом, превратив жизнь матери в сущий ад. В чем дело?

Представьте себе, что вы - ребенок, рожденный матерью фактически только ради того, чтобы избавиться от головных болей. Мать - добросовестная трудяга - родила его в качестве таблетки от головной боли и теперь ощущает, что прибавилось еще одно существо, перед кем она чувствует себя виноватой. Исправить же свою ошибку она не умела.

Я поглядела ее голову и сказала: "*Голову что-то сдавливает со всех сторон, точно тисками*". Ее мозг, сжатый спазмом, был вроде маловат для черепной полости, из-за чего пространство между черепной коробкой и мозгом заполнилось мозговой жидкостью, давящей на мозг. "*Да!*" - выпалила женщина в ответ. В ней внезапно зародилась надежда - нашелся-таки человек, поверивший ее ощущению. У всех, кого терзают душевные переживания, душа молит, чтобы кто-то поверил в их беду, прочувствовал их ощущения. Я поглядела на расширенные желудочки мозга, в которых также оказалось избыточное количество мозговой жидкости, что еще более утяжеляло мозг, и сказала: "*У вас такое ощущение, будто что-то давит на голову изнутри, грозя разнести ее на куски*". "*Да!*" - вновь воскликнула женщина.

Я спросила: "*А не заподозрили ли у вас врачи неполадки с психикой, раз вы ощущаете в голове давление одновременно и снаружи, и изнутри?*" Тяжело вздыхая, она ответила: "*Меня и в психиатрической клинике обследовали, но ничего не нашли*".

"*Неужели вам не сказали про избыток мозговой жидкости?*" Оказалось, что говорили, но никакой патологии в этом не усмотрели. По-видимому, расширение желудочков мозга бывает в наши дни уже у каждого второго. У кого при этом не болит голова, тот к врачам не обращается и не проходит обследования. Их просто считают дуриноголовыми либо, если с годами они деградируют духовно, именуют это старостью. Мой опыт показывает, что расширение желудочков мозга происходит у людей с психическими отклонениями, у алкоголиков и тех на вид здоровых детей, кто родился посредством кесарева сечения. Более весомое слово в этом деле могут сказать неврологи и психиатры.

Я стала разъяснять женщине: "*Извне на ваш мозг давит чувство долга, а изнутри его распирает ощущение бессмысленности. От этого происходит ущемление мозговых тканей. Нарушается кровообращение, и ткани не получают питательных веществ. Также нарушается циркуляция лимфы, поэтому ткани не могут очиститься. Возникшее недомогание - это как бы мольба мозга о помощи. Помогите же своему мозгу*".

На следующий день на прием явилась незнакомая женщина и с порога огорошила меня вопросом: "*Признайтесь, что вы сделали с ребенком?*" Видя мое недоумение, она пояснила, что является подругой побывавшей у меня накануне женщины и что в Эстонию они приехали втроем, включая ребенка, который за всю свою жизнь не спал ни единой ночи. Зато всю прошлую ночь проспал, ни разу не проснувшись, и даже не шевельнулся во сне. Я ответила: "*Ничего особенного. Просто объяснила вашей подруге подоплеку ее недуга. Остальное - ее заслуга. Спросите лучше у нее самой*".

Если некое дело кажется бессмысленным, то **браться за него неразумно - разумнее за него не браться вовсе. Разумнее было бы высвободить ощущение бессмысленности**, а затем спросить себя: а нужно ли вообще это делать? Если и теперь почувствуете, что нужно, значит, нужно. Тогда и делайте, во всяком случае дело не будет лишено смысла. Бессмысленных дел не счесть. Например, бессмысленно кашлять, если нет мокроты, так как сухой кашель лишь раздражает механически слизистые дыхательных путей. Тем не менее мы это делаем. Порой доходит до рвоты, потому что раздражение, вызвавшее кашель, превращается в рвотный позыв. Вероятно, вам знакомо болезненное ощущение, возникающее в растрясанном от кашля мозге, который словно не желает уместиться в черепе. Иначе говоря, постыдная (сухая) воображаемая (нереализованная) борьба за свободу (кашель) превращается в отвращение (тошноту), нежелание продолжать жить подобной унижительной жизнью, жизнью без свободы (свобода = легкие), жизнью узника, жизнью раба. Раздражение - это неизлитая злоба, не дающая покоя, поскольку она требует выхода. Мозг, место, где рождается ощущение бессмысленности, получает от этого встряску с тем, чтобы в следующий раз не выдумывал подобной бессмыслицы.

Возьмем еще один пример. Нет смысла беспрестанно кашлять, даже если мокрота течет ручьем. Иными словами, нет смысла восставать в душе против унижительной (гнилая мокрота), обидной (мокрота со слизью), огорчительной (водянистая мокрота) ситуации, если видишь, что положения этим не исправить. Разумнее было бы разомкнуть уста и высказать свое мнение. Если это бессмысленно, ибо окружающие не станут внимать, то следовало бы высвободить духовно свою ожесточенную борьбу за свободу. Кто так поступает, тот понимает, что его недуг был бессмыслицей. Зачем жить в темнице больным, если можно жить на воле здоровым? В здоровом состоянии человеку проще пораскинуть мозгами и понять, отчего он оказался в темнице.

Питание и очищение клеток мозга нарушаются очень быстро, так как клетки мозга - это наиболее чувствительные из всех нервных клеток. Признаком зашлакованности является головная боль. Чем сильнее ощущение безысходности и чем дольше оно длится, тем вероятнее, что в головном мозге происходит процесс, сопоставимый с истощением. Вода из крови переходит в клетки либо межклеточное пространство и вызывает отек. От этого кровь в кровеносных сосудах густеет, образуя на стенках кровеносных сосудов мозга отложения, способные их закупорить. В результате происходит инфаркт головного мозга, следствием чего является паралич. Духовная безысходность материализуется таким образом в земную безысходность.

Короче говоря, **надежда прожить жизнь за ближних и надежда на то, что ближние проживут жизнь за меня, воздействуют патологически на гладкие мышцы стенок некоторых кровеносных и лимфатических сосудов, расположенных в нижней части мозга**. Здесь находятся центры органов чувств. Аналогичным образом воздействует на кору головного мозга наивная вера. **Чем наивнее надежда, тем сильнее нарушаются зрение, слух, обоняние, вкусовые ощущений**

**и осознание. Чем всеохватнее желание верить только в хорошее, тем больше утрачивается мыслительная способность.**

Если человек сталкивается с некоей конкретной ситуацией, продолжительной и безысходной, которая не укладывается у него в голове, возникает **аневризма кровеносного сосуда мозга** - местное расширение просвета артерии вследствие растяжения и выпячивания ее стенки, которая может лопнуть при резком повышении артериального давления. В результате происходит инсульт - кровоизлияние в мозг, вследствие чего наступает паралич. **Внезапный приступ бешеной злобы из-за безысходной ситуации, не укладывающейся в голове**, ситуации, которая и без того затянулась, а теперь, оказывается, стала еще безысходнее, вызывает **разрыв стенки мозговой артерии**. Единственная возможность избежать паралича в данном случае - это быстрое оперативное устранение кровоизлияния. К сожалению, операция помогает лишь тому, кто *по своему характеру не склонен копить долгую злобу*.

Таким же по существу образом происходит эрозия слизистых оболочек и стенок кровеносных сосудов кожи, известная как трофическая язва. **Порыв злобы ведет к тому, что трофическая язва начинает кровоточить**. Если человек **испытывает постоянную злобу, то и язва кровоточит постоянно**. Резкое повышение кровяного давления происходит, когда человека охватывает гневное отчаяние: НИКОМУ ДО МЕНЯ НЕТ ДЕЛА, никто не хочет меня понять.

Пример из жизни.

Женщина лет шестидесяти в течение нескольких лет носила, не снимая, эластичную повязку на нижней части правой голени. Без повязки трофическая язва начинала кровоточить. Временами кровотечение было столь обильным, что женщине приходилось лечиться от малокровия. Ни одно лекарственное средство не заживляло язвы.

**Ни одно лекарство не способно залечить душевную рану, и ни одно лекарство, по сути, не излечивает от болезни.**

С виду женщина производила впечатление человека спокойного, приятного в общении, образованного, интеллигентного. На деле же ее переполняла злоба, ибо *дела у нее не шли* (проблема голени). От всего, что было ею задумано, ей пришлось отказаться, так как она осознала, что былых времен не вернуть. Некогда высокое общественное положение сменилось на статус пенсионерки. Она *была уверена в том, что никому нет до нее дела, что она никому не нужна*. Я спросила: *"Неужели сам факт, что вы продолжаете работать, не убеждает вас в том, что вы нужны людям и что нужны именно такой, какая вы есть?"* Женщина натужно улыбнулась, хотя глаза повлажнели. *"Ну, это они скорее всего из жалости"*. В каком-то смысле работодатель даже оскорбил ее, предложив работу, в которой человек нуждался. Гордость не позволяла женщине жить подачками.

Стали мы говорить о ее стрессах. Обладая острым умом, она рассуждала о своих стрессах совершенно беспристрастно, без эмоций. Она понимала воздействие стрессов и признавала у себя их наличие.

Спустя месяц кровотечение из язвы осталось у нее лишь в воспоминаниях. Однако на месте язвы оставалась незарастающая выемка глубиной в несколько сантиметров. Кожа была сухая, зудела и шелушилась. Зуд - это проявление досады. Что же вызывало в женщине досаду? **Стыд за то, что еще недавно в голове у нее сидели очень глупые и очень нехорошие мысли**. Покуда она об этом не догадывалась, не было и причины для стыда. Когда я поинтересовалась, перед кем же ей стыдно, она, недолго думая, ответила: *"Перед собой, перед кем же еще? Ведь никто не знает про то, что творится у меня в душе. Я никогда и никому не раскрывала душу. Хотела быть сильной. И была"*.

Теперь, узнав про иссушающее воздействие стыда, она занялась его высвобождением. Спустя полгода прошла не только сухость кожи, но и произошедшая тем временем потеря веса, а также обвисание тканей. Женщина преобразилась - стала прежней жизнерадостной пышечкой, которой любое дело по плечу. Она перестала себя изводить.

Разве после этого скажешь, что былые времена не возвращаются?

Вскоре эта женщина придумала для себя новую проблему - не без этого, - **так как хорошим людям стыдно жить без проблем**.

Если человеку, который постоянно себя изводит, дорога жизнь, то в его организме задерживается жидкость, которая должна бы разжижать шлаки. Избыток жидкости - тяжелый груз для человека, который и без того перегружен, так как живет жизнью других людей. Это *невыплаканная печаль из-за людей, которые страдают*, однако ничего не делают ради своего же блага. Это желание доказать, что я - сильный человек и ни на что не жалуясь. Для человека, который живет для других, излечение от избыточной жидкости является, как правило, лишь мечтой. По крайней мере до тех пор, пока он еще в состоянии делать что-то ради других.

Освобождение от иллюзий - дело чрезвычайно трудоемкое и длительное, потому что мы находимся под влиянием психологической атмосферы, которая превозносит позитивное мышление, призывает делать всем добро и жертвовать собой во имя хорошего. Будь мои речи и речи таких, как я, гласом вопиющего в пустыне, было бы не так уж худо. Кому надо, тот случайно забрел бы и в пустыню. Худо то, что на людей, цепляющихся за психологию как науку, речи таких, как я, производят такое же впечатление, как на быка красная тряпка. До тех пор, пока отсутствуют умение и желание соединить науку и эзотерику, беды не избежать.

Очень многие считают себя прекрасными психологами - и те, кто получил соответствующее образование, и люди без специальной подготовки.

Пример из жизни.

Первым делом я изложила теорию, а потом стала рассказывать пациентке, как следует снять стресс *надежды на окружающих*. Женщина сильно занервничала и **стала доказывать, что никогда и ни на кого не надеется**. До этого я подчеркнула, что подобные стрессы есть у каждого из нас и что в случае продолжительного физического недуга непременно поражаются также и гладкие мышцы. Признание же наличия у себя стресса, поражающего гладкие мышцы, помогает снять

стресс и открывает дорогу здоровью. Вести беседу дальше в том же духе было бессмысленно.

Я сменила тему и стала расспрашивать женщину о ее жизни. Она охотно рассказала о том, что, несмотря на свой явный физический дефект, в жизни у нее никогда не было проблем. Чего бы она ни пожелала, ее желания всегда исполнялись - всякий раз находился добрый человек, приходивший ей на помощь. Изъездила полсвета, ибо всегда рядом оказывался добровольный помощник. Даже не бронировала билеты на самолет - ведь ей всегда шли навстречу.

Если бы я сказала, что она не только ждет помощи от окружающих, но и нещадно их эксплуатирует, женщина замкнулась бы в себе и ушла. *"Неужели вам в жизни встречались одни только хорошие люди?"* - спросила я. По ее улыбающемуся лицу пробежала тень. Как искусная актриса, она не пожелала об этом говорить. Не хотела создавать о себе плохого впечатления.

**В силу конфликтующих друг с другом парадоксальных стрессов** женщина была не в состоянии понять, что она не только ждет помощи от других, но и абсолютно уверена в том, что ей ни в чем не откажут. Она использует людей в своих интересах, злоупотребляя их добротой. Фактически дело обстоит еще хуже, так как женщина ссылается на известные фамилии и этим явно злоупотребляет. Из-за всего этого недуг ее будет лишь усугубляться. Разве станет человек работать над собой, если все его желания исполняются окружающими? Конечно же нет.

Если в силу физического дефекта, врожденного либо приобретенного в юные годы, человек ставит перед собой цель справиться с материальной стороной жизни, он неминуемо живет только за счет других людей. Научиться справляться с житейскими проблемами - это, конечно, необходимо, но не следует при этом забывать о душе. Общество, в котором с этим не считаются, со временем навлекает на себя массу неприятностей.

В развитом обществе не принято дурно отзываться о ком-либо. Хвалить нет основания, ругать нельзя, так давайте не говорить вообще. Лучше промолчим или же расхвалим до небес. К примеру, начнем говорить, как хорошо живет инвалидам. Сейчас так и делают, причем все чаще. В результате мы имеем рост инвалидности. Ведь следствие порождается причиной.

Можно возразить, дескать, никто не становится инвалидом по своей воле, и сама мысль, высказанная мною, оскорбительна для читателя. Да, **добровольно никто инвалидом не становится, но инвалидность неумышленно провоцируется желаниями.** Чтобы снизить уровень инвалидности, нужно прекратить играть в прятки по принципу "хочу - не хочу" и научить людей жить по-человечески. Если все люди сообща стали бы налаживать каждый свою жизнь, они в этом непременно преуспели бы. Покуда же этим занимаются одиночки, особых успехов им, увы, не видать, потому что окружающие, пропитанные духом материализма, делают все, чтобы столкнуть одиночку-канатоходца с каната (канатоходец - это человек, совершенствующий свое умонастроение). И при этом они искренне желают ему только добра.

**Чувство определяет бытие, мысль определяет деяние.** Помнится, в детстве я как-то раз встала на отцовские костыли, чтобы казаться выше ростом, чтобы шагать пошире, чтобы продемонстрировать свою ловкость, а также солидарность с отцом. Первый раз оказался последним - отец разозлился на меня не на шутку. *"Этим не шутят,* - гаркнул он. *- Не поступай так, как поступил я, иначе тебе будет худо, как и мне"*. Отец не уточнил, что же было им сделано не так. Мне нужно было понять это самой, что я и постаралась сделать. К наказу отца я отношусь как к заповеди Божьей, хоть это и не заповедь, а лишь пожелание.

#### **Уже и помечтать нельзя?**

Можно, и более того - нужно. Только надо стараться, чтобы мечта оставалась мечтой. Мечта сама знает, нужно ли ей сбыться или нет. И если нужно, то когда именно. Доверьтесь своей мечте.

Некоторые люди умеют мечтать так, что на сердце у них становится легче и веселее. Если задать им вопрос: *"Желаете ли вы, чтобы ваша мечта сбылась?"*, они выразят удивление: нет, зачем? Они берегут свою мечту, как святилище, где можно временами укрыться от земных тягот. Да, это бегство, но оно необходимо, если его правильно дозировать. Предаваться мечтам крайне важно во избежание душевных ран либо для их исцеления.

Мечты не помеха для физических действий. Еще ребенком я подсознательно витала в облаках, между тем как тело делало то, что ему было велено, а сама я в этих действиях не участвовала. Я, как воплощение духа, была где-то далеко и не вбирала в душу стрессы. Тело автоматически выполняло знакомую работу, причем сохраняло способность мыслить. Результат удовлетворял всех. Мечты помогали не создавать проблем.

Бывает, что люди боятся мечтать, поскольку опасаются, что мечта может всецело завладеть их сознанием. А это уже чревато невероятными страданиями. Иной человек так ловко выучивается на чужих ошибках, что, глядя на ближнего, страдающего из-за иллюзий, гонит прочь собственные иллюзии. Сделать это просто, если поверить, что мечты - это блажь. Несмотря на это, мечты возвращаются. Человек, не дающий себе поблажек ни в чем, способен запретить себе всякие мечты.

#### **Запрет вызывает ожирение.**

**Запрет на мечту ведет к жировой дегенерации мозга,** при которой происходит деформация мозговых клеток, их регресс и замещение жировой тканью. О человеке, который ленится думать, говорят: у него мозг оплыл жиром. Так оно и есть на самом деле. Позволив ближним перерасти себя, человек запрещает себе думать о том, о чем думать не следует. Таково последствие запретов, услышанных еще в детстве.

#### **Мечта, тоска, детская вера**

**СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ, чтобы ощутить воздействие СЛОВ: МЕЧТА, ТОСКА, ДЕТСКАЯ ВЕРА. ДАЙТЕ СЕБЕ ДЛЯ ЭТОГО ВРЕМЯ.**

Для того чтобы понять, каким образом на нас воздействуют вера, мечта и тоска, проследите за формой выражения ваших чувств. Понаблюдайте за собой и за окружающими. Проведите параллель между душевным состоянием больных людей и их болезнями, таким образом вы проверите правильность приведенных ниже данных. Верьте мне, но и перепроверяйте меня, тогда

поверите себе.

## ПСИХИЧЕСКИЕ И ФИЗИЧЕСКИЕ ФОРМЫ ПРОЯВЛЕНИЯ НАИВНЫХ ЖЕЛАНИЙ, ПОРАЖАЮЩИХ ГЛАДКИЕ МЫШЦЫ

| Наивное желание | Характерные для желания особенности поведения | Рожденные желаниями ощущения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Дисфункция и болезни тканей и органов, соответствующие материализованным желаниям                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ожидание        | Беспокойство                                  | <b>Стеснение, нехватка воздуха, ощущение сдавливания, безотчетное беспокойство, метания.</b> Давящее чувство в груди. Ощущение, будто произойдет нечто ужасное, если немедленно что-то не предпринять. Ощущение, будто сердце колотится, трепещет, обессилело и не желает больше работать                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Все заболевания сердца и различные нарушения кровоснабжения.</b> Аритмия сердца. Патология тканей и органов, расположенных в полости грудной клетки, а также снаружи. Заболевания легких, грудных желез, вилочковой железы                                                                                                                       |
| Надежда         | Великодушные                                  | <b>Сумеречное состояние души и великодушное вседозволение.</b> Бессилие мыслей, плаксивость. Давящее ощущение в висках и ушах. Полусонное состояние. Ощущение тяжести над пазухами. Напряжение в затылке, распространяющееся в шею. Головокружение от накопившейся избыточной бессмысленной информации                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Поражение центров нижней части головного мозга (гипоталамуса). Нарушение низших (животных) инстинктов.</b> Ослабление тканей. Головная боль, невралгия. Заболевания нервов, исходящих из головного мозга. Болезни органов чувств. Нарушение чувства равновесия                                                                                   |
| Мечта           | Кротость                                      | <b>Подчинение чужой воле из-за страхов, чувства вины и желания доказать свое превосходство.</b> Витание в облаках, сладкие грезы. Рьяная готовность совершать великие дела. Восторженность. Сердцебиение. Пульсация в голове. Горячий и холодный озноб, мурашки по телу. Легкая возбудимость                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Поражение стволов головного мозга, соединяющих его нижние и верхние центры с корой мозга.</b> Общие гормональные нарушения и заболевания железистых органов. Нарушение терморегуляциителя                                                                                                                                                        |
| Тоска           | Агрессивность                                 | <b>Человек глядит на жизнь словно в подзорную трубу и тоскует по увиденному.</b> Ограниченность интересов, жизнь во имя некоей твердой цели вплоть до самопожертвования. Резкая реакция на любую помеху. Стремление подчеркнуть свою исключительность. Испуг за свои поступки, граничащий с безрассудной смелостью. Истеричность, пренебрежение чужим мнением. Неудержимый вербализм либо посвящение в свои дела узкого круга доверенных лиц и то под покровом глубочайшей секретности. Осознание того, что времени нет, и вызванная этим поспешность | <b>Поражение центров верхней части головного мозга (таламуса). Нарушение человеческих инстинктов (потребностей).</b> Навязчивые идеи. Шизофренический склад мышления. Нарушения психики и психические заболевания. Болезни, сопровождающиеся лихорадкой                                                                                             |
| Вера в хорошее  | Твердость                                     | Неестественно приятное ощущение парения. Приливы радости. Вера в собственное превосходство или исключительность. Бездумное отрицание небесной жизни. <b>Замыкание в собственном мире, вера в его уникальность и совершенство,</b> отрицание либо очернение всего сущего. Звон в голове, относящийся к нарушениям слуха. Восторженность по                                                                                                                                                                                                             | <b>Сокращение потенциала мозга вплоть до возникновения очага болезни.</b> Заболевание оболочек мозга. Симптомы нарушения деятельности коры головного мозга: затруднения с усвоением и использованием информации, нарушение памяти, отсутствие логики. Все проявления неспособности мыслить. Конфликты с небесной жизнью. Разрастание соединительной |

малейшему поводу либо без повода. Страх сойти с ума. Шизофрения  
с ума. Ощущение удушья. Невнимательность

ВСЕ СТРЕССЫ ДАЮТ ЗНАТЬ О СЕБЕ ПРИ ИЗВЕСТНОЙ СТЕПЕНИ ИХ КОНЦЕНТРАЦИИ, КОТОРАЯ У ВСЕХ БЫВАЕТ РАЗНОЙ. ОБОСТРЕННОСТЬ ЧУВСТВ, СВОЙСТВЕННАЯ СВЯТОМУ, ПОЗВОЛЯЕТ УЛОВИТЬ МАЛЕЙШИЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ КОЛЕБАНИЯ, ТОГДА КАК ЗАКОРЕНЕЛЫЙ ЭГОИСТ НЕ ОЩУЩАЕТ НИЧЕГО. ОН ЗНАЕТ, ЧТО НА НЕГО ВЛИЯЮТ СТРЕССЫ ОКРУЖАЮЩИХ, МЕШАЮЩИЕ ЕМУ ЖИТЬ.

Поскольку все желания неизбежно взаимосвязаны, то, высвобождая одно, вы высвобождаете и другое, и соответственно этому уменьшаются и болезненные симптомы. Сосредоточившись на конкретном желании, вы можете почувствовать, какой именно стресс или участок тела дает о себе знать. Высвободив желание, вы сможете ощутить изменения как в своей психике, так и в организме. Если вы высвобождаете ожидание и надежду с целью исправления собственной ошибки, то головная боль проходит. В следующий раз будет проще, потому что вы поверили в себя.

Пример из жизни.

Позвонил молодой человек, у которого желания суммировались в мечту. С точки зрения логики мечта его была неосуществимой. По этой простой причине он запретил себе раз и навсегда мечтать о всяких глупостях. Приказал себе воспринимать жизнь такой, какая она есть, и приказ этот исправно исполнял - всякий раз, когда мечта его посещала, он тут же ее подавлял.

Как-то раз он почувствовал, что не справляется больше с житейскими проблемами. Ему стало страшно за свою психику - как бы не случилось расстройство. Я рассказала ему о желаниях в целом и о его собственных в частности. Он немало удивился тому, что в последнее время жизнь его складывалась из одних грез. Внешне все как будто обстояло благополучно, тогда как внутренне этот человек производил над собой *жесточайшее насилие*. Советы мои он принял с благодарностью.

Через некоторое время он позвонил снова. "*Сейчас у меня такое ощущение, будто я - стареющая женщина в состоянии климакса*", - заявил он. Это и понятно - человек очень энергично взялся за высвобождение мечты, а резкий выброс энергии, сопряженной с мечтами, вызывает **горячие приливы**. Может даже на короткое время **повыситься температура тела**. *Стыд* за собственную слабость и неумение справиться с проблемами загоняют температуру в рамки. **Приливы - это и есть температура, загнанная в рамки**. Если человек с сильным характером не в состоянии одолеть свои стрессы, ему становится жутко стыдно перед самим собой. Ведь, по его мнению, невидимый глазу стресс - это почти что ничего, пустое место.

Не помогает и знание того, что стресс могущественней любой физической силы. Усвоенные ранее знания, формирующие взгляды и принципы, являются сверхплотной духовной энергией, одерживающей верх над новой информацией. Энергия эта не позволяет прочувствовать суть новых знаний. *Отрешение от старых принципов не происходит на бегу* - ведь это не мусор, который можно выбросить на помойку. Это мысли, которые необходимо уважать и с которыми необходимо считаться, как с историей. **А собственная история - это история собственной любви**.

Когда наивное желание, каким бы оно ни было, не сбывается, возникает отчаяние, которое воздействует на органы брюшной полости так же, как и любое другое желание. Отчаяние причиняет вред гладким мышцам пищеварительного тракта, ухудшая его перистальтику. Великое отчаяние, испытываемое человеком из-за того, что нет ни малейшей надежды что-либо предпринять для исправления ситуации, способно остановить работу пищеварительного тракта. Чем дольше это длится, тем опаснее для жизни. В принципе, столь же опасным для жизни является запор. Если человек судорожно цепляется за свои убеждения и не намерен их менять, его пищеварительный тракт не будет работать нормально.

Отчаяние и страх ведут к сужению и даже закупорке протоков, по которым в пищеварительный тракт поступают пищеварительные ферменты и продукты секреции. Отчаяние и безысходность вызывают ослабление гладких мышц вплоть до атонии - утраты нормального тонуса мышц, что является смертным приговором для кишки. Обратитесь к вашим желаниям и отчаянию и попросите их, чтобы они явили себя вам в ощущениях такими, чтобы вы смогли их понять. **Займитесь снятием стрессов и наблюдайте за происходящим!** Вероятно, вы заметите, как будет меняться ваша жизнь, а меняться она будет тем разительней, чем серьезнее вы занимаетесь снятием стрессов. И вы сможете сказать: "*Болезнь я не лечил, а лишь высвободил стрессы. Хворь излечилась сама собой*".

#### **Жизнь в ожидании чуда**

Жизнь в ожидании чуда - это жизнь в мире иллюзий. Рано или поздно возникает ощущение, что ничто не имеет смысла. Ожидая от жизни чуда, мы досадуем на нее, как досадуем на мага-иллюзиониста за обман зрения. Как вы думаете, что же происходит далее? Сперва мы изливаем досаду, после чего начинаем ждать и надеяться еще сильнее. Увы, но это так. Кто не утрачивает надежды, тот сам выучивается на мага-иллюзиониста и лишь убеждается в том, что чудес не бывает. Нельзя обрести счастье, даря радость людям, как бы искусно ты ни наловчился обманывать зрение.

Желая вырваться из замкнутого круга, люди творят чудеса, однако все впустую, поскольку чудеса, в том числе и те, что совершаются под вывеской духовности, материальны по содержанию и тают так же быстро, как весенний снег. Но признавать этого люди ох как не желают! Почему? Потому что люди, желающие осчастливить других и рассчитывающие обрести через это личное счастье, очень сильно хотят верить в чудеса. Все, кто верит в хорошее, - люди легкоранимые. Вернее, не они сами, а их "эго". Еще недавно я сама была такой, потому и знаю, о чем говорю.

Как ведет себя разочаровавшийся человек? Он продолжает делать то же самое, надеясь, что в следующий раз ему повезет больше, однако с каждым разом все сильнее ощущает бессмысленность затеи. Чем сильнее нежелание, тем энергичнее он ему сопротивляется, не осознавая того, что борется сам с собой. И вот наступает час, когда воля иссякает. Тогда человек начинает прилагать значительные физические усилия - ведь он должен! - но и силы вскоре иссякают. Если раньше он **чувствовал, что все это бессмысленно**, то теперь он **в этом уверен**. И человек переключается на другое дело, более перспективное.

**Смысл есть душа.** Если дело имеет смысл, человек его делает. Если дело имеет хоть крупицу смысла, человек продолжает его делать, растрачивая свои душевные силы, пока те не иссякают. Ощущение бессмысленности превратилось в убежденность, а как это произошло, человек не чувствует. Причина и процесс его не интересуют. Интересует лишь результат, но если цель была исключительно материальной, то и результата он не ощущает.

Когда человек прекращает некую деятельность из-за ее бессмысленности, он оценивает деятельность исходя из знаний. Если он не понимает смысла деятельности, телу приходится объяснить ему этот смысл.

**1. Продолжая некое дело, несмотря на его бессмысленность, свое нежелание и внутренний протест**, человек заболевает. Происходит увеличение в объеме соответствующих тканей, органа, участка тела либо тела в целом. Это то же самое, как если бы надуть себя воздухом, словно воздушный шар, ради того, чтобы плыть против течения, хотя этого и не требуется.

Бессмысленность действует, как вакуумный насос, который втягивает в себя все, что только можно. Бессмысленная духовная борьба с постыдной борьбой за свободу (двойная борьба за свободу) вызывает расширение легких - **эмфизему**. Во все остальные органы и ткани бессмыслица нагнетает находящуюся в теле жидкость. В результате возникает отечность либо происходит застой крови.

### **ФИЗИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ПРОДОЛЖЕНИЯ БЕССМЫСЛЕННОГО ДЕЛА**

**Бессмысленно быть таким, каким хотят видеть меня люди, но я продолжаю быть именно таким.**

Возникает застой крови.

Избыточное скопление крови в одной области тела, то есть **локальный застой крови**

Увеличение количества крови, то есть **общий застой крови**

Местный застой крови возникает, когда человек заставляет себя находиться там, где его присутствие бессмысленно, поскольку людям нужен не весь человек, а **КАКАЯ-ТО ОДНА ЕГО СОСТАВЛЯЮЩАЯ**, скажем, его навык

Общий застой крови происходит, когда человек ощущает бессмысленность собственного бытия, так как от него ждут **ВСЕГО**, кроме него самого. Признаком общего застоя крови является расширение сердца и кровеносных сосудов, а также повышенное давление

**Человек ощущает, что бессмысленно жить воплсиль, наполовину, чуть-чуть**

**Человек ощущает бессмысленность бытия.**  
Это вопрос существования: быть или не быть?  
Невозможно быть чуть-чуть

**Бессмысленно делать то, чего от меня ожидают, но я продолжаю это делать.**

Возникает отек, то есть застой лимфы.

Отек какого-нибудь одного участка тела, то есть **локальный застой лимфы**

Общий отек тканей и/или скопление в полостях свободной жидкости, то есть **общий застой лимфы**

Заставляя себя выполнять некую **КОНКРЕТНУЮ БЕССМЫСЛЕННУЮ РАБОТУ**, человек жалуется на отечность конкретной области тела

**НЕЖЕЛАНИЕ ДЕЛАТЬ ЧТО-ЛИБО ВООБЩЕ**, поскольку все это бессмысленно, вызывает общий отек тканей. Чем сильнее печаль, тем больше жидкости скапливается в полостях тела

**Человек ощущает, что бессмысленно делать малость**

**Человек ощущает, что бессмысленно делать что-либо вообще**

**2. Прекратить бессмысленную деятельность** - это все равно что выпустить воздух из воздушного шара. Происходит

возврат к исходной позиции. Чем сильнее был надут шар и чем резче был выпущен воздух, тем более дряблой и морщинистой становится оболочка, то есть ткани. Несмотря на это, самочувствие может быть хорошим и легким, так как с души спал гнет. Настойчивый прессинг из плоскости ощущений перешел в плоскость знания. Там он набирает силу, пока не превратится в убеждение бессмысленности любых дум о неприятном.

Бессмысленную деятельность прекратили в силу ее бессмысленности. Такой она и осталась. И тем не менее, когда ее начинали, какой-то смысл ведь был. Поэтому сбывать с рук бессмысленную работу - это лишь полдела: необходимо также высвободить связанные с ней иллюзии. Поступив таким образом, вы поймете, чему она вас учит. Иными словами, **вы прекращаете работу не потому, что она лишена смысла, а потому, что ее смысл вами уяснен.** Вам не придется за нее стыдиться или же воспринимать ее как показатель собственной глупости и неумения. Она дает толчок новым мыслям. Тем самым вы проявляете заботу о состоянии вашей центральной нервной системы. Бессмысленные думы разрушили бы мозг.

Существует прекрасное пожелание: выбрось эту мысль из головы и живи себе счастливо. Зачастую оно звучит из уст людей, которые специально приходят, чтобы напомнить об этом человеку, известному тем, что он постоянно тревожится за других и стремится прожить за них жизнь. Прожить жизнь за других этому хорошему человеку не удастся, и он **начинает ломать голову** - как бы все-таки сделать так, чтобы невозможное стало возможным. Стремление родить идею тем вредоносней для мозга, чем этот мозг умнее, поскольку **придумать идею невозможно.** Идея рождается сама, когда человек освобождает голову от тревожащей его мысли.

**Любая идея рождается сама.** Нужно только дать ей такую возможность. Точнее сказать, нужно предоставить свободу женской энергии. А еще точнее - если женщины предоставляли бы себе свободу, мужчины не считали бы их ни к чему не способными дурами. Мужчины сообразили бы, что женщины - это генераторы идей. Та борьба за свободу, которую ведут современные женщины, является показателем умной глупости и в определенный момент вызывает у сопричастных ощущение полнейшей бессмысленности. Вызванное этим отчаяние ведет к болезни мозга. Чем глубже коренится заблуждение насчет этой борьбы, тем дальше распространяются последствия: поражается мозг у ребенка или даже внука.

Мозг расположен в голове, а голова символически соотносится с отцом. *Если отец считает, что мозг имеется только у него, то нереализованный мозговой потенциал его жены оборачивается болезнью мозга у ребенка.* В этом недуге суммируются гордость отца за свой ум и стыд матери за свой. Чем в большей степени ребенок перенимает у родителей их отношение к собственному уму, то есть чем больше он гордится отцовским умом и стыдится материнской глупости, тем сильнее ему приходится страдать самому, следствием чего может явиться неизлечимая болезнь, духовная либо физическая. Чтобы избежать подобной участи, необходимо постоянно контролировать свое отношение.

Припомните, что именно вызывает у вас ощущение полной бессмысленности или уверенность в ней, и высвободите подобное отношение. Возможно, что отныне вы перестанете называть себя дураком за то, что занимаетесь ерундой, идиотской блажью какого-то дебила, хоть и знаете, что ничего из этого не выйдет. Станете относиться уважительно к себе, к работе, а также к работодателю. Да и здоровье улучшится словно по мановению волшебной палочки.

Кто ждет, что мысли утихомятятся сами собой, тот так и останется ждать, не понимая того, что мир своих мыслей каждый человек должен упорядочить сам. Ни общество, ни отдельные его представители никогда не смогут сделать это за кого-либо.

Люди, жертвующие собой во имя благородных целей, могут знать это и понимать, но если они не высвобождают эти цели из себя, то им суждено страдать. Чем выше устремления, например духовные цели, тем глубже разочарования и, как следствие, кризис, при котором все кажется лишенным смысла. **В этом состоянии человек предает свою веру.** Точнее говоря, *целеустремленную* веру, которую ошибочно считают истинной верой. Чем эмоциональнее протекает кризис, тем парадоксальней бывает перелом. Человек с пылом хватается за новую веру, которая кажется ему полной противоположностью прежней и на первых порах непременно распрекрасной. Вскоре свежесть красок начинает меркнуть - засевшее в человеке ощущение бессмысленности производит свою подрывную работу, независимо от его национальности, уровня образования, цвета кожи или вероисповедания.

В наши дни этот кризис именуется депрессией.

Депрессия возникает от пребывания в тисках догм (безмерных страхов, подавляемых до состояния знаний), от духовной неразвитости. Любая догма преследует некую цель и сулит людям недостижимое. Сотворив идеального бога, находящегося вне человека, догма обязывает нас верить, надеяться и любить. А поскольку человек в состоянии депрессии чрезвычайно чувствителен, он чувствует ложь и начинает в догме сомневаться. Сомнения же караются и очень сурово. Догма карает не только за деяние, но и за мысли, из-за чего **умный человек предпочитает сменить свою веру**, ибо подсознательно ищет истинного Бога.

Все мы родом из религии. По словам Маркса, религия - это опиум для народа. Кто продолжает верить по сей день, тот добровольно находится под воздействием опиума, но он по крайней мере знает, что делает. Кто не религиозен, на того догмы воздействуют подсознательно, и человек, считающий себя умным, даже не понимает, что с ним происходит. Он может работать над собой, стремясь к благородной цели - обрести таким образом здоровье и счастье. Он искренне верит в работу над собой. К сожалению, **вера в себя и вера в работу над собой** - это разные вещи. Первая предполагает бытийность, состояние, тогда как вторая предполагает деятельность.

**Всем мышцам мышцы**

**В теле человека нет такого участка, где не было бы гладких мышц, и нет такой болезни, при которой не поразились бы гладкие мышцы. От гладких мышц зависит также состояние поперечно-полосатых мышц. Гладкие мышцы**



**обеспечивают циркуляцию в теле всех жизненных соков.**

Гладкие мышцы расположены всюду:

- в стенках всех кровеносных и лимфатических сосудов;
- в стенках всех внутренних органов, в том числе в сердечной мышце;
- отдельно выделим женскую матку и предстательную железу у мужчин;
- во всех железах;
- в коже (мышцы, приводящие в движение волосы);
- в стенках кровеносных и лимфатических сосудов, расположенных в поперечно-полосатых мышцах.

Чтобы вы имели представление о сети кровеносных сосудов, отмечу, что самые мелкие из них - это капилляры. Они настолько тонки, что на одном квадратном миллиметре уместилось бы восемь тысяч капилляров. В стенках капилляров и во многих других сверхтонких структурах гладкие мышцы отсутствуют. Там есть образующие гладкие мышцы микрофибриллы, в состав которых входят **актин и миозин** - сократительные белковые элементы мышц.

**Капилляры являются нашим периферийным сердцем.** Представьте тело человека как одну большую клетку. В центре ее расположено сердце, благодаря которому клетка живет. Для всех остальных клеток подобным сердцем служат капилляры. По ним поступают питательные вещества и выводятся продукты жизнедеятельности клетки. От нарушения капиллярного кровообращения может возникнуть гангрена.

Кровь и лимфа текут благодаря тому, что гладкие мышцы или их составляющие своим сокращением и расслаблением производят волнообразное движение стенок сосудов. Это движение переносит жидкость дальше. По такому же принципу работают органы пищеварения, дыхательные пути, половые органы и мочеиспускательный канал. Подчинять их деятельность себе способна лишь человеческая воля. Шевеление волосков на коже происходит помимо воли. Особая роль в очищении организма от остаточных продуктов жизнедеятельности отводится гладким мышцам, расположенным в железах. Железы - это органы, которые преобразуют полученные из крови исходные вещества в секреты, вырабатываемые железой.

С научной точки зрения железы подразделяются на два вида, исходя из особенностей их деятельности: **железы внешней секреции** (экзокринные), выделяющие продукты своей жизнедеятельности **во внешнюю среду**, и **железы внутренней секреции** (эндокринные), выделяющие продукты своей жизнедеятельности непосредственно **в кровь или лимфу**.

#### **Железы внешней секреции**

потовые железы  
молочные железы  
сальные железы  
слезные железы  
слюнные железы  
слизистые железы  
пищеварительные железы

#### **Железы внутренней секреции**

эпифиз  
гипофиз  
щитовидная железа  
паращитовидная железа  
вилочковая железа  
островки поджелудочной железы  
надпочечники  
яичники, семенники  
лимфатические узлы  
печень - самая крупная железа

Помимо них, имеются железы, сосредоточенные на жизненно важных участках и носящие собственное название. Чаще всего дают о себе знать железы, расположенные в носу, глотке, горле, гортани, легких, известные в обиходе как лимфатические узлы. Первыми по значимости назову **миндалины**, заболевание которых именуется ангиной.

Вы, вероятно, знаете, что у ангины бывает много осложнений. Чаще всего они поражают сердце, почки и соединительную ткань. На деле же нет такого участка, который не затрагивало бы осложнение, связанное с перенесенной ангиной. Осложнение бывает легким, а бывает, приводит к смертельному исходу. Почему?

**Ангиной болеет ребенок, который ощущает себя в семье пустым местом.** Все такие важные, а он - никто. Стресс возникает из-за того, что родители решают и делают все сами на благо семьи. Мнением ребенка никто не интересуется. В лучшем случае его поглаживают по головке за то, что он помалкивает и позволяет родителям прожить жизнь за него. Родителям, считающим себя хорошими, и в голову не приходит, что ребенок уже является полноправным членом семьи, даже еще находясь в чреве матери. Если ему не нужно было бы самовыразиться, самоутвердиться на материальном уровне, то он не стал бы являться на свет. Детская потребность самовыражения - это потребность высказать свое мнение, чтобы семье действительно жилось лучше. *Детская способность отличать истинное благо от мнимого утрачивается тем быстрее, чем лучшими родителями желают быть мать и отец.*

Ангиной может заболеть и взрослый, если ощущает, что слова его летят на ветер. У взрослого человека ангина обычно протекает без температуры, так как ему бывает очень стыдно за то, что в семье он не пользуется никаким авторитетом. Без устали пытаясь навести в доме порядок, он вдруг осознает, что все его увещания и призывы бессмысленны. Если отныне он станет держать рот на замке, желая доказать самому себе, что он изменился в лучшую сторону, то миндалины у него будут

гнойные, однако температура не повысится. В этом случае вероятность осложнений намного выше.

**Здоровые миндалины - это как бы уши человеческого самосознания.** Если человек прислушивается к своему внутреннему голосу и поступает в соответствии с ним, миндалины у него в порядке. Внутренний голос - это чувство, ощущение. Спокойное чувство - любовь. Поступая в согласии с чувством, нельзя ошибиться. **Если чувством является некая эмоция, то любовь предостерегает, заставляет задуматься и искать иной выход.** Если ищущий человек верит в существование выхода, он его находит. Таким же образом шлаки находят выход из желез.

Кто надеется на других, у того железы пребывают в ожидающем состоянии. Каким образом и чего именно человек ожидает от окружающих, точно так же и точно того же ожидают и его железы. Организм они не очищают. Любая конкретная неожиданность может послужить началом болезни. Например, просыпаетесь утром и ощущаете першение и боль в горле. Вспоминаете вчерашнее и удивляетесь - день-то выдался на удивление хороший. Никакого стресса не должно было возникнуть. Со мной однажды такое было. Будучи осведомленной о подобном воздействии ожидания и надежды, я стала припоминать: на что же я вчера так сильно надеялась? Сразу же вспомнилась произошедшая накануне встреча с давним знакомым, который не желал знаясь со мной в течение ряда лет, потому что я продолжала общаться с человеком, от которого он предпочел отвернуться. В ходе беседы с ним у меня возникла *большая надежда* на то, что эти два дорогих мне человека все же смогут когда-нибудь помириться.

Для меня стало полной неожиданностью нежелание моего знакомого затрагивать проблему, разлучившую нас на долгие годы, хотя инициатива встречи исходила от него. Я считаю, что всегда следует выяснять отношения и поговорить начистоту. Он же предпочел сделать вид, будто ничего не произошло. Как только я сообразила, с чем именно были связаны мои ожидания, сразу же снялось напряжение в горле, а спустя пару часов от болезненных симптомов не осталось и следа.

**Больные миндалины - это своего рода уши нереализованного самосознания человека, его нереализованного "эго".**

Взрослый человек, всегда поступающий по-своему, - это эгоист, у которого *миндалины не болят, поскольку он осуществляет свои желания без учета чужих потребностей*. Он может повторять одну и ту же ошибку, но вывода не делает. Для рассудительного ребенка, наблюдающего со стороны, все давно уже ясно, но он не имеет права высказать свое мнение. Ему *вменено в обязанность* уважать родителя. Ребенок не может реализовать свое желание озвучить то, что он чувствует и знает. Чем сильнее он желает добра родителю, тем сильнее страдает сам под растущим гнетом невысказанного. В минуту отчаяния начинается ангина - болезнь, типичная для детей и подростков.

Бурный протест против отсутствия права голоса вызывает острую форму ангины. **Если против отсутствия права голоса протестует человек, заставляющий себя по-рабски пресмыкаться,** у него в миндалинах образуются **гнойные пробки**, которые не поддаются медикаментозному лечению и которые удаляются оперативно вместе с миндалинами. Теперь-то уж наверняка миндалины не смогут загноиться.

К осложнениям, происходящим от больных миндалин, относятся следующие:

- *болезнь сердца*, если человек *ждет*, чтобы к нему стали прислушиваться;
- *заболевания мозга и нервной системы*, если человек *надеется* на то, что к нему станут прислушиваться;
- *болезни органов обмена веществ*, если человек *мечтает* о том, чтобы к нему прислушивались;
- *болезни крови*, если человек *тоскует* о том, чтобы к нему прислушивались;
- *ревматизм*, если человек *верит*, что к нему прислушиваются;
- *болезни почек*, если человека подлым образом обманывают, используют в своих целях, предают.

Самое простое средство - удалить миндалины, тогда не будет и места, где могла бы возникнуть болезнь. На деле же удаление миндалин равнозначно тому, как если бы человека **лишили возможности самому прожить свою жизнь**. Насколько трудно бывает оставаться самими собой людям с удаленными миндалинами, об этом мы не знаем. Впрочем, и они сами не знают, хотя и ощущают. И это хорошо. Если бы они знали, то примкнули бы к числу тех, кто во всем винит врачей, хотя врачи не виноваты. Врачи из нескольких зол выбирают меньшее, так как вызываемые миндалинами осложнения - дело нешуточное. Кому нужно, тот со временем находит самого себя и в том случае, если миндалины у него удалены. Знаю это по собственному опыту.

Заболевания желез, вызывающие осложнения, бывают разные, например **воспаление околоушных желез**, всем известная свинка. Осложнением при свинке является воспаление семенников, а оно, в свою очередь, может вызвать бесплодие у мужчин. Отчего возникает подобное осложнение? Разве не бывает осложнений от свинки у девочек?

В некоторых семьях люди занимаются лишь важными делами, а на менее важные они попросту плюют. Когда человек плюет, он выражает презрение. Презрение - это недоброежелательная злоба, которая проявляется в том, что плохое становится худшим, вплоть до инвалидности. Чем сильнее презрение к чему-либо, скрытому от чужого взора, тем в большей мере оказывается скрытым от чужих глаз и сам результат. Особенно невидимой глазу является мужская способность к оплодотворению. Мужчина может в любой момент заявить, что он и не хочет иметь детей. Женщина тоже. Обычно же бездетным очень хочется иметь детей.

В семье, где наплевательски относятся к второстепенным, малосущественным вещам, дети заболевают свинкой, поскольку не имеют права поступать так, как поступают родители: **плевать на второстепенные, малосущественные вещи**. Если в такой семье половую жизнь по какой-либо причине считают второстепенной, малосущественной, то **свинка** у ребенка оборачивается **осложнениями**.

У мальчиков развивается видимый глазу болезненный отек семенников, поскольку мужчина является создателем материальной стороны, и его рабочие инструменты находятся на обозрении. Ими он создает самое важное из того, на что

вообще способен, - ребенка.

Если родители относятся к половой жизни с презрением или отвращением, у их сына в результате перенесенной свинки развивается бесплодие. Если же один из родителей желает половой близости или настаивает на ней, чтобы хоть на время отвлечься от тревоги за здоровье ребенка, а второй относится к его желанию с пренебрежением, это может послужить последней каплей. Но еще хуже, если родитель винит себя за сексуальное желание, возникающее в то самое время, когда ребенок болеет.

Когда половая жизнь воспринимается как грех, она становится трудовой повинностью, а половые органы - орудиями труда.

Точно таким же образом поражаются яичники у девочки, но поскольку их не видно, причину болей в животе усматривают в чем-то ином. Женщина является создателем духовной стороны жизни, а ее орудия труда нельзя увидеть воочию. Их можно почувствовать. Если родители настолько подавляют свои сексуальные потребности, что у них не возникает никаких чувств, то у их дочери яичники будут также подавлены. Духовная подавленность может быть столь велика, что яичники у дочери будут анатомически расположены слишком близко к тазу.

#### **Плохого не ждут - плохое приходит само.**

Оно приходит под личиной хорошего и *вызывает травмы*, как духовные, так и физические.

#### **Ждут хорошего, но оно не приходит.**

Безысходность ведет к отчаянию, а отчаяние *порождает болезнь*.

Болезнь подобна вулкану.

Чем он мощнее, тем в большей степени прекращается вблизи него всякая жизнедеятельность.

Плохого не ждут, на плохое не надеются, в него не верят, по нему не тоскуют.

Оно приходит, чтобы сказать заблудшему человеку:

*"Я - твой наставник. Поверь, я не лгу.*

*Я такое, какое есть. Будь и ты самим, собой.*

#### **Если ты меня примешь, сроднишься с собой".**

Тогда ты сроднишься со своей болезнью, как с другом, она перестанет быть болезнью.

По той лишь причине, что ты уже не считаешь себя лучше.

Верь плохому, оно не обманывает.

Когда оно вывернет свою изнанку, тебе не станет больно, хоть ты и ошибался.

Верь всему существу, только всегда проверяй, соответствует ли форме его содержание!

***Женщинам нет смысла ждать, надеяться, мечтать или тосковать о том, что мужчины станут их уважать, любить, относиться к ним по-дружески. Мужчинам нет смысла ожидать того же от женщин, ибо до тех пор, пока не станешь сам себя уважать и любить, не станешь делать этого и противоположный пол.*** Покуда человек не будет относиться к своему телу как к другу, нет смысла надеяться на то, что это сделают окружающие. Жизнь во имя внешней вывески не позволяет кому-либо проникнуть в содержание, тогда как любовь, уважение и дружба - деятельность содержательная.

***Родителям не имеет смысла ждать, надеяться, мечтать и тосковать о том, чтобы дети полюбили их, стали уважать их и доверять им. Если родители сами себя не уважают, значит, они не любят себя и не доверяют себе. Можно ли в этом случае ожидать иного отношения от детей?*** Разве может детская любовь силой вломиться в родительскую душу, чтобы свою любовь доказать? Любовь не станет этого делать. Она будет выжидать. А дети будут страдать из-за родителей, которые стремятся вырвать у детей то, что дети отдали бы добровольно, - любовь.

Стремясь во всем угодить родителям, дети со временем становятся такими же родителями, как и их собственные, и проделывают со своими детьми то же самое, что проделывали родители с ними. Различие состоит лишь в том, что каждое новое поколение делает это более концентрированно, агрессивно, злобно и завуалированно, когда ложь уже не умещается внутри. Точнее говоря, делает это не сам человек, а его стрессы, перед которыми он бессилён, подобно былинке перед натиском бури.

Стыд перед самим собой из-за того, что *хоть я и не лучше других, но хочу стать лучше*, порождает желание стать лучше всех - желание очень скромное, сдерживаемое изо всех сил. **Самые скромные желания срабатывают подобно мощнейшим вакуумным насосам. Они во много раз мощнее шумных агрессивных требований.**

#### **Скромное ЖЕЛАНИЕ БЫТЬ ЛУЧШЕ ВСЕХ и его последствия**

Основные  
стрессы

Неприятные ощущения,  
рассказывая про которые,  
человек добавляет слова  
"безмерный" или  
"необъяснимый"

Типичный признак: заболевание ощущается *в ночное время*

Отчаяние

*Безмерное и необъяснимое  
отчаяние*, если кто-то из  
окружающих не уделяет  
человеку безраздельное  
внимание. Чувство, будто

Насморк и кашель как следствие борьбы с обидной несправедливостью. Когда отчаяние оборачивается разочарованием, дескать, мою болезнь ни во что не ставят, то насморк и кашель осложняются более серьезными заболеваниями дыхательных путей

никому до меня нет дела - все прочее важнее, чем я сам.  
Постоянное чувство обиды

Разочарование,  
вызванное обманом

*Безмерное и необъяснимое*  
разочарование, причину которого и сам не понимаю.  
Чувство, будто меня отодвинули на задний план

Боль в области почек, причину которой врачи не находят. Заболевание почек в острой форме. Ночное мочеиспускание, энурез, недержание мочи.  
Острое заболевание мочевого пузыря

Горечь

*Безмерное и необъяснимое*  
ощущение горечи и бессмысленности, равнодушие ко всему

Чем сильнее человек сдерживает желание быть всемерно положительным, тем незаметней оно проявляется. Человек недоуменно говорит, что, мол, он и не думает о подобных вещах. Он лишь ждет, надеется, верит, мечтает и тоскует о том, что жизнь его переменится в лучшую сторону, стоит ему только стать положительным

Допустим, вы идете в гости к родителям. Те радуются вашему приходу. Зная про свои недостатки, вы надеетесь своим визитом искупить все то плохое, что было в прошлом. Родители не считают вас плохим, зато так считаете вы сами. Потому и ожидаете от них безраздельного внимания, которое *подтвердило бы*, что родители считают вас хорошим и все давно вам простили.

Подтверждение и доказательство - деятельность эмоциональная.

Любовь - деятельность без эмоций.

Чем уравновешенней родительская любовь, тем будничней родители ведут себя при встрече, словно вы и не гость. Они не оказывают вам знаки горячего гостеприимства, однако наведенные в квартире к вашему приходу чистота и порядок красноречивее всяких слов. Если вы ждете внимания, знаков любви и прощения, то будете шокированы, и от отчаяния ночью у вас начнется кашель, отражающий борьбу с несправедливостью. Либо кашлять будет ваш маленький ребенок. Чем ребенок младше, тем лучше он выражает настроение родителей, особенно матери. Обычно кашель сопровождается насморком - признаком обиженности.

Точно такое же отчаяние, разочарование или горечь могут постичь вас, когда вы приходите в гости к собственным детям, любимому человеку или другу, перед которыми вы испытываете чувство вины. А теперь поставьте себя на место человека, ожидающего вашего прихода. Если он знает либо догадывается о том, чего вы от него ждете, его охватывает страх, и он не знает, как себя вести. Чем больше усердия он выказывает, тем сильнее устает и нервничает. Мало кто способен привечать гостя и одновременно владеть собой. Постарайтесь это понять и сами предварительно отрегулируйте ваши взаимоотношения.

Есть люди, для которых **честность является самоцелью**. Кому-то из них претит ложь. Другие же боготворят честность.

- Люди, не терпящие лжи, не притворяются. Они получают удовольствие от того, что высказывают все, как есть, режут правду-матку в глаза, полагая, что свободны от иллюзий. Им известно, что потому их и не любят. В душе их это огорчает, а перед окружающими они этим гордятся. Тем самым они доказывают окружающим свое превосходство, которое является иллюзией, и в глубине души надеются, что это им удастся. У них резкие черты лица, а сама кожа лица жирная, скорее даже чересчур жирная.

- У таких людей за ушами полно прыщей, нарывающих без видимых причин. В эстонском языке существует выражение "положить за ухо", соответствующее русским идиомам "намотать на ус" или "зарубить на носу". Понятие "положить за ухо" является ключевым для уяснения проблемы. **Гнойные прыщи за ухом** говорят: не клади за ухо факты, уличающие лжеца во лжи, тогда ты не станешь рабом этих фактов, ощущая себя нестерпимо униженным лишь потому, что считаешь себя честным. Разве это честно, если ты готов вырыть яму ближнему?

- Люди, преклоняющиеся перед честностью, не обличают никого в глаза. Они говорят много и охотно, надеясь, что окружающие сами поймут их исключительность. Чем чаще они выговариваются, тем стыднее им делается из-за своих иллюзий, и тем суше становится кожа лица, покрытая тонкими морщинами. Поскольку сухая кожа - это мертвая кожа, недалек тот день, когда нагрянет болезнь кожи лица, свидетельствующая о том, что питаемые человеком иллюзии потерпели крах.

Чем сложнее психика человека, тем чаще эти стрессы могут проявляться одновременно: один участок кожи лица жирный, другой - сухой, или же наоборот. То есть кожа лица в какое-то время становится слишком жирной, а через несколько дней трескается от сухости. Так производят свою разрушительную работу сменяющиеся иллюзии человека.

### **Единственный преданный друг**

Кто это такой? Естественно, тело.

Тело дает знать о неверном к нему отношении весьма конкретно и быстро. Замечали ли вы, что порой, когда вы работаете до изнеможения, как ломовая лошадь, ни одна мышца не заболевает. А в другой раз вообще не напрягаетесь, но на следующий день ощущаете себя словно побитым. Болят все мышцы. Врач считает, что вы все же перенапряглись, так как иначе в мышцах не образовалась бы молочная кислота, вызывающая боль. С мнением врача вы можете соглашаться или не соглашаться, но

молочная кислота в ваших мышцах присутствует.

Молочная кислота - важный продукт обмена веществ, образующийся при анаэробном (без участия кислорода) расщеплении сахара. Анаэробное расщепление означает *гибель от отсутствия свободы*. **Содержание молочной кислоты в крови является биохимическим мерилем усталости**. Кислота эта образуется также *в процессе жизнедеятельности микробов и грибов*, а потому боль является характерным признаком любого воспаления. Увеличение количества микробов свидетельствует о том, что человек устал бороться духовно с кем-либо или с жизнью вообще. Увеличение количества грибов указывает на то, сколь сокрушительна эта борьба. Грибки очищают поле боя от трупов. Борясь с кем бы то ни было, человек в первую очередь **подсознательно** борется все-таки со своими стрессами, то есть с собой. Узнав про то, что нужно работать над собой, над своими стрессами, он начинает бороться с ними **осознанно**. *Борьба настолько в крови у людей, что, заслышав про что-то плохое, они бросаются в бой, даже не дослушав до конца. Отчаянно* работая над высвобождением своих стрессов, чтобы, избавившись от них, *приобрести* здоровье, человек *приобретает* боли, свидетельствующие о буре, происходящей в замкнутом пространстве его тела. Почему в замкнутом пространстве? Потому что, торопясь к цели, человек не освобождает стрессы по-настоящему. Если есть цель, то нет времени. Если нет времени, то нет любви. Когда человек делает что-либо с любовью, он *делает не спеша, с удовольствием*. Результат получается благотворным. А когда то же самое делается наспех, пусть даже из самых благих намерений, человек делает это без любви, без сердца, и дело **не ладится**, как говорится. То есть не удается.

Когда человек спешит делать добро, он фактически тем самым старается *избавиться от чувства вины*. Чаще всего у людей, высвобождающих стрессы, начинают болеть суставы. Почему? Потому что если человек считает, что жизнь застопорилась *по его вине*, то он надеется, что теперь все сдвинется с места. Суставы символизируют движение. Боль в суставах указывает, насколько болезненно, то есть неудовлетворенно, человек движется к цели. Если бы он добился цели, то также не испытал удовлетворения, так как им заплачена слишком высокая цена. Суставы говорят: остановись и постарайся понять свою ошибку, тогда будешь двигаться дальше без боли.

**Сердечная мышца** - это мышца, после развития которой у эмбриона развиваются остальные мышцы.

**Самый крупный орган, состоящий из гладких мышц, - это матка у женщины и предстательная железа у мужчины.**

Подобно тому, как сердце, бывает, болит будто бы безо всякой причины, то же может происходить и с маткой, и с предстательной железой. От **синдрома боли** в этих органах у человека может возникнуть навязчивая идея, будто орган поражен, пока тот действительно не заболит. Для накопления стрессов каждому человеку требуется известное время. Чем масштабнее у человека стрессы, тем больше он ждет как духовной любви, так и любви сексуальной. Медицинские приборы и анализы не фиксируют нашей **любовной боли**. Они фиксируют ее физические последствия. *Нереализованное желание стать женой или мужем, матерью или отцом материализуется в болезнь, соответствующую желанию*.

Женщина, для которой секс и страсть - вещи постыдные, ждет от секса чуда. Подавляя от стыда свою страсть, она в постели с мужем перестает быть сама собой. Чем сильнее подавляемая страсть, тем больше женщина ждет, чтобы мужчина ее разбудил. Многие женщины ждут этого всю жизнь, а совокупление является для них мукой. В конце концов они смиряются. Не обвиняй они в своих бедах мужа, дело обстояло бы лучше, однако обычно они все же обвиняют.

У мужчин, в принципе, может быть та же проблема с половыми органами, хотя и реже, так как мужчинам не очень свойственно придумывать причины для стыда. У них более здоровое отношение к естественным проявлениям жизни. Это не означает, что испытываемый матерью безмерный стыд не может истребить сексуальность у сына. Лучше всего это удастся матери высоко нравственной, сверхдоброй, глубоко страдающей из-за своей повышенной чувствительности, перед которой сын ощущает себя *должником*. Общаясь с женщиной, сын чувствует, будто он изменяет матери. Мечтая о том времени, когда эта проблема перестанет мешать ему быть мужчиной, он может испытывать прямо-таки судорожную боль в половых органах. Физически же у него скорее всего все в норме.

**Движение поперечно-полосатых мышц обеспечивает движение в пространстве.** В прямом смысле слова.

**Движение гладких мышц обеспечивает движение во времени и в пространстве.** Как в прямом, так и в переносном смысле. С точки зрения существования и перспектив развития как личной жизни, так и последующих поколений.

Время идет, и мы идем в ногу с ним, если наши гладкие мышцы работают нормально, поскольку от них зависит, будем ли мы жить или умрем. Мертвый человек не движется во времени. Время идет вперед без него. *Если у живого человека нет времени, значит, ему только кажется, будто он живет и развивается*. В действительности же он только живет. Стоит ли называть такую жизнь жизнью - речь сейчас не об этом.

Духовные желания либо нежелания наносят урон гладким мышцам, из-за чего жидкость в теле течет все медленнее, все меньше **вдыхая жизнь в клетки, все меньше питая их и очищая**. Наиболее чувствительными к любому виду раздражения являются *нервные клетки*, ибо для того они и созданы, чтобы чувствовать. Из всех нервных клеток самые чувствительные - клетки мозга. Из всех мозгов, в свою очередь, легче всего поражается мозг самого умного человека. Почему? Потому что скопившаяся в мозге избыточная информация делает мозг более чувствительным.

С появлением все новых отраслей знаний, в которых человек может быть очень умным, растет и перечень заболеваний мозга, что вполне логично. Ненужные знания опасны для мозга. Это значит, что каждый вид знаний занимает в мозге свое место, и чем дольше там пребывают нереализованные знания, тем больше повреждаются нервные клетки данного участка. Знания, которые ждут, надеются, верят, мечтают и тоскуют о том, что когда-нибудь они кому-нибудь пригодятся, порождают **профессиональный кретинизм**, который может обернуться натуральным кретинизмом.

Более всего мозгу вредит **послушное, смиренное исполнение чужой воли, при котором человек гордится своей**

**добросовестность.** Кто восхваляет жестко регламентированную систему экономики как основу идеального строя, тот, возможно, никогда не поймет, отчего у него возникло заболевание мозга, при котором нарушается равновесие и поражаются мозговые центры, каналы, головные нервы, органы чувств и интеллект.

Чтобы не испытывать комплекса неполноценности, человек учится, приобретает знания, определяя себя на роль вечного подчиненного и тем самым образуя в своем мозге ножницы, которые немилосердно его кромсают. Чем глупее по сравнению с собой воспринимаются им его начальство, хозяева, господа, тем сильнее он страдает сам. Зная про власть денег и политики, он старается понравиться начальству, заслужить их внимание, уважение, любовь каким угодно унижительным для себя способом. К такому человеку относятся как к извращенцу, лизоблюду, который целенаправленно губит свои мозги, но сам человек этого не сознает. Чем сильнее поражается его мозг, тем меньше он это понимает. *Его мозг разрушен ожиданием милостыни, надеждой, верой, мечтами и тоской.*

Итак,

**духовные желания являются прямой основой  
развития сперва физических,  
а затем и душевных болезней.**

Короче говоря, желания формируют дух. Кто желает быть духовным, тот развивает свою псевдодуховность, которая хотя и имеет одинаковую словесную форму с подлинной духовностью, но совершенно различна по содержанию.

Одна женщина, которую мои слова смутили, поведала мне, что просто не может жить без ожидания кого-то или чего-то. А также не представляет жизни без веры. Мечты, по ее словам, тоже необходимы, так как они явились пружиной для ее начинаний. Без сильной тоски прожить, пожалуй, можно, но и в этом она глубоко сомневается.

Эта женщина оказалась под воздействием слова, смысл которого она поняла не сразу. Подсознательно она умела спокойно дожидаться нужного времени, людей и прочего, необходимого ей, но когда потребовалось это осознать, возникло внутреннее сопротивление. Почему? Потому что время осознания пришло чуть раньше благодаря вмешательству другого человека. Когда ей это объяснили, она все поняла и сразу успокоилась.

Не устану повторять житейскую истину: **все, что есть на свете, необходимо.** Нам же следует лишь позаботиться о том, чтобы ничто не перехлестывало через край. Как понять, какое желание нормальное, а какое нет? Отвечаю: нормальное желание не вызывает нервного возбуждения.

### **НОРМАЛЬНОЕ ЖЕЛАНИЕ ВЫЗЫВАЕТ ЖИВОСТЬ ЧУВСТВ. ОНО НЕ ВЫЗЫВАЕТ ЧРЕЗМЕРНЫХ ЭМОЦИЙ.**

Человек уравновешенный, он же счастливый, ожидает прихода другого человека спокойно. Он не ждет, что своим приходом ближний подарит ему радость, счастье, удачу, богатство, здоровье. Иными словами, он не тратит времени на ожидание. Время ожидания он использует для личных нужд, не создавая из ожидания для себя проблемы. За это время он может обнаружить в себе нечто такое, за что будет благодарен гостю, если тот вдруг опоздает.

**Разумно** не ждать кого-либо. Если вы не ждете, то вас не заставляют себя ждать. Человек придет в условленное время. **Разумно** не надеяться на то, что сегодня он явится без опоздания, хотя обычно опаздывает. Не стоит надеяться на того, кто хронически опаздывает. С ним нужно договориться о встрече на более ранний срок. Если в этом случае ему придется дожидаться вас, то, ожидая, он, возможно, научится ценить чужое время. **Разумно** ему об этом сказать, а не надеяться, что он сам поймет. **Разумно** не мечтать о том времени, когда каждый станет сам отвечать за свою жизнь. Ведь всякое растение растет, оформляется и созревает в разное время. **Разумно** не тосковать о невозможном. А уж невозможное само тогда позаботится о том, чтобы сделаться возможным.

**Все духовные желания - это ИЛЛЮЗИИ, которые обязательно отражаются на лице.**

Естественный человек не надевает масок, он таков, каков есть. ЕГО НОРМАЛЬНЫЕ ЖЕЛАНИЯ ВСЕГДА СВЯЗАНЫ ЛИШЬ СО ВРЕМЕНЕМ. Человек, довольный жизнью, ждет надлежащего срока, а покуда занимается тем, что ему нужно. Он надеется, что придет время, когда он сможет реализовать свой план. Он верит, что для всякой вещи есть время и место. Его мечты осуществимы, поскольку опережают время всего на один шаг. Его чаяния далеки от утопии.

**Ожидание кого-то или чего-то** - это нормальная деятельность.

**Ожидание счастья от кого-то** - это уже надежда на ближнего, упование на него, грезы о нем, тоска по нему.

Вера, надежда и любовь составляют основу жизни, но их нельзя превращать в цель. Парение в облаках на воздушном корабле грез не причиняет никому вреда. Наоборот, это делает жизнь интереснее и богаче. Да и тоска, с которой совершаются путешествия во времени, не цепляясь за утопическую цель, помогает кое-что понять в жизни. **Непретенциозные желания, то есть фантазии, развивают мир человеческих чувств.**

**Свобода любой ценой**

Человек, **от ожидания утративший надежду**, не способен ни сосредоточиться, ни мобилизоваться, чтобы хотя бы со злости выкарабкаться из житейской ямы. Постоять за себя ему не дает его собственная положительность, но, несмотря на это, он хочет свободы. То есть - воздуха. Ощущая **нехватку кислорода**, он дышит все глубже, надеясь, что так тело получит больше кислорода. И получает, но почему же человек продолжает тяжело дышать? Почему ему и теперь не хватает воздуха? Потому что у жизни два полюса, которые должны быть в равновесии. На двух таких полюсах символически находятся кислород и

углекислый газ.

**Углекислый газ обладает энергией идеи существования земной жизни.** (Идея всегда духовна.) Для человека, существа духовного, земная жизнь является подарком, который нужно принимать с благодарностью и которым нельзя пользоваться в одиночку, ибо человек не живет на свете один. Наши чувства, мысли, личный опыт, а также все земное служат нам духовным наставником. Принимая его наставления, мы научаемся себя реализовывать, создавать условия, необходимые для самосовершенствования.

Углекислый газ - это **невидимый и вместе с тем осязаемый результат обмена веществ**. Он приходит в составе воздуха с неба (с воли, из невидимости, из духовности), попадает в организм человека и через некоторое время снова возвращается на небо. За этот промежуток меняется лишь его качество. Иными словами, благодаря его беспрепятственному поступлению в тело и беспрепятственному по нему прохождению улучшаются качественные характеристики человека. Этого нельзя увидеть, но зато можно почувствовать. Так бывает, если человек живет сообразно потребностям.

Если же человек *сосредотачивает все свои помыслы* на том, чтобы зажить по-настоящему хорошо, он нагнетает в себе разного рода прекрасные мечты. Точно так же заглатывается им воздух. *Особенно худо*, если он знает, что мечты эти несбыточны. *Еще хуже*, если эти желания духовны. Когда человек *узнает про то, что его не понимают*, то от одного этого он начинает *хватать ртом воздух*, причем тем энергичнее, чем сильнее надеялся, что его наконец-то поймут. Вероятно, вы уже догадались, какая возникает нехватка воздуха, когда тоскующий о любви человек окончательно разочаровывается.

В соответствии с энергией застоявшихся, то есть нереализованных, желаний у человека в крови **застаивается избыток кислорода**, из-за чего возникает нехватка углекислого газа. Научкой доказано, что чем быстрее и учащеннее дыхание, тем хуже происходит обмен веществ и **тем ниже содержание кислорода в крови**. Это, в свою очередь, влияет на содержание в крови гемоглобина. Куда же девается вдыхаемый кислород?

Сейчас объясню. В транспортной цепочке дыхательных газов центральное место принадлежит гемоглобину. **Гемоглобин** вбирает в себя кислород, связываясь с ним на ничтожно короткое время с тем, чтобы транспортировать его в клетки. Передав кислород клетке, он поглощает высвободившийся из клетки углекислый газ, соединяясь с ним опять-таки на время, равное одному вдоху, чтобы донести углекислый газ до легких. Передав углекислый газ легким для выдоха, гемоглобин вновь готов к принятию кислорода. И так, куда же подевался поглощенный кислород, без которого углекислого газа в клетках не образуется?

Гемоглобин представляет собой белок, в котором связывание кислорода (оксигенизация) происходит без изменения валентности атома железа. Передача кислорода клеткам (**дезоксигенизация**) также происходит без каких-либо изменений. Таким образом, **гемоглобин выражает характер и поведение человека, способного брать на себя ответственность**. Ответственный человек принимает то, что ему дают, держит это при себе, продолжая заниматься своими делами, и через некоторое время передает другим, так как те тоже нуждаются в этом.

**Гемоглобин содержит в себе энергию ответственности.**

Кто живет своей жизнью, тот свободен. Поскольку он не ощущает недостатка в свободе, то и не ощущает нехватки воздуха. Для него в воздухе содержится кислорода столько, сколько нужно. Он не цепляется за свободу, то есть воздух, не копит про запас, не защищает от других и не бережет для личного пользования. Все, что у него есть, он предоставляет свободу выбора - где быть или что делать. Его кислород поступает в клетки, ибо клеткам это нужно. Ответственный человек не считает себя из-за этого благодетелем и не ждет благодарности. Он не осуждает людей за то, что те не справляются со своими житейскими проблемами.

Страх превращает **чувство ответственности в чувство долга**. Чем сильнее развито у человека чувство долга, тем выше содержание гемоглобина в эритроцитах. Тем больше в теле всего того, в чем тело не нуждается. Ненужные вещества в теле превращаются в токсины. В какой-то момент наступает состояние, опасное для жизни. Избыточный гемоглобин наносит вред. Он **соединяется с кислородом, из-за чего двухвалентное железо становится трехвалентным**. Образуется **метемоглобин**, содержание которого в организме повышается при болезнях и отравлениях. *Его распад и выведение через печень начинается лишь спустя три недели*. Метемоглобин являет собой **свободу узника**, которая озлобляет человека.

Триоксид железа - это ржавчина. Кровь - это любовь. Таким образом, можно сказать, что у человека, движимого чувством долга, **любовь ржавеет**. В отличие от железа у человека это происходит внутри, поскольку внешне он стремится доказать свою полезность. **Чем человек положительней, тем быстрее он ржавеет насквозь**.

Углекислый газ образуется в результате нормальной жизнедеятельности тканей. Гемоглобин забирает его из клеток и передает легким. **Когда кислород поступает из крови в клетки, то способность крови связывать углекислый газ повышается, и кровь доставляет его в легкие**. Это означает, что **ответственный человек дает людям то необходимое, что у него есть, и не жалеет об этом**. Бескорыстен он также и в мыслях. Жизнь идет своим чередом благодаря чувству ответственности.

Человек, движимый чувством долга, ведет себя внешне так же, а по сути наоборот. Он не желает расставаться с хорошим и не желает принимать плохое. Чем лучше он себя считает, тем ниже ставит то, что исходит от других. **Чем больше он желает держать все при себе и ни с кем не делиться, тем больше у него в крови образуется метемоглобина**, в силу чего клеткам приходится работать в бескислородной, анаэробной среде. Для жизнедеятельности клеток это положение ненормальное. **Каждая живая клетка для сохранения своей структуры и работоспособности нуждается в определенном количестве энергии, которую в обычных условиях она получает от расщепления питательных веществ в процессе окисления**. Проще говоря, от сгорания.

Огонь жизни создан гореть подобно свече, которая дает оптимальный свет и тепло. Чем человек бойчее, напористей, активной, агрессивней, тем быстрее он "прогорает", если не получает желаемого. Его сознание отравляется злобой, велящей ему отнять у ближних то, что помогло бы ему выжить. Тем самым он отравляет жизнь ближним. Кому именно? Тем, кто провоцирует его своим ядом, притягивая к себе. Точнее говоря, он отравляет жизнь людям, подобным себе, которые своим неприятием злобы доказывают свое превосходство над ним.

Что бывает, если в условиях кислородной недостаточности не происходит окислительного расщепления? Тогда начинается гликолиз. Гликолиз - процесс малоэкономичный, поскольку его конечным продуктом является молочная кислота, обладающая высоким зарядом энергии. Эта энергия необходима для жизнедеятельности тела, однако она находится в теле в связанном состоянии. Для приобретения энергии, необходимой для жизнедеятельности, тело должно потреблять больше пищи. В итоге тело страдает от нехватки энергии, тогда как его самого буквально распирает от энергии. **При анаэробном обмене веществ каждая клетка, чтобы извлечь необходимую энергию, вынуждена перерабатывать раз в пятнадцать больше глюкозы, нежели при аэробном обмене веществ.**

Получается, что человек, движимый чувством долга, должен для выживания потреблять пищи в пятнадцать раз больше, чем ответственный человек. Человек с чувством долга, *не заботящийся о своей внешности*, от этого толстеет. Человек с чувством долга, *заботящийся о своем внешнем виде*, зарабатывает какую угодно болезнь вплоть до рака.

Человек, который хоть мало-мальски о себе заботится, ощущает происходящее у него в теле. Если ему плохо, он хочет, чтобы стало хорошо. Хорошее ощущение дает кислород, потому человек и дышит глубоко. Увы, чем глубже он дышит, тем это бесполезнее. Клетки не успевают ни принимать, ни выделять кислород. Клеточная жизнедеятельность приостанавливается, так как наступает **кислородное отравление.**

Человек, который не понимает, что такое свобода, стремится стать свободным. Чем больше он уповает на свободу, тем сильнее ею восхищается и тем хуже ему становится, когда ЕГО долгожданная свобода наконец наступает. Желание не расставаться с новообретенным благом вынуждает человека натужно дышать, чтобы иметь кислород, но не отдавать его клеткам. В результате развивается астматическое дыхание, при котором человек не может выдохнуть. Желание избавиться от плохого вынуждает тяжело дышать, чтобы выдохнуть углекислый газ. Результатом является неспособность вдыхать, поскольку кислорода в крови и без того достаточно.

#### **Кислородное отравление происходит от восторженного отношения к свободе.**

Признаками кислородного отравления, с точки зрения медицины, являются головокружение и судороги, учащенное сердцебиение (с уменьшением объема за минуту) и, как следствие, прилив крови к мозгу и почкам и поражение тканей, изменения в альвеолярной мембране легких вплоть до их отека, а также поражение глазной сетчатки вплоть до слепоты. Таким же в принципе образом проявляется восторженное отношение к свободе, ибо оно является *духовным субстратом материальной проблемы.* Одной из причин перечисленных выше нарушений является чересчур длительное восторженное отношение к свободе.

**Кратковременное наслаждение свободой вслед за длительным пребыванием в заточении воздействует на человека самым положительным образом. Отсутствие же меры, перебарщивание воздействует самым отрицательным образом.**

Итак, что же следует делать, чтобы кислород из крови мог поступать в клетки? Следует освободиться от чувства долга и других упомянутых стрессов, а также было бы неплохо осознанно и быстро повысить степень содержания в крови углекислого газа. Каким образом? Разработаны методики, обучающие людей с дыхательной недостаточностью задерживать дыхание с тем, чтобы дать клеткам время как следует делать свое дело. К сожалению, удастся это далеко не каждому, потому что если человек не осознает смысла вспомогательного средства, он впадает в панику из страха задохнуться. В состоянии паники человек еще сильнее заглатывает воздух и от ужаса перестает и вовсе соображать.

В такой ситуации рекомендуется ДЫШАТЬ ЖИВОТОМ. Делайте это каждый день хотя бы для профилактики. Это вам под силу даже в состоянии отчаяния - вы можете делать это так, как вам удобно в данный момент. Дышите в таком темпе и так глубоко, как хотите, однако следите за тем, чтобы это делалось животом. Дыша таким образом, вы успокаиваетесь и можете замедлить дыхание вплоть до такого, какое бывает у святых.

#### **Когда вы дышите животом, диафрагма движется вверх-вниз, и в такт ей движется живот, а не грудная клетка.**

Человек, задыхающийся под бременем стрессов, натужно дышит грудью и высоко поднимает плечи, словно желая сбросить с них бремя. Все дыхание происходит в верхней части тела, как будто нижней - материальной стороны жизни - нет вовсе. Если у вас отныне возникнет какая угодно житейская проблема, постарайтесь в тот же миг сосредоточиться на собственной диафрагме и следите за ее движением. При этом думайте примерно так: "Я сосредоточиваюсь, чтобы наблюдать за движением энергии своей святости. Я решу свою проблему чувством святости".

Вспомните, какие бывают стрессы у диафрагмы. Это предвзятое отношение и несправедливость. Предвзятость перерастает в несправедливость, когда человек не желает оказаться в дураках - не желает быть овцой, с которой постоянно состригают шерсть, а затем насаживают на вертел. Стараясь доказать свою полезность во избежание подобной участи, овца прикидывается коровой, чью шкуру и без стрижки пускают в дело. Окружающие, не моргнув глазом, моментально используют человека, который желает быть полезным. **Человек, желающий быть полезным для всех, должен обладать огромными размерами,** чтобы его хватило на всех. Не случайно, перед тем как сесть за обеденный стол, такой человек шутит: я должен позаботиться о себе, иначе похудею. Сам того не подозревая, человек высказывает истину, которая мешает ему похудеть даже тогда, когда это очень нужно.

Когда человеку надоедает самопожертвование, он начинает бороться с несправедливостью. Борьба эта выражается в кашле, о



чем говорилось ранее. Здесь я поведу речь о кашле, который вроде и не кашель. Имеется в виду **покашливание, перханье и сухой кашель**, при которых легкие и дыхательные пути здоровы - с медицинской точки зрения. Такой кашель говорит о **стыдливом желании быть полезным**. Особенно раздражает желание быть полезным для полезных людей. Причем эти полезные люди, для которых хотелось бы быть полезным, могут быть кем угодно. Особенно такой кашель обостряется, если человек по какой-то причине не может быть столь полезным, сколь ему хотелось бы. Чем глубже укореняется внушенное с незапамятных времен представление, будто самопожертвование облагораживает человека, искупает грехи, делает человека святым, тем глубже из легких исторгается внезапное покашливание.

Святость - это свобода. Если куполообразная диафрагма движется вверх и вниз **спокойно**, подобно небу, подобно атмосфере, подобно воздуху, поступающему в тело, а оттуда вновь в атмосферу, то человек здоров. Воздух одухотворяет тело. Если воздух чистый, то и душа чистая и здоровая. Если же душа у человека нечистая, то он с каждым выдохом вдобавок ко всему все больше загрязняет воздух, так что вскоре становится нечем дышать и ему самому, и окружающим.

Те, кто пока еще дышит нормально, без одышки, на первых порах могут дышать той же атмосферой. То есть данная атмосфера для них пока что является пригодной для жизни. Этот факт говорит сам за себя, словно призывая человека заботиться о своей душевной чистоте, дабы не загрязнять во вред себе атмосферу. Этот факт говорит: *твоя душа очистится, если ты искоренишь в себе хорошего человека, который желает прожить жизнь за других, не давая тем самым дышать ни себе, ни другим.*

Когда человек тяжело дышит из-за нехватки кислорода, это еще больше препятствует его усвоению, так как для нормализации жизнедеятельности клеток необходимо время. Жизнедеятельность клеток, которую можно сравнить с горением, вынуждена из-за этого протекать в среде со все меньшим содержанием кислорода. Когда горящие в печи дрова не получают достаточно кислорода, образуется угарный газ, которым можно отравиться. У людей с нарушениями дыхания возникают симптомы, характерные для отравления угарным газом: головная боль (особенно в висках), головокружение, шум в ушах, ощущение удушья, слабость, тошнота, бледность кожи и слизистых, потеря сознания, расширение зрачков, ухудшение зрения, судороги, учащенное сердцебиение, смерть.

**Воздух являет собой энергию совершенной свободы.**

**Кислород являет собой энергию полной свободы.**

**Умеренное содержание углекислого газа в воздухе  
означает способность нести ответственность.**

**Избыточное содержание углекислого газа означает использованность.** Его содержание в воздухе является показателем чистоты воздуха.

Чем больше мы желаем хорошего, тем больше вдыхаем воздуха, однако эффект получается обратный, поскольку из-за спешки мы не в состоянии принять полученное. **Содержание углекислого газа в выдыхаемом воздухе указывает на степень использованности человека.** Итак, чем лучше вы хотите быть, чем сильнее надеетесь осчастливить страждущих самопожертвованием, тем выше в выдыхаемом вами воздухе содержание углекислого газа, из-за чего приходится заглатывать все больше воздуха. Вы мечетесь по замкнутому кругу, вредя как своим легким, так и всему телу. Чтобы этого избежать, нужно научиться дыхательным упражнениям.

### **ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Не поднимая плеч и грудной клетки, выпятите живот. При этом диафрагма прогибается вниз. Происходит вдох. Попробуйте!

**При максимальном втягивании живота происходит выдох. Попробуйте! Следите за тем, как получается. Повторяйте до тех пор, пока не получится. Вначале следите только за движением живота и дыханием. Если у вас получается, подключите мысленную картину движения диафрагмы. Все это делайте в обычном для вас темпе дыхания.**

Если такое дыхание дается вам уже без напряжения, попробуйте постепенно замедлить темп. **Посвящая себя лечению** некоей болезни, вы сможете дышать таким образом целых десять часов подряд, удивляясь тому, что не ощущаете нехватки воздуха, даже если делаете лишь 4-5 вдохов и выдохов в минуту вместо обычных 15-20. Если недуг несерьезный, уже на следующий день вы с удивлением обнаружите, что его и след простыл. Болезни посерьезнее требуют больше времени. Фактор времени зависит от того, **даете ли вы себе время или же вам не терпится добиться результата.**

Если болен кто-то из ваших близких, вы сможете помочь и ему (особенно если у него больные легкие). Для этого начните сами дышать по данной методике и комментируйте вслух свои действия. Опишите, как диафрагма движется вниз, когда выпячиваете живот, и как она движется вверх, когда втягиваете живот. Взрослым стоит объяснить, что диафрагма одновременно массирует все органы грудной клетки и брюшной полости, улучшая кровоснабжение. То же самое можно объяснить и детям - в виде игры.

Вы поможете своему больному месту более целенаправленно и эффективно, если примете позу, при которой больное место окажется наверху:

- лягте на правый бок, если больное место находится в левом боку;
- лягте на левый бок, если больное место находится в правом боку;
- лягте на спину, если больное место находится внизу от диафрагмы;
- примите сидячее положение, если больное место находится над диафрагмой;
- лягте на живот, если больное место находится в спине (если не позволяют размеры живота, лягте полубоком);
- лягте полубоком на левый бок, опираясь на правое согнутое колено, если болит область правой почки либо сама

почка;

- лягте полубоком на правый бок, опираясь на левое колено в согнутой позиции, если болит область левой почки либо сама почка.

Не делайте из позы проблемы. По возможности используйте любую свободную минутку, где бы вы ни находились. Никто ведь не делает проблемы из вашего дыхания.

При любых болезнях (кроме астмы) особое внимание обращайте на вдох и на нисходящее движение диафрагмы, поскольку благодаря своей естественной куполообразной форме диафрагма сама прорабатывает основную работу по выдыханию. Если у вас большой живот, старайтесь втягивать его в себя. В противном случае не сможет прийти в движение энергия вашей безысходности и равнодушного отношения к себе. Большой живот указывает на то, сколь велика проблема использования вас окружающими и, соответственно, проблема самозащиты, из-за которой вам приходится страдать все сильнее, ибо она притягивает подобное.

Если у вас астма либо затруднено выдыхание, то сосредоточьтесь при выдохе на святости. Когда вы медленно и спокойно поднимаете диафрагму и втягиваете живот, в дыхательных путях не возникает спастического раздражения. **Запомните - пока вы живы, ваши легкие в состоянии мало-помалу дышать все более совершенно, дайте только им время.**

Мастерство приходит с практикой. Мастер способен дышать животом, регулируя движение диафрагмы таким образом, чтобы живот не выпячивался. Ну да вы тоже научитесь.

Хотя речь идет о лечении мыслями, я не отрицаю и иных методов врачевания. Да и сами ученые ищут разные способы вернуть здоровье. Сейчас в аптеках продаются специальные приборы, регулирующие содержание углекислого газа. Они чрезвычайно просты по конструкции и в эксплуатации. Я изучила один из них и поразила идее, лежащей в основе его создания. Прибор основан на чувстве ответственности. Не знаю, сознавал ли это сам изобретатель. Впрочем, это не важно. Важно то, что им двигало чувство и что делал он от души. То есть подошел к делу с чувством ответственности.

С помощью этого прибора человек повторно вдыхает выдыхаемый им же воздух - с добавлением небольшой дозы свежего - и при этом содержание в нем углекислого газа постепенно повышается. Нехватки воздуха не возникает, поскольку в выдыхаемом воздухе содержится достаточно много кислорода. Из вдыхаемого воздуха организм усваивает не более 25% кислорода.

Разница в содержании углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе может быть значительно больше. Чем болезнь тяжелее, тем сильнее нарушен обмен веществ и тем выше в выдыхаемом воздухе содержание углекислого газа. Повторное его вдыхание повышает содержание углекислого газа в крови. Срабатывает тот же принцип, что и при внутреннем ощущении: я ничуть не хуже других. Возрождается воля к жизни, даже если ситуация казалась безнадежной. Пробудившаяся воля к жизни, в свою очередь, рождает потребность очиститься.

С духовной точки зрения повторное вдыхание собственного углекислого газа означает ***повторное осмысление проблемы***. Причем осмысление идет от сердца, ибо кровь так или иначе проходит через сердце. Осмысливая проблему вновь и вновь, человек постепенно доходит до сути дела, а значит, приходит к решению. По мере постижения сути проблемы исчезает страх. Постепенно проходит спазм и более тонких кровеносных сосудов, и кровь приходит в движение. В клетки тела вновь поступают питательные вещества, благодаря чему клетки могут очиститься.

Люди, оказавшиеся в экстремальной ситуации, начинают жить крайне экономно, если понимают, что надеяться им не на кого - только на себя. Помогая себе, они дают время для оказания помощи и себе, и спасателям. Они проявляют поразительную изобретательность, которая их и спасает. Откуда она берется? Дело в том, что умеренное повышение содержания углекислого газа во вдыхаемом воздухе стимулирует находчивость и творческое мышление. "Котелок начинает варить". То же относится и к жителям высокогорной местности.

Чувство ответственности позволяет с учетом обстоятельств не требовать того, чего нет и неоткуда взять. Этот принцип бывает трудно соблюдать в среде, в которой растет удельный вес позитивности. Человек стремится заполучить все мыслимые блага, забывая спросить себя: "Нужно ли мне все это?" Стремясь жить экономно, мы ведем себя как транжиры, которые то и дело впадают в отчаяние, если видят, что поступили не так, как надо.

### **О самообмане**

Чем лучше человек хочет стать, тем чаще прислушивается к чужим желаниям и тем медленнее развивает свой мозговой потенциал. Если он желает выжить, за него это приходится делать другим. В итоге человек страдает как физически, так и духовно. В данной главе речь пойдет о двух причинах страданий - наивности и эгоизме.

### **У наивности и эгоизма общий знаменатель - самообман.**

Человек, обманывающий других, не обрекает себя из-за этого на какие-либо страдания. Как так? Ведь он поступает дурно. Так-то оно так, но не все же время. Поскольку все относительно, иная ложь бывает во благо. **Если ложь является силой, приводящей жизнь в движение, такая ложь крайне необходима.**

*Жизнь - это движение. Застой - смерть.* Люди, которые имеют принципиальную целенаправленную точку зрения, топчутся на месте. Вместо того чтобы двигаться к цели, они хотят приблизить цель к себе. А так как жизнь движется только в одном направлении - вперед, люди, разрушая цель, губят также самих себя. Развивая материальную деятельность, они не догадываются о том, что на самом деле, то есть в духовном плане, они топчутся на месте. Если топчущийся на месте человек еще не окончательно утратил вкус к жизни, то непременно появляется некий лгун либо вор с тем, чтобы жизнь закипела, словно в разворошенном муравейнике. Жизнь опять бьет ключом. Своей неправдой лжец сделал не просто благое дело, а очень благое.

**Человек, который обманывает себя, сам этого не понимает.** Зато понимают другие. Одни удивляются тому, как такой наивный человек вообще способен жить. Другие недоумевают - как только земля носит такого эгоиста? Хотя и те и другие в ближнем видят себя, все они *по-своему правы*.

В эстонском языке бытует выражение: дурака и в церкви побьют. А в кабаке-то уж точно. Иначе говоря, человек наивный, далекий от жизни учится и развивается через страдания. Тот житейский урок, ради которого он рождается на свет, должен быть им усвоен. Если он не выучивается на малых страданиях, на него обрушиваются все более тяжкие, откуда урок не будет им усвоен. А если помешает смерть, учеба продолжится в следующей жизни. Причем **причиной страданий человека, то есть причиной выпавших на его долю испытаний, всегда является эгоизм - цепляние за свои права**. Прежде всего это, естественно, его *собственный эгоизм, который пробуждает эгоизм окружающих*.

На свете немного таких, которые были бы абсолютно наивными и абсолютно эгоистичными. Отчего же мы бываем то ребячливыми эгоистами, то эгоистичными детьми, которые сами не понимают, что им надо или что они творят?

**СТРАДАНИЯ УМЕРЦВЛЯЮТ ЧУВСТВА.** Каким образом? Знаете ли вы, что такое болевой шок и как он воздействует? Это настолько сильная боль, что человек теряет от нее сознание. А теперь представьте себе, что мы берем эту сильнейшую боль и растягиваем ее, как гармошку, на длину всей жизни. Боль остается той же, но меняется фактор времени. Потерял бы человек сознание от такой боли? Не потерял бы, верно? Человек, сам того не замечая, постепенно утрачивает восприимчивость к боли. **Он лишается не сознания, а способности воспринимать**, способности осознавать. Так воздействуют любые страдания.

Наибольшие страдания причиняет война. Одних она убивает физически, других - духовно. Вернувшись с войны бойцам требуется немало времени, прежде чем они вновь начинают ощущать себя людьми. Да и то происходит это не со всеми. От малейшего воспоминания нарушается душевное равновесие, поскольку они не умеют, не могут, не желают прощать. В еще худшем положении находятся профессиональные разведчики, агенты мирного времени (эпохи холодной войны), а также дипломаты, ибо, если они выходят из себя, то утрачивают профессиональную пригодность. Наиболее масштабную разрушительную работу производит с человеком **холодная война, именуемая супружеской жизнью**. Постоянная борьба за лидерство в семье убивает чувства и способности, лишает человечности.

**ВЛАСТЬ ГУБИТ СПОСОБНОСТИ И ВОЗМОЖНОСТИ**, то есть потенциал человека к самореализации. Первейшим губителем личности является не власть государства, а власть собственных стрессов, которая не позволила бы жить спокойно даже в раю.

В предыдущей книге говорилось о том, что **СТЫД УМЕРЦВЛЯЕТ ЧУВСТВА**. Подавляемые чувством стыда до летаргического состояния эмоции продолжают пребывать в теле и при определенной степени концентрации материализуются в житейские проблемы, а те из-за стыда материализуются, в свою очередь, в болезни. Прежде мне все не верилось, что рабы и заключенные способны на те великие страдания, которые описываются в романах и изображаются на киноэкране. Теперь же я понимаю, что в сущности все это - правда. Выпадающие на их долю страдания делают их *бесчувственными и равнодушными ко всему живому*. Включая, естественно, их самих. Заключенный не станет накладывать на себя руки, откуда продолжает испытывать **наивное благоговение перед жизнью**.

*Религиозная богобоязненность* помогает предотвратить самоубийства, сохраняя жизнь людям, испытывающим величайшие страдания, только разве это жизнь? Ту же **цель** преследует вменяемое в обязанность искупление грехов. Человек, исповедующий подобные взгляды, не может сам ни жить, ни умереть. Он обязан верить и надеяться, что его спасут. Спаситель, именуемый Богом, требует только одну плату - невыносимые страдания. Единственным спасителем в конце концов явится смерть. Вначале человек ее страшится, но когда страдания становятся невыносимыми, сам ее призывает. Неудивительно, что люди, протестующие против наивной веры, боготворят смерть. По крайней мере, смерть не обманет.

От самого человека, погрязшего в догмах, не зависит ничего. Это находится в противоречии с внутренним чувством человека, то есть с любовью, то есть с самим человеком. Ведь человек рождается на свет, чтобы самому прожить свою жизнь, чтобы наладить свою жизнь, чтобы исправить ошибки, допущенные им в предыдущих жизнях. Будучи вынужденным перенять догматическое представление о жизни, человек истребляет любовь, а значит, самого себя. Он рождается на свет, чтобы отдавать, быть счастливым, а его заставляют ждать милости от "бога", который находится где-то далеко и знать ничего не знает об этом человеке. Кто не знает про переживания человека, тот не внемлет его словам, но зато внемлет тем, кто из корысти выворачивает правду наизнанку.

Из-за всех этих переживаний вера когда-нибудь да иссякнет, ибо истинная вера являет собой святое чувство - Любовь. Утрата веры отзывается острой болью в Сердце каждого, кто когда-либо терял веру в человека. Прирожденный атеист замахивается *рану от утраты веры в Бога* все тем же атеизмом. Поэтому о Боге он вспоминает, лишь когда все иные средства спасения исчерпаны.

В каждом из нас живет потребность по-настоящему верить, надеяться, любить.

Любой религии свойственно, с одной стороны, **наивное представление о жизни**, а с другой, эгоистичное отношение к ней. Это касается и межличностных отношений, и индивидуальной человеческой психики. Культивируя невежество, религия умышленно препятствует развитию во времени. Цель эта достигается разными приемами. Один из них - отрицание реинкарнации. Если бы человек знал, что он будет рождаться снова и снова, он стал бы относиться к будущему иначе. Он сообразил бы, что в будущее лучше идти с легким сердцем, и стал бы облегчать груз своей вины. Проникся бы смыслом следующих слов: помоги себе сам, и Бог тебя не оставит.

Чем активнее происходит отрицание реинкарнации, тем сильнее среди людей попустительские настроения. "Один раз

живем", - рассуждает отупевший от страданий народ, выбирая в качестве своих представителей не скупающихся на посулы краснобаев, которых интересует только власть. "Один раз живем", - рассуждают народные представители и берут от жизни все, что можно, не задумываясь о том, что отнимают у народа в земном отношении то, чего лишают себя в духовном отношении. Сами они теряют куда больше, хотя с виду кажется наоборот. Своим равнодушием народ обрекает представителей власти на страдания, а те, в свою очередь, обрекают на страдания народ. Множится обоюдное равнодушие, ибо у людей, томящихся в тисках догм, нет веры в будущее. Кивая друг на друга, ни одна из сторон не понимает, что уготавливает страдания прежде всего себе.

Покуда человек не освободится от судорожных страхов, догм, религии, они будут жить в его подсознании энергетическими трупам и производить свою разрушительную работу. Человек даже не будет понимать, что с ним происходит. Его **наивный эгоизм** и **эгоистичная наивность** будут навлекать на него неприятности, одна хуже другой.

У наивного человека жизненное кредо следующее: "Ничего не вижу. Ничего не слышу. И даже не желаю. Так легче жить. Я и сам знаю, что хорошо и что плохо".

А вот жизненное кредо эгоиста: "Все я вижу. Все слышу. Все испытал на собственной шкуре, так что не вешайте мне лапшу на уши. Я и сам знаю, что хорошо и что плохо".

В конечном счете наивность и эгоизм судят о мире, о жизни и о людях одинаково. Различие между ними заключается в следующем.

### **1. Наивности свойственна повышенная чувствительность. Эгоизму свойственна бесчувственность.**

*Наивность есть в каждом человеке, но не каждый человек наивен. Эгоизм есть в каждом человеке, но не каждый человек эгоист.* **Человек управляет своим стрессом до тех пор, пока стресс в нем умещается. Когда же перестает умещаться, то он начинает управлять человеком.** Стресс, переросший человека, дает человеку оценку, имея в виду только его тело. Наивный человек перестает быть Человеком. В тот миг, когда "эго" выбивается на первый план, человека нарекают эгоистом. Избавиться от этого ярлыка весьма непросто.

### **2. Наивный человек восторгается всем красивым и хорошим. Эгоист не восторгается ничем.**

Если сказать наивному человеку, что, дескать, вот он - предмет, который принесет вам счастье, и показать ему камушек, амулет либо талисман, освященную воду или вино, икону либо какую угодно вещь, как он тут же бросается ее добывать. Хоть из-под земли, но достанет этот камушек, раздобудет любой ценой икону и станет ей молиться с рассвета до заката. Назови ему святое место или обитель, где творят чудеса, и он готов умереть, совершая туда паломничество. А если доберется до цели, его оттуда ничем не выманишь - так и останется там молиться. Умерщвляя плоть, человек умерщвляет и чувства. Наступает день, когда он превращается в эгоиста, который с полнейшим безразличием сокрушает то, к чему прежде обращал молитвы. Возможно, он так и не поймет до конца жизни, что причиной собственных страданий является не кто иной, как он сам.

Означает ли это, что перечисленные выше предметы не имеют целебных свойств? Нет, не означает. Кто способен на единение с природой, тому она и раскрывается. Иными словами, у такого человека вера идет от любви, и он принимает то, что дает природа. Деревенская знахарка, скорее всего, действует неосознанно, знаток эзотерики - осознанно, а физик-ядерщик, работающий в области народной медицины, перепроверяет данные на электронном приборе. В современных условиях биополе возможно измерить.

Все природное обладает целебным действием, будь то вода, растение, камень, металл или почва, которые постоянно отдают вовне все то, что в них есть. Можете не сомневаться. Но вот что мне хотелось бы подчеркнуть: **они не могут прожить за вас жизнь, не могут вас исцелить.** Даже если они освящены. От вас самих зависит, примете ли вы то, что они дают. Если душа у вас скована страхами, вы станете ждать, чтобы кто-нибудь насильно навязал вам свою помощь. В этом состоянии ожидания камень с целебными свойствами - даже если он свалится вам на голову - помочь вам не сможет. Можете носить камень на теле и истощить его настолько, что он сам собой рассыплется, но пользы от этого не будет. Немилосердный страх - а вдруг не поможет? - пересиливает милосердие природы.

То же может произойти и со словом. Когда человеку плохо, ему хочется услышать доброе слово. Суровой правды ему не надо, ему подавай красивую ложь. Скажи наивному человеку красивые слова про любовь, и он уже готов тебя боготворить. Ходит за тобой по пятам, ловит каждое слово и готов не раздумывая делать все, что только придет в голову его кумиру. Он все терпит. Терпит, покуда не становится эгоистом, и тогда расправляется со своим кумиром, как расправились в свое время с Иисусом Христом. Между святым и жуликом он не проводит различия. Он отказывается верить тому, что сам является причиной своих страданий.

То же самое относится ко всевозможным методам духовного исцеления, если человек за них цепляется. Какими бы восторженными ни были отзывы, ни один метод не способен решить за человека его житейские проблемы. Он способен лишь помочь на короткое время.

Восторженность есть приобщение к духовному. Это нежелание расставаться с иллюзиями.

### **Чем сильнее восторженность, тем болезненней происходит крушение иллюзий.**

- От **отчаяния** поражается пищеварительный тракт.
- От **разочарования** заболевают почки.
- От **ожесточения** заболевает мочевой пузырь.
- От **заболеваний мочевого пузыря** поражаются половые органы.

### **3. Наивность причиняет физические страдания, в том числе болезни.**

**Эгоизм** причиняет **душевные страдания** - душевные муки.

Чем масштабнее наивность и эгоизм, тем сильнее страдания.

Если вы ищете примеры из жизни, не стоит ходить далеко. Поищите в себе. В каждом из нас достаточно много наивности и эгоизма. А с нашим преклонением перед интеллектом эти качества лишь усиливаются, поскольку являются двумя сторонами медали. Высвобождая одну, мы автоматически высвобождаем и другую. В результате в нас прибавляется рассудительности. Причем наша **рассудительность растет не в ширину, а в высоту**.

Этому росту препятствует комплекс неполноценности из-за собственной глупости. Если родители по привычке считают ребенка глупым, то есть две возможности. Покорный ребенок, который желает быть хорошим, вешает нос и так и остается наивным. Ребенок с бойцовским характером начинает доказывать, что он не дурак. Он задирает нос перед каждым дураком, демонстративно выкладывает все свои знания, присочиня недостающее, усмехается в лицо легковерным и считает, что тем самым доказал, какой он умный. Если это оказывается недостаточным, он принимается доказывать, что ум - это признак если не дураки, то уж наивности точно. С точки зрения борьбы за выживание так оно и есть.

*Знание, что меня считают глупым*, автоматически рождает представление, будто умные считают всех дураками. Человека с комплексом неполноценности это может настолько вывести из себя, что он и не захочет умнеть. Его единственной целью может стать желание любой ценой доказать, что глупость умного перевешивает глупость дурака. Любые мало-мальски умные речи способны привести его в ярость. Таких людей, способных сорваться по малейшему поводу, становится все больше, поэтому нужно, чтобы каждый доброхот высвободил бы наивную веру в добро. В противном случае помогающий помчится оказывать помощь туда, где в помощи не нуждаются.

**Зло подпитывается чрезмерной добротой.** Не следует об этом забывать. Иначе доброта будет подвергнута осмеянию, а осмеяние - это духовное истребление. Осмеять - значит осрамить. Единжды осмеянная доброта уже никогда не станет протягивать руку помощи кому-либо, поскольку в ней убито сочувствие. Ей уже нет дела до ближних, она беспокоится только о себе. **Человеческая доброта легко ранима.**

**Чем многообразней испытываемые человеком страдания, тем всеохватнее становится его безжалостный эгоизм.**

Законченный эгоист не подвержен физическим заболеваниям. Его проблемы - это душевная боль и душевные страдания. Когда он занят делом, страдания им не ощущаются, но чем больше дел, тем сильнее страдания и тем сильнее разрастается его эгоизм. От бессмысленных дел изнашивается тело, и человек приходит к выводу, что нет смысла совершать телодвижения. Чем меньше двигаются руки и ноги, тем энергичнее начинают работать у эгоиста челюсти. Что это значит? Если у эгоиста нет дел, он озлобляется и принимается выгрызать душу ближним. Не исключено, что это станет для него единственным занятием, которым он будет рьяно доказывать свое превосходство. Так он мстит виновнику своих страданий даже в том случае, если тот не сделал ему ничего плохого. Оказывается, за ничегонеделанье тоже можно мстить.

Эгоистом становятся не только вследствие собственных страданий. Вспомните, чьим страданиям сопереживали лично вы, и поймете, что в наши дни детям очень легко превратиться в эгоистов. Каким образом? Глядя на родительские ссоры либо сопереживая родительскому гневу, обращенному против несправедливости, чинимой, скажем, государством. Либо уставившись от скуки в экран телевизора, где не увидишь ничего, кроме насилия. И тем не менее дети часами просиживают перед экраном из-за того лишь, что между родителями разладились отношения и ребенок им мешает.

Ребенок - существо чрезвычайно восприимчивое и ранимое. Увидев впервые насилие по телевизору, он в слезах убегает прочь. Если родители его высмеивают, называют слаонервным, опасаясь, как бы он не спасовал в жизни, то в следующий раз он уже не покинет своего места, а будет смотреть, стиснув зубы. Вскоре он привыкает к насилию. Стоит кому-то его обидеть, как он, недолго думая, пускает в ход кулаки. А если обидчиков много, берет игрушечное ружье и всех убивает. Чем больше это потешает взрослых, тем ближе суровая развязка. В один прекрасный день в руках у ребенка оказывается настоящее огнестрельное оружие, и он с легкостью разряжает его в окружающих, хотя бы из-за того, что те расхаживают с притворно-радостными лицами, тогда как ему самому хочется плакать.

Наибольшее влияние на рост эгоизма оказывает **привыкание к плохому**. Оно воздействует незаметно. В человеке вырабатывается **зависимость от плохого**, что оборачивается душевными страданиями и соразмерным им умерщвлением чувств.

Виновато ли телевидение? Виноваты ли книги? Могут ли быть разрешены с их запретом проблемы эгоизма? Нет. Если к детям относятся как к помехе, не дающей родителям спокойно жить, то дети находят иной способ отобразить для родителей взаимоотношения между ними. Из подобных родителей состоит общество. Душевное состояние детей является показателем душевного состояния общества. Дети учат взрослых тому, что важнее всего - сплоченность. В сплоченной семье все нужные дела делаются сообща и с радостью.

У эгоистичных родителей дети еще большие эгоисты, чем они сами, - ведь с каждым поколением стрессы усиливаются. Эгоист - хороший наставник, вот только сам он не научается тому, чему учит. Кто способен научиться у эгоиста, тот остается человеком даже в самой критической ситуации. Чтобы оставаться человеком, необходимо лишь одно: время на обдумывание происходящего. Детям нужна также возможность обмениваться мыслями с родителями и взрослыми как с равными.

Пример из жизни.

Людам, приходящим ко мне на прием, следует предварительно ознакомиться с теорией. Иначе мы будем говорить на разных языках. Все мои старания бесполезны, если пациент не способен что-либо воспринять, хотя и желает этого. Предварительное прочтение моих книг - не приказ, а просьба, однако я не собираюсь умолять об этом на коленях. Кто применяет теорию на практике, тот проделывает подготовительную работу, даже если ничего не получается. Зато будет проще обсудить совершенную

ошибку. Беседа с человеком о его промахах выливается в дискуссию. Невозможно обмениваться мыслями с тем, кто ничего не делает, поскольку он тут же ощущает себя виноватым и начинает обороняться.

Несмотря на проводимую мною подготовительную работу, с моей стороны было бы *наивно надеяться на то, что хорошие люди сами позаботятся о своем здоровье*. А хотелось бы. Особенно если речь идет о болезни, неизлечимой с медицинской точки зрения. Опираясь на знания и сознательность пациента либо его родителей, я привношу элементы теории, необходимой в данный момент. Ведь и мои знания тоже постоянно обновляются и совершенствуются.

Одной матери и ее 15-летнему больному ребенку я, помимо прочего, рассказала теорию о мнимой помощи, то есть самообмане, чтобы научить их высвобождению наивности. Они оба с завидным **упрямством повторяли одни и те же ошибки** да так, что ребенок практически сделался инвалидом. В духовном отношении они были всезнайками (на уровне сплетен). Меня они выслушали со скучающим выражением лица, явственно говорившем: пора бы тебе переходить к делу.

Я осторожно подбирала слова, чтобы ненароком не обидеть этих хороших людей, которым столько всего довелось пережить. (Об этом меня успела проинформировать мать.) Поскольку пациенты, прочитавшие мои книги и уловившие суть дела, ведут разговор иначе, я и поинтересовалась, ознакомились ли они с моими книгами. Сын язвительно ответил, что для этого у него нет времени. (Себе на заметку: во-первых, болен-то сам, но времени заняться собой у него нет. Для него важнее все остальное. Налицо подсознательная потребность оставаться больным, так как болезнью возможно отомстить виновному. В данном случае - матери. Во-вторых, такое юное существо, а какой ядовитый ответ. Болезнь соответствует ядовитости - медленно прогрессирующий вялый паралич нижней части тела.)

На тот же вопрос мать с саркастической усмешкой ответила: "*Естественно!*" В ее голосе сквозили нотки злорадства и осуждения - как можно в этом вообще сомневаться? Ведь я на все готова ради ребенка. Всем своим сверхактивным вызывающим поведением мать пыталась доказать, что для таких всезнаек, как она, в жизни нет проблем. В свое время проблемами были ее мать и муж, но они давно перестали для нее существовать. А отец вообще был для нее пустым местом. Ребенок относился к бабушке с дедушкой и к отцу точно так же, но в пику матери изображал прямо противоположное отношение. Его здоровье зеркально отражает всю эту ситуацию - внешне как будто все в порядке, а если копнуть, развалина развалиной.

Желая рационально использовать время, я принялась осторожно объяснять про воздействие стрессов. Едва я сказала, что **наивность причиняет физические страдания**, как мать вскочила, точно ужаленная, и воскликнула истерически: "*Сами вы наивная! Надеетесь, что мы станем читать ваши книжки!*" Она метала громы и молнии. На деле же она была права. Я и вправду надеялась. Я ожидала и хотела в это верить, что для матери здоровье ее ребенка поистине дорого. Хотелось верить, что и ребенок посочувствует матери и поможет себе сам, чтобы матери стало легче. Мне нередко приходилось иметь дело с детьми вдвое младше, чем этот, которые из любви к матери приходили к мысли о самопомощи. Прочтение первой моей книги служило логическим продолжением этой мысли. Те дети с пониманием отнеслись к своим матерям и все им простили. Последовавшее выздоровление было соразмерным проделанной работе.

В данном случае все обстояло наоборот. Женщина и не думала прощать своей матери, а ее ребенок - ей. Шла незримая борьба за главенство, в ходе которой один страдает пока преимущественно физически, а второй - духовно. У обоих имелось достаточно здравого смысла, но, к сожалению, их интересы в жизни были нацелены совсем на другое. Они *не были готовы созидать, а были готовы бороться и сокрушать*. Так ведет себя демонстративная собственническая любовь, которая беспрестанно что-то доказывает, а когда доказать не удастся, вина сваливается на того, кто не верит.

Разговор пришлось прервать - при всей своей наивности я не намерена разговаривать с глухими. Оставшись наедине с собой, я стала анализировать случившееся и поняла то, чего не поняла сразу из-за своей наивности: *эти люди нуждаются в страданиях*. Что касается данного ребенка, нельзя допустить, чтобы он выздоровел, так как, **обретя здоровье, он стал бы проявлять насилие по отношению к окружающим**. Ребенок и мать, будучи в принципе настроены одинаково, стали бы **инициаторами организованной преступности**. Недуг этому препятствует.

В то же время эгоизм во мне не настолько велик, чтобы я сочла инвалидность достойным наказанием за подобное отношение к жизни. Я верю в жизнь. Верю, что все в жизни приходит в назначенный срок и не прийти не может. Покуда же пусть плод растет и созревает. Шанс я людям дала.

У жизни бессчетное множество граней. В чем-то мы рассудительны, в чем-то умны, в чем-то глупы, в чем-то наивны, в чем-то эгоистичны и т. д. Наша наивность видит в ближнем наивность, которой в нас самих уже нет. Чем больше вещей, в которых мы проявляем наивность, тем больше наш слух царапает само слово "наивность". Мы ощущаем себя задетыми и реагируем согласно темпераменту, который тесно связан с нашими наивностью и эгоизмом. Когда же мы высвобождаем свои страхи, то перестаем слышать оценочные суждения там, где их нет. До нас постепенно доходит, что мы **рассердились на ближнего из-за собственной самооценки**.

**НАИВНОСТЬ** - это оценивание, строящееся на эмоциях.

**ЭГОИЗМ** - это оценивание, строящееся на знаниях.

**Знания**, почерпнутые у людей и из книг, не самые опасные, ибо сомнение в знаниях делает их более гибкими. **Гораздо опаснее бывают знания, вынесенные из собственных тяжелых страданий**. Если попытаться убедить человека, много пережившего, в том, что не так уж все плохо, он тут же задает вопрос: "*А сам ты такое пережил? Нет? Вот и помалкивай. Ничего не знаешь, а берешься судить. Зато я знаю, что все плохо, и нечего тут рассуждать*". Таких людей нередко считают большими авторитетами. Мы перенимаем их точку зрения и заставляем ближних поступать так же. Происходит это из-за страха: если я этого не сделаю, он не станет меня любить. То есть возненавидит. Либо: если я этого не сделаю, он решит, что я его не

люблю. Это еще хуже. Боже, что же со мной тогда станет? Примеры из истории, в свою очередь, усиливают страхи. Известно ведь, что бывало с теми, кто не повинуется власти.

**Наивность принято называть верой в добро.** Человек, верящий исключительно в хорошее, ни за что не хочет поверить в плохое. Потому ему и приходится платить за свою веру особенно высокую цену. Цена эта зовется самопожертвованием.

**Кто боится показаться наивным,** тот доказывает свою житейскую мудрость тем, что *скорее готов поверить в плохое, чем в хорошее.* Чем многоопытней он себя считает, тем чаще видит в жизни только плохое. Что я, дурак, чтобы верить в хорошее? Такова логика негативного эгоизма.

Человек, который стыдится своей наивности, предпочитает помалкивать. **Он стыдится молча, между тем как ожидания его превращаются в надежды, надежды - в мечты, мечты - в чаяния, а чаяния - в веру в хорошее.** Увы, с этой самой минуты у человека, *желающего стать хорошим,* самочувствие значительно ухудшается. Почему? Потому что **духовные желания рождают сильнейшее чувство вины.** Чем сильнее чувство вины, тем хуже самочувствие человека. Если самочувствие ухудшается из-за болезни, то человек винит болезнь, а если болезни нет, винит себя. И, соответственно, желает стать лучше. Как всегда, достичь этого он намеревается посредством кого-то или чего-то, сделав их своей собственностью.

Человек, *стремящийся стать лучше всех,* стыдится как собственной, так и чужой негативности, и следит за тем, чтобы самому не делать ничего плохого. Он старается стать примером для окружающих. Это ведет к самым тяжелым недугам, возникающим на почве бесчувственности. То есть на почве немилосердия и жестокости, а так как эти качества постыдные, их тщательно скрывают от посторонних глаз.

**ВСЕ БОЛЕЗНИ ПРОИСТЕКАЮТ ОТ ПОДАВЛЕНИЯ СТРЕССОВ.**

**ВСЕ ОЧАГИ БОЛЕЗНЕЙ ВОЗНИКАЮТ ОТ НАГНЕТАНИЯ СТРЕССОВ.**

Чем больше подавляются стрессы, тем сильнее ощущение униженности. **Униженность вызывает воспалительный процесс.** Болезням, происходящим от униженности, *уже на ранней стадии* свойственны **классические симптомы воспаления: боль, температура, покраснение, утолщение либо выделения.** Симптомы эти указывают на то, *с какими эмоциями борется за жизнь униженный человек.*

**Опухоли возникают от бесчувственности. Они указывают на то, насколько бесчувственно, безжалостно, жестоко человек борется против жизни.**

Наихудшая беда, имя которой самопожертвование, происходит с человеком, **желающим быть исключительно положительным.** Такой человек ужасно боится, как бы окружающие не узнали о его постыдных делах. Во избежание этого он вовсю старается делать людям добро в *надежде* на то, что благодаря добру плохое будет забыто. Забывает тот, кто прощает. Забывают чужие. К сожалению, сам хороший человек себе не прощает. Он напоминает близким про свои недостатки, вынуждая их относиться к себе соответствующим образом. Разочарование и горечь из-за того, что окружающие именно так к нему относятся, истребляют в нем жизнерадостность и лишают жизненных сил. Его жизненные соки иссушаются стыдом. Человек утрачивает надежду и веру.

**Высшей точкой веры в добро,** исповедуемой исключительно положительным человеком, **является упование на самопожертвование.** Если все средства исчерпаны, оно-то наверняка поможет. Человеку может быть известно, что любовь доказать невозможно, но поскольку *без веры нет жизни, то он верит вслепую.* Догматическое представление о самопожертвовании, просуществовавшее не одно тысячелетие, повергает в слепоту даже самого закоренелого атеиста. Он не думает о том, что, жертвуя собой, вызывает у ближнего чувство вины, из-за чего тот чувствует себя плохим человеком. У ближнего срабатывает инстинкт самозащиты, и он начинает осуждать человека, жертвующего собой.

Самопожертвование ведет к борьбе за выживание, а борьба за выживание, в свою очередь, - к самопожертвованию. Кому-то не по душе первое, кому-то - второе. На самом деле и то и другое отражает наивное отношение к жизни. Самопожертвование представляется делом чрезвычайно благородным: лучше я сгину сам, но не стану губить ближнего.

**У человека, стремящегося быть хорошим, склонность к самопожертвованию возникает еще в детстве, если между родителями ведется открытая война.**

Энергия борьбы за выживание и энергия самопожертвования есть в каждом человеке. Какая из них сильнее, - видно по самому человеку. Так, одного человека считают бойцом, другого считают жертвой. Герои военного времени борются за выживание, а герои мирного времени приносят себя в жертву. И те, и другие губят себя. Их наивность навлекает на них смертельные испытания.

**МЕРИЛОМ** человеческой **НАИВНОСТИ** являются **ИЛЛЮЗИИ,** питаемые человеком.

Верх наивности находит выражение в раковом заболевании. **Рак - это болезнь страдальца, героически жертвующего собой.** Рак поражает тот участок, который соответствует своеобразию испытываемых человеком страданий. Диагностируемый медициной вид рака соответствует характеру страданий человека. Медицина способна свести рак на нет в такой степени, что его не выявляет ни одно обследование и ни один анализ. И тем не менее человек умирает. Почему? Потому что невысвобожденная энергия продолжает воздействовать на человека, покуда тот жив. Не помогают ни вера, ни надежда на помощь медицины, так как медицина способна помочь лишь телу.

Я неоднократно говорила о том, что информация, в которой человек не разбирается, наносит ему вред. И вред этот может оказаться смертельным, если человек болен. *Вместе с тем больным подавай информацию, которая им не нужна.* Вернее, информацию требуют не они сами, а их склонность к самопожертвованию. Отказать хорошему человеку в информации, которую он просит, - на это мало кто способен. А информация, которой человек владеет, - это тяжкая ноша. Выражаясь проще, чертовски

трудно бывает держать при себе секрет. И владелец информации сообщает ее на бегу страждущему, не задумываясь о том, что этого не следовало бы делать. Дело приобретает особенно скверный оборот, когда сведущий человек держит язык за зубами, чувствуя, что говорить не следует, но тут появляется добрый человек, который все и вываливает. Не исключено, что первого призовут к ответу за сокрытие информации.

Итак, *первый чувствует*, что говорить нельзя, тогда как *второй знает*, что если говорить *разрешено*, то сказать *нужно*. Один из таких видов **убийственного воздействия слов - это вынесение окончательного и бесповоротного заключения**. Заключение это может быть как положительным, так и отрицательным.

1. Для человека с современными взглядами одним из таких отрицательных заключений является диагноз рака. Он воспринимается как смертный приговор, хотя и не является таковым. Прозвучи он из уст святого, то произвел бы иное действие, но откуда им взяться, святым-то.

Своими словами святой не причиняет боли ни себе, ни другим. А хороший врач своими словами делает больно и пациенту, и самому себе. Если врач желает помочь своим пациентам, он должен культивировать в себе эгоизм, поскольку эгоист не причиняет боли себе в момент причинения ее ближнему. Вот и получается, что из всех врачей самыми большими жертвами своих пациентов становятся онкологи. Раковым больным, недовольным лечащим врачом, я обычно говорю следующее: как по-вашему, кто стал бы заниматься вашим лечением, если бы все онкологи сделались вдруг добрыми? Ведь они бы тогда умерли. Некоторые относятся к этим словам с пониманием.

2. О положительном заключении человеку сообщается с радостью, без мысли о последствиях. Когда ко мне обращается больной раком и сообщает, что все анализы указывают на отсутствие у него рака, я чувствую одно: этот человек вышел на финишную прямую своей жизни. От радости он ничего не видит и не слышит. Он не желает верить в плохое и не внемлет предостережениям.

Оптимистическое утешение вроде "Поверьте, все обойдется" иной человек воспринимает как положительное заключение и, будучи наивным, верит. У меня порой от ужаса волосы встают дыбом, когда я слышу, как раковый больной, отказавшийся от медицинской помощи, самодовольно заявляет: *"Ну да ничего. Как-нибудь обойдется. Другие же выкарабкиваются, выкарабкаюсь и я"*.

Прежде я из деликатности помалкивала, но теперь, набравшись опыта, грубо прерываю: *"Как это ничего? У вас же рак. Почему вы городите ерунду? Что за высокомерие? Почему недооцениваете опасность? Нельзя недооценивать плохое. Кто так делает, тому несдобровать"*. Я знаю, что причиняю человеку боль. Но лучше своевременные розги, чем смертельный удар когда-нибудь позже.

К сожалению, во многих случаях розги мало чему учат.

Пример из жизни.

У женщины развился асцит, который нередко является первым признаком запущенного рака яичника. Это подтвердил и анализ жидкости, извлеченной из брюшной полости. Женщине назначили химиотерапию, ибо операция исключалась. Между тем женщина начала работать над собой, и спустя несколько месяцев врачи изменили первоначальный диагноз. Они поверили в то, что чудо произошло благодаря химиотерапии. Операция прошла блестяще, как и послеоперационное лечение. Уже на второй день после операции женщина стала интересоваться, какие еще стрессы ей следует высвободить. Она выполняла все, что я ей предлагала, но не проявляла самостоятельности мышления.

Пациентка знала, что **рак яичника вызван героическими страданиями из-за мужа**. По ее собственному признанию, она всегда хотела сделать из мужа мужчину, однако все больше убеждалась в том, что тот останется ребенком до гробовой доски. *Ее приводила в отчаяние наивность мужа - отсюда и асцит*. Из-за переживаемого ею стыда она возненавидела лютой ненавистью ребячливость мужа. Она понимала, что нуждается именно в таком муже, потому что его простодушие и наивность уравновешивают чрезмерную серьезность и угрюмость ее собственного характера. Чем эмоциональнее вел себя муж, тем серьезнее держалась жена - ему в пику. Тем самым она надеялась *переделать* мужа. При всем при том оба они - люди с предельно развитым чувством общественного долга, образованные и авторитетные специалисты.

Зная, что для выздоровления следует дистанцироваться от источника болезни, женщина наладила свою жизнь таким образом, чтобы по возможности больше времени проводить в гостях у детей. На это время раздражитель находился вне поля зрения. Когда же они были вместе, муж старался ей не мешать, так как она очень интенсивно работала над собой. Муж был в курсе всего происходящего, но по наивности ни о чем ином не помышлял, кроме как о поиске чудодейственных лекарств. Из работы над собой у него ничего не получалось. Ему стало известно про то, что эстонские народные целители умеют готовить замечательные природные снадобья. Я поддержала его в поисках, будучи того же мнения. Когда люди созрели для лечения природными средствами, от последних бывает максимальная польза. Муж раздобыл превосходные травяные сборы и микстуры. Жена с благодарностью их приняла и стала применять.

И все же нет на свете силы более могучей, чем мысль человека. Перед нашими стрессами природа пасует.

Дети изо всех сил старались помочь матери, даже принялись за исправление своего умонастроения, осознав, что **для оказания помощи ближнему нужно в первую очередь работать над собой. Чтобы изменить ситуацию, нужно было измениться самим**, и они это сделали. **Особенно важно, чтобы переменялись близкие нам люди, ведь что бы ни служило причиной болезни, она так или иначе коренится в семье.**

Женщина стала поправляться.

И тут приходит роковое известие о том, что анализы в норме и что рака больше нет. На следующий день женщина прибегает



ко мне поделиться радостью. "*Наконец-то я снова заживу по-старому!*" - восклицала она. Мне словно вонзили в сердце нож, ведь я уже считала ее родной по духу. Еле слышно, едва ли не плача, спрашиваю: "*Вы хоть сами понимаете, о чем говорите? Разве не это ваши "по-старому" и явилось причиной вашей болезни?*" Она как будто и понимала, и не понимала. Понимание ослеплялось радостью. Мне стало ясно: женщина вышла на финишную прямую. Объяснять ей что-либо я была не в силах. Хорошо, что хоть так получилось.

Спустя две недели у женщины отказал пищеварительный тракт. Ее действия настолько зашли в тупик, что она уже не видела в них смысла. Из больницы она заторопилась домой, чтобы объявить радостную новость и наконец-то *наладить* свою жизнь. Веря в хорошее, она надеялась, что дома ее встретит мужчина ее грез, который удивит ее наведенным в доме порядком. А счастливый муж встретил ее по-своему - огромным букетом роз. Именно так он выразил свою радость. Разочарованию женщины не было предела. Она вовсе не желала, чтобы муж отнесся к ней с нежностью и лаской или чтобы носил на руках. Она надеялась, что муж наконец-то поведет себя как мужчина и что его мужское начало проявится во всем. Ребячливая доброта мужа раздражала ее из года в год все больше, а уж теперь и подавно.

Желание переделать ближнего всегда вредит органам брюшной полости. Чем сильнее это желание, тем больше урон, ибо невозможно переделать кого бы то ни было. Желание женщины переделать мужа в сексуальном отношении отрицательно сказывается на яичниках. Высокий показатель болезней яичников свидетельствует о том большом количестве женщин, которые стремятся переделать мужей. У мужчин заболевания семенников происходят значительно реже. Это означает, что мужчины гораздо более удовлетворены женами в сексуальном отношении.

Открытое выражение неудовлетворенности чревато неприятностями вплоть до развода, зато дает партнеру возможность перемениться. Молчаливое ожидание, надежды, мечты и вера в то, что супруг сам догадается себя переделать, такой возможности не дают, потому что человек, не зная про отношение партнера, полагает, что все в порядке. Наивный человек не ощущает неладного. При нем можно ворчать и бурчать - он не воспримет это на свой счет. Партнер разочаровывается и ожесточается, а тот сияет от радости.

Разочарованность - это стресс, воздействующий на почки, так как нарушается обмен жидкости и минеральных веществ. **Непомерное отчаяние и разочарование сообща блокируют III чакру** в такой степени, что организм не принимает даже жидкости, вводимой венозно. Так произошло и с данной женщиной. Смена обстановки перестала помогать. Когда умирает надежда, человек не желает больше жить "подобной" жизнью, а другой взять неоткуда.

Утрата смысла жизни непосредственно перед кончиной позволяет человеку уйти без агонии. Как-то вечером женщина легла спать и, не причиняя никому беспокойства, отошла в мир иной. За один только год она усвоила то, чего не могла усвоить за всю свою жизнь.

Наивная вера и надежда изнуряют человека. Человек - духовное создание - есть любовь. Физическим соответствием любви является кровь. Наивная вера и надежда истощают кровь человека, она густеет и застаивается в капиллярах. По сути дела таковым является финал любой болезни. **Степень изнурения выражается степенью трупного окоченения.** У святых трупного окоченения не бывает. Их мышцы и при смерти не теряют эластичности.

Чем сильнее умирающий страшится смерти, тем в большей мере смерть для него - это конец всего и тем сильнее у него будет трупное окоченение. Для святого же смерть - это продолжение вечной жизни в иной ипостаси. Если умирает обыкновенный человек и трупного окоченения не происходит либо оно происходит позже и в незначительной мере, это означает, что человек жил по законам природы. Он верил и, даже будучи мертвым, продолжает верить в вечную жизнь.

### **Смысл бытия**

В какой-то миг я вдруг осознала, что **любовь** и **любить** представляют собой совершенно разные энергии. Я поняла, что нужно проводить четкое различие между ожиданием как состоянием и ожиданием как процессом, между надеждой как состоянием и надеждой как процессом, между мечтой и мечтанием, между тоской по чему-либо и тоскованием, между верой как состоянием и верой как процессом. В эстонском языке эти парные понятия обозначаются разными, хоть и однокоренными, словами. Понятие процесса выражается отглагольным существительным, что в целом ряде случаев, как мы видели, нехарактерно для русского языка.

Я стала прислушиваться к тому, как эти слова употребляются эстонцами в речи. Оказалось, что они сами не понимают глубинного смысла произносимых ими слов. Говорят одно, а подразумевают другое и не замечают, что вводят в заблуждение и себя, и окружающих. Ранее я обратила внимание на то, что в финском языке отсутствует отглагольное существительное, которое соответствовало бы понятию "стыд". В финском это понятие выражено иным словом, образованным от иной основы. В эстонском же эти понятия выражаются почти одинаково, и эти слова даже как будто взаимозаменяемы, из-за чего мы, эстонцы, постоянно их смешиваем. Язык народа выражает чувства и представления этого народа. Вместе с тем филология развивается как бы особняком. Приведенные в словарях соответствия подчас заключают в себе противоречащие друг другу философские понятия. Можно сказать, что словари являются зеркальным отражением материалистического мировоззрения, исключающего основную духовную сущность жизни. Поэтому словари нужно читать *с чувством*, как и всякую другую книгу.

Когда я читаю перевод, то сразу ощущаю, если что-то не так. Сопоставляя перевод с оригиналом, я ни в чем не могу упрекнуть переводчика - словари подтверждают правильность перевода. В процессе поиска смысла стрессов я на себе испытала, что если чувство не состыкуется со знаниями, нужно не терять надежды, а докапываться до смысла, пока он не отыщется. Следует осознать, что чувство, которое не дает покоя, хочет научить тебя чему-то, в чем ты нуждаешься. Нужно попросить, чтобы оно тебя научило.

Любое чувство, знание, мысль, слово или поступок - это живая энергия, которая начинает общаться с тобой, если ты начинаешь общаться с ней. Она - тот же Бог. Фактически Бог общается с тобой не переставая, но ты этого не понимаешь, покуда не вступаешь с ним в контакт.

Не раз я, тяжело вздыхая, цитировала следующие строки из эпоса "Калевипоэг" ("Сын Калева"):

Будь на все моя бы воля,

Знал бы, как мне быть, что делать.

И лишь гораздо позже до меня дошел смысл этих слов: сначала будь, а потом делай. Кого нет, тот не делает. Чаще же бывает так: быть не умеют, а делать, по крайней мере думают, что умеют. Действия эти предпринимаются ради самих действий, чтобы спастись от себя и окружающих. Счастья от этого нет и не будет. Это все равно, что зарыть, подобно страусу, голову в песок и *верить*, что это спасет.

Желая внести ясность в путаницу, то и дело возникающую с понятиями, я обратила вдруг внимание на схожесть повторяющихся моментов. И тогда я поймала себя на мысли, что любовь как состояние и любовь как процесс - понятия, имеющие разный глубинный смысл. Сосредоточившись на них, я поняла, насколько они различаются. Попробуйте и вы! Сосредоточьтесь и повторяйте про себя по нескольку раз слово "любовь" сначала в одном значении, а затем в другом, и сопоставьте ощущения, возникшие в первом и во втором случае.

Чем больше люди спешат, тем лаконичней они говорят и пишут. Спокойные, неторопливые рассуждения расцениваются как пустая трата времени, переливание из пустого в порожнее, философствование. Для обмена информацией достаточно коротенькой реплики, состоящей из нескольких букв, например: "У него СПИД". Оправдание звучит просто: ведь всем известно, что это такое. На деле же всем известно лишь одно: это неизлечимая болезнь. Чтобы люди осознали суть дела, следовало бы построить сообщение примерно так: "*У него синдром иммунодефицита - неординарная реакция организма на воздействие внешней среды. Происходит это от того, что человеку не хватает чего-то очень нужного, из-за чего он страдает так сильно, что вынужден умереть*". Эти слова, произнесенные спокойным тоном, прозвучат по-новому даже для ученых, давших болезни это название. Ведь в каждом слове таится духовный смысл, который раскрывается постепенно, в соответствии с готовностью ищущего человека. Ученый и тот может внезапно прийти к мысли, что **отсутствие любви лекарством не заменишь**.

Суть дела затемняется также использованием иностранных слов. Мало кто *ощущает* значение слова иностранного происхождения. Если в вас сейчас возникло чувство протеста, это знак того, что и вы сами частенько употребляете заимствования, *не ощущая* их глубинного смысла. Много, слишком много развелось *умничающих* людей, сыплющих иностранными словами направо и налево, чтобы доказать свое превосходство. Иностранные слова нужно знать, но гораздо важнее их прочувствовать. Обширные познания счастья не приносят. Счастье приносит прочувствование.

Кто *боится потревожить спешащих людей*, тот попадает на крючок спешки. Это произошло и со мной. На первых порах к любому духовному желанию я прибавляла слово "наивный": наивное ожидание, наивная надежда, наивная тоска по чему-то, наивная вера. Вскоре я ощутила, что точнее было бы сказать: ожидание чего-то от ближних, надежда на ближних, мечты о ближних, тоска по чему-то, что могут дать ближние, вера в ближних. Позже я внесла новые коррективы: наивные ожидание, надежда, мечта, тоска и вера. Так оно красивее, лаконичнее, корректнее. Все так, но обратили ли вы внимание на то, что понятия утратили свое значение? Хлоп-хлоп-хлоп - захлопали ресницы, когда вы пробежали глазами по словам, и в душе ничего не отозвалось. В угоду корректности пришлось пожертвовать ясностью значения. Так мы поступаем всегда и повсюду. А потом и сами уже ни в чем не можем разобраться.

В спешке мы не только не обращаем внимания на словесное оформление мысли, но и глотаем части слов, в начале ли, в конце ли, не сознавая того, что у каждой буквы есть своя энергия, составляющая слово, которое имеет смысл. Что касается слов в предыдущем абзаце, смысл их в том, чтобы подвинуть человека к действию. Давай, говорят эти слова. Сделай что-нибудь, а не жди, что кто-то за тебя пошевелится.

**Все слова содержат в себе назидательный смысл, относящийся к бытию, деяниям и движению вперед.**

**Будь!**

Будь Любовью, но не возгордись от этого. Будь Любовью и люби! Это и есть движение.

Будь Ожиданием, которое если чего и ждет, то лишь подходящего момента, чтобы двинуться в нужном направлении.

Будь Надеждой, но не надейся, что счастье где-то вдалеке. Ищи его в себе.

Будь Мечтой, но не замыкайся в себе. Осуществи свою мечту.

Будь Тоской, но не тоскуй, ничего не делая, по далекому прекрасному. Шагай ему навстречу.

Будь Верой и верь в себя, но не забывай проверять, истинна ли твоя вера.

Будь таким, какой есть!

Будь страхом, если в тебе засел страх, и, вероятно, почувствуешь, что это не совсем ты.

Будь виной, если в тебе сидит чувство вины, и, вероятно, поймешь, что ошибся в своей оценке.

Будь злобой, если в тебе засела злоба, и, вероятно, почувствуешь, что это лишь груз у тебя на душе.

Всякое известие, сообщенное второпях, исключает постижение сути информации. Если получатель информации настраивается на одну волну с источником информации, он неправильно ее понимает и, как правило, страдает. Не страдает только в том случае, если умеет быть самим собой.

Пример из жизни.

Можно сказать, что из-за такой информации я совершенно неожиданно для себя оказалась участником похода по болотистой

местности. Хорошо хоть - сообразила обуться в резиновые сапоги, а оделась не по погоде. Собралась на авось - не хотелось отставать от знакомой компании.

На десятой минуте - а нам предстоял пятикилометровый бросок, - словно испытывая меня на прочность, налетел холодный ветер и начался проливной дождь. Так как я очень легко простужаюсь, промокнуть означало заработать верную простуду, а это нарушило бы мои планы на следующую неделю. Мне было важно не заболеть.

Если не умеешь решить проблему, нужно дать проблеме решиться самой. Поскольку же высвободить из себя ситуацию во всеобщей суматохе было трудно, следовало придумать что-то иное. И я стала думать: для кого дождь - это не плохо? Для кого дождь - хорошо? И сообразила: дождь не считает плохим лишь сам дождь. В этом я была уверена на все сто процентов. Для дождя дождь - это самое естественное состояние. Значит, мне нужно стать дождем.

Я стала говорить себе: я - дождь. Старалась осознанно избегать самовнушения, ибо это - самообман. Мне не мешало знание того, что я не дождь. Я знаю, что в нормальном человеке, как и в Боге, воплощено все сущее. Дождь - это частица сущего, поэтому я старалась его прочувствовать и через это с ним отождествиться. Чувства определяют все. Если я - это происходящее в данный момент природное явление, это не означает, что я перестала быть всем сущим.

Как ни странно, прочувствовать дождь мне удалось за пару минут. И вот я уже ощущала себя дождем. Меня перестала беспокоить промокшая насквозь одежда. Я чувствовала, как холодный дождь стекает по телу теплыми струйками - не холоднее, чем температура моего тела. Неприятная местность с ее болотными лужицами и водяными оконцами стала для меня вдруг интереснейшим местом, где я совершила небывалое открытие. Через час дождь прекратился, но зато усилился ветер. Мои спутники посинели от холода. Тогда я сказала себе: я - холодный ветер. В следующую минуту я перестала ощущать холод. Когда мы достигли леса, ветер унялся, зато стала донимать противная сырость от прилипшей к телу мокрой одежды. Я сказала себе: я - сырость. И почувствовала себя прекрасно.

Я верю, что человек был бы в состоянии моментально решать свои проблемы, если бы умел сливаться воедино с явлениями природы, с природными элементами. Есть пять природных элементов: дерево, огонь, земля, металл и вода. Каждый из них вызывает в человеке в каждый данный момент разные чувства. Если научиться единению с природными элементами, то мы перестанем называть возникшее чувство хорошим или плохим. Проще ли такой способ уравнивания, чем высвобождение стрессов, пусть каждый решает сам.

Поскольку все болезни состоят из существующих в природе элементов, неплохо было бы научиться единению с ними. Для упрощения этой задачи скажу лишь: не спешите.

Спешка сводит на нет всякую учебу.

Пословица гласит: **спешка нужна только при ловле блох.**

Во всем остальном самое важное - любовь. Чтобы любить, нужно дать себе время.

Когда человек, живущий ради других, достигает критической черты, за которой у него совершенно не остается времени для себя, он старается экономить время. До места назначения добираться не *пешком*, а на *транспорте*. Вскоре он уже не *едет*, а *летит*, радуясь тому, что выкроенное время сможет посвятить себе. Фактически же он тратит выкроенное время на себя для того, чтобы **быть в форме для других**. Чем больше у него не хватает времени, тем сильнее им недовольны те, на кого он время тратит - к кому летит прожить за них их собственную жизнь. В итоге его иллюзии разбиваются вдребезги. Это не означает, будто хороший человек прекращает делать добро другим. Если он желает доказать свою положительность, он будет суетиться до тех пор, пока не убедится в бессмысленности подобной деятельности. И тогда рождается нежелание.

### **Сила воздействия**

**Чем больше в человеке нагнетено стрессов, тем больше воздействия он оказывает.** Он воздействует на окружающих, подобно источнику излучения: кто к нему ближе, тот получает дозу побольше. Большинство людей этого не осознают, что не мешает им получать удовольствие от своей собственной способности воздействовать на ближних. В каждом из нас живет *желание, чтобы люди стали такими, как я хочу*, а также *желание, чтобы люди делали то, что я хочу*. Если человек не желает уподобляться властному тирану, если он от всей души желает стать лучше, то свои желания он не высказывает вслух. Зато его **скромные желания воздействуют, словно кусочек урана в нагрудном кармане**. Не видно, не слышно, а сражает наповал.

Подобными кусочками урана мы являемся прежде всего для самых близких людей. Мы полагаем, что если мы - люди хорошие, спокойные, скромные, застенчивые, непривередливые, без претензий, то все в порядке. Чем дольше мы так считаем, тем незаметнее увязаем в житейской трясине. Выбраться оттуда для многих уже невозможно из-за отчаяния, разочарования и ожесточения. Итак, самой большой проблемой для человека является он сам. Видя в ближнем себя, мы полагаем, что проблема в ближнем.

Потому-то для **женщин самой большой проблемой являются мужчины, а для мужчин - женщины**. Попробуем разобраться. Независимо от пола, мы прежде всего - люди, и потому для нас важнее всего духовный рост. Вместе с тем каждый растет в своем темпе. **На своем пути все люди сталкиваются либо с большими, либо с малыми препятствиями, тормозящими их движение, из-за чего взгляды на жизнь у всех разные.** Теория мирного сосуществования учит толерантности. Толерантность означает терпимость, уживчивость. В то же время кто проявляет терпимость, тот и заболевает. Потому и всякое новое начинание заканчивается выводом: если все были бы равны, то все были бы счастливы. Отсюда и стремление изменить законы природы, стремление вырастить или воспитать всех одинаково хорошими.

Чем *ребячливей хороший человек*, тем *сильнее* он желает *поучать*.

Чем *богаче у хорошего человека* жизненный опыт, тем *сильнее* он желает *воспитывать*.

Все мы являемся подобными учителями и наставниками, но сами, как правило, на этом не учимся и не растем. Чрезмерные поучения превращаются в воспитание. Воспитание моментально сводит человека к его телу, а жизнь - к ее материальной стороне. **Начало и интенсивность процесса воспитания определяют начало и конец замедления, задержки и прекращения духовного роста.** Это - моменты, когда начинаются *душевные или психические заболевания*. Особенно негативно воспитание сказывается на сыновьях. Мать, которая воспитывает сына, передает эстафетную палочку невестке, даже если не желает, чтобы та воспитывала ее сына. Невестка принимает эстафетную палочку, даже если свекровь ей глубоко антипатична. Все женщины солидарны в одном: мужчин нужно воспитывать. Если и находится такая, которая не желает воспитывать мужа, выступать при нем в роли матери, то к этому, пусть неосознанно, подталкивает ее сам муж - так он привык. А что он станет сопротивляться - это тема отдельного разговора.

Чем больше человека воспитывают, тем сильнее в нем подавляется инициативность. Обладая же знаниями, он пускает их в ход, чтобы доказать свою способность проявлять инициативу, и ему удается всех обмануть. Подчас и самого себя, особенно если он - специалист узкого профиля. Цепляясь за то, что он знает и умеет, он будет доказывать, что больше ему ничего не надо. Поскольку в современном обществе превосходство над окружающими принято доказывать узкой специализацией, то душа у человека как будто должна быть спокойна. Но беспокойно у него на душе, потому что, занимаясь с утра до вечера, и так из года в год, делом, приносящим удовлетворение, человек не понимает, почему он этим делом занимается. Он не извлекает духовного урока из земной работы. Если он только не идиот, на душе у него беспокойно - ему не дает покоя чувство вины перед жизнью. Работа ради работы не дает человеку расти. Если он жертвует ради работы всем остальным, у него притупляются чувства, и человек становится автоматом - эгоистом.

У мужчин превращение в автомат происходит быстро. **Женщины сразу замечают, если у мужа притупляются чувства, и живо на это реагируют, ибо на женщинах лежит ответственность за сохранение в человеке человеческих качеств.** Мужчины этого не понимают, так как считают, что чем меньше эмоций, тем спокойней жить. Как вы считаете, у святого меньше эмоций? Нет. У него их больше, но он старается, чтобы они были поменьше. Чем больше колебаний энергии при их малой амплитуде, то есть испытываемых человеком эмоций, тем выше его способность к творчеству. О больших художниках и композиторах говорят: у него удивительно **тонкая натура**. О человеке же, пробивающем дорогу силой, говорят: **топорная работа**.

У женщин, как правило, натура более тонкая, чем у мужчин. Когда женщина ощущает, что у мужа исчезли эмоции - провалились в трясины, словно позолоченные от солнца вершины горной гряды, - она впадает в панику и бросается мужа спасать. Уставший от воспитания муж воспринимает всякую акцию по своему спасению как очередной воспитательный маневр, бессмысленный и напрасный. Человек, уставший духовно, не желает даже мозгами пошевелить, не говоря уже обо всем остальном. Если ей так хочется, пусть себе делает, он ничего против не имеет.

В современном обществе появилось множество молодых людей, духовно утомленных от воспитания, и их становится все больше. Им свойственно **отсутствие интереса к чему-либо**, даже к тому, что их прежде интересовало. Они шляются бесцельно, где попало, и делают, что взбредет в голову. Родители, мечтающие о прекрасном будущем для своих детей, нанимают им репетиторов, переводят в другую школу, спасая от дурного влияния сверстников, но ничего не меняется. Ребенок, в целом неплохой и умный, не поддается никакому воспитанию. Если его кто-то охомукает, сделав из него семейного человека, то он полностью пренебрегает воспитанием собственных детей либо ведет себя столь авторитарно, что с ним становится невозможно жить.

*Закон жизни гласит, что если один человек желает воспитывать, то другой не желает, чтобы его воспитывали.*

Чем лучше воспитатель, тем хуже воспитуемый. Чем лучше учитель, тем хуже ученик. Чем лучше врач, тем хуже пациент. А все потому, что излишняя активность одного провоцирует излишнюю пассивность другого.

Проблема, заключенная в самом человеке, перерастает в проблему межличностных отношений, что нагляднее всего, острее всего и безжалостнее всего проявляется в семье. Иностранное слово "проблема" на обычном языке означает "вопрос, требующий решения". Обратите внимание - ВОПРОС! В большинстве своем без решения остаются духовные вопросы, так как для их решения нет времени.

**Если у одних времени нет, а у других времени с избытком**, то коллектив расшатывается.

**Если времени нет ни у кого**, в коллективе воцаряется гнетущая атмосфера беспросветности.

**Если же времени у всех с избытком**, коллектив вступает на скользкий путь.

Иностранное слово "коллектив" обозначает группу людей любой численности, объединяемую общностью интересов. Самый малочисленный, но зато наиболее жизненно важный коллектив - это семья, священный союз женщины и мужчины.

Опасаясь вступить на скользкий путь, человек призывает всех, в том числе себя, супруга, детей, близких, использовать время с пользой, покуда сам не превращается в автомат. Человек-машина перестает думать о времени. Он живет в своем мирке, и до домочадцев ему нет дела. *Он уже не воспитуемый и не воспитатель. Ему кажется, что проблема им решена.* Поэтому давайте не забывать о перспективах, когда возникает желание кого-либо воспитывать. Лучше будем использовать это время для высвобождения воспитания как стресса. Мы почувствуем, как растем духовно. А если у кого-то из нас рост ниже нормы, не исключено, что тот станет расти и физически.

Энергия воспитания страшна потому, что ни воспитатель, ни воспитуемый не способны понять того, что, рассказав откровенно про свою проблему близким, им самим станет легче, да и близким будет легче это попятить и с этим считаться. *Держа проблему в себе, человек замалчивает ее сперва перед окружающими, а позже и перед самим собой, пока не приходит час, когда*

он может покаяться, положив руку на сердце, что никакая это не проблема. Если на первых порах человек еще надеется, что ближний и сам когда-нибудь все поймет, то позже ему становится безразлично. Замалчивание - это наиболее болезненный прием в воспитании, культивирующий исключительно эгоизм. Несмотря на это, жизнь не состоит только лишь из желаний и знаний, обретения и удержания в своих руках.

**Жизнь - это потребность, и у жизни есть свои потребности.**

**Жизнь - это любовь, и у любви есть потребность расти и развиваться.**

**Любовь растет и развивается любя, в том числе и физически.**

Ожидание лучших времен либо лучших партнеров для любви заканчивается тем, что в один прекрасный день время иссякает. Из-за долгих лет, потраченных на бесплодное служение цели, болит душа и болеет тело. Все сильнее и сильнее. Время упущено. А между тем время есть и было всегда. К сожалению, человек, который спешит, об этом даже не подозревает.

**Любовь от этого становится рабыней цели.**

**Человек же становится рабом любви.**

**Надежда любить и быть любимым все чаще остается лишь мечтой.**

Если неженатые и незамужние еще судорожно ищут счастье, то люди семейные терзаются отчаянием, ощущая, что счастье уплывает из рук. Цепляясь за догматические представления, переходящие из поколения в поколение (все равно женщинам не дано понять мужчин, и мужчинам не дано понять женщин), они ни за что не станут обсуждать это с партнером. Существующее положение вещей воспринимается ими материально - как данность, которую не изменишь. При таком отношении обмен мнениями обречен на неудачу.

Отношение к любви как *состоянию* у всех людей одинаковое, а к любви как *процессу* - совершенно разное. Было бы неверно подразделять любовь-процесс на две разновидности - женскую и мужскую. **В любви-процессе каждый человек уникален, ибо уникален его житейский опыт.** Человек может обладать высшей степенью житейской мудрости в любви-процессе, мудрости, приобретенной им в ходе реинкарнаций, но эта мудрость впадает в летаргический сон и не реализуется, если партнер стыдится любви, поскольку находится в плену у догм, унаследованных от предшествующих поколений.

**Люди стыдятся любить,**

**стыдятся говорить о любви-процессе,**

**стыдятся даже думать об этом.**

Если человек не стыдится говорить о любви, то *стыдливый собеседник самым бесстыдным образом передает его слова* именно тем, кому не следовало бы об этом говорить. Невольным свидетелем делается *стыдно за подобное осквернение любви*, и они замыкают уста. Любовь становится фигурой умолчания, человек же не понимает, что именно в этой ситуации следует завести с любимым человеком разговор о любви. Почему? Потому что это оживляет эмоции, разжигает страсть, пробуждает угасшие чувства. Человек, испытывающий замешательство, находит выход: вместо того чтобы откликнуться на любовь, он делает вид, будто есть более важные дела. Зачастую дела эти выдумываются, чтобы только избежать разговора на такую неловкую тему, как любовь. Человек надеется, что проблема решится сама собой.

Люди не понимают, что деликатность не решает семейной проблемы, а усугубляет ее. Деликатностью мы держим на расстоянии чужого человека, но не его проблему. С родными же отношения иные - на то они и родные, чтобы быть опорой, когда я в этом нуждаюсь, и чтобы я сам был опорой, когда в опоре нуждаются они. Чем люди роднее, тем более похожи их житейские уроки.

*Когда люди сообща учатся, набираются ума, они породняются*, даже если корни у них разные.

*Когда люди сообща воспитывают, они разобщаются.* Корни при этом остаются общими.

Игра в счастливую супружескую чету может завершиться тем, что один либо оба супруга согласны скорее умереть, лишь бы избежать позора развода. Так *желание стать свободным* может оказаться роковым. И уже не так важно, в результате какой именно болезни либо несчастного случая данная цель достигается. На том свете скорее всего, поймут, что человек хотел избавиться не от жизни и не от супруга, а от собственного неумения быть собой и любить. *Избавиться* от этого неумения можно, лишь отправившись на тот свет.

Белый человек - раб своей любви, постоянно доказывающий, что он свободен. Самый надежный способ **избежать стыда за рабское подчинение любви** - игра в молчанку, однако проблемы это не снимает. В качестве примера можно привести эстонских мужчин, хотя проблема эта касается всех белых мужчин. **Чем больше женщина говорит, тем больше мужчина помалкивает.** Поскольку умным белым женщинам *стыдно выклянчивать любовь*, то и они все больше помалкивают. Если и говорят с мужем, то о всякой чепухе - главное, не касаться наиболее болезней темы. Со стеной ведь подолгу говорить не будешь. Вот и приходится мужу и детям узнавать со стороны про то, про что им меньше всего хотелось бы услышать. Скандалы лишь подливают масла в огонь - ведь если женщина хочет жить, должна же она делиться с кем-то своими переживаниями. И она делится с теми, кто готов ее выслушать.

Стыд из-за позора рождает бесстыдство - и вот уже не стыдно перед чужими. Бесстыдство притягивает бесстыдство, и появляется некто, предлагающий себя в замену супруга. Предложение нередко принимается. **Стыд потребовать от мужа, чтобы он любил ее, свою жену**, незаметно перерастает в тоску по человеку, который ее полюбил бы. И такой человек появляется. Позже выясняется, что это не то, что нужно. От отношений, о которых мечталось и грезились, человек ожидает чуда. Жаждет чуда всей душой, хоть и знает, что это - самообман. Тем самым он навлекает на себя душевные и физические страдания, так как **безответная любовь лишает разума**. Некоторые считают, что случайная связь на стороне лучше супружеского ярма

хотя бы потому, что случайный партнер не лжет - не заверяет в своей любви.

Наивысшее чувство вины возникает у того, кто грешит в мыслях. А у человека, который грешит на деле, чувство вины гораздо меньше. Он знает, что наказан по заслугам, потому что виноват. Кто не строит проблемы из вины, у того чувство вины отсутствует. Чувство вины усиливает комплекс неполноценности и заставляет унижаться. Нередко бывает, что **жена принижает себя перед мужем, чтобы мужа возвысить. В то же время муж принижает себя перед женой, чтобы ее возвысить**, чтобы искупить свою несуществующую вину. Когда дело доходит до крайности, назревает кризисная ситуация, аналогичная восстанию рабов. По сути же междоусобная война между рабами происходит оттого, что они не вступили в переговоры друг с другом - вначале не посмели, позже не сумели, а в конце не захотели.

**Выразителем восстания рабов любви является возникновение на теле гнойных прыщей, язв либо общего гнойного воспаления - сепсиса.** Если это происходит одновременно у обоих супругов, врачи, естественно, подозревают инфекцию. Фактически же это означает, что замкнувшиеся в себе и не доверяющие друг другу супруги дошли в своем принижении до критической черты. Они оба скромно ждали, надеялись, мечтали, тосковали и верили, подобно рабам, что второй супруг раскроется, а теперь испытывают отчаяние, разочарование, горечь.

**Острый, отчаянный стыд за свою бессмысленную любовь вызывает сепсис.**

**Острое, стыдливое отчаяние из-за своей бессмысленной любви ведет к лейкемии.**

При сепсисе, именуемом в быту заражением крови, из-за резкого увеличения количества белых кровяных телец в крови появляется гной. Сепсис характеризуется резкими повышением и спадом температуры. **Повышение температуры тела указывает на то, что человек борется.** Чем резче повышение, тем ожесточенней борьба. **Резкий спад температуры тела свидетельствует о том, что человек признал себя побежденным**, увяз в трясине безысходности, чувства вины и стыда. Чем сильнее и резче повышается температура, тем выше содержание лейкоцитов в крови. Гной - это не что иное, как мертвые тела лейкоцитов, защищавших организм от вредного фактора и погибших в схватке.

**Лейкемия, лейкоз, а в народе - рак крови, начинается так же, как и сепсис.** Вот только на начальной стадии ему обычно дают название какой-нибудь другой болезни, сопровождающейся повышением температуры. Все злокачественные процессы происходят из-за героических переживаний за свой стыд. Если героический страдалец стыдится бороться, он подавляет в себе отчаяние, из-за чего высокая температура относительно скоро спадает. Такое мнимое улучшение вводит в заблуждение как врачей, так и пациентов. Истина выявляется, когда в ходе затянувшегося выздоровления в крови обнаруживается лейкоцитоз - повышенное содержание лейкоцитов.

**Эритроциты (красные кровяные клетки) являют собой женскую любовь.**

**Лейкоциты (белые кровяные клетки) являют собой мужскую любовь.**

**Проблемы с кровью выражают проблемы (вопросы, требующие решения) любви-состояния (не любви-процесса).**

Человеческая кровь (любовь) состоит из женской любви (мать, жена, женщины вообще) и мужской любви (отец, муж, мужчины вообще). У кого проблемы с красными кровяными клетками, у того проблемы с любовью матери, жены или женщин. У кого проблемы с белыми кровяными клетками, у того проблемы с любовью отца, мужа либо мужчин. Все болезни рано или поздно отражаются также и на состоянии крови. Иными словами, как ни скрывай свои проблемы, в конце концов поймешь, что связаны они с любовью.

Кто **борется за любовь по-женски**, у того **резко повышается количество красных кровяных клеток.**

Кто **борется за любовь по-мужски**, у того **резко повышается количество белых кровяных клеток.**

**ИЗ-ЗА НЕСПОСОБНОСТИ РАЗОБРАТЬСЯ  
В СЕБЕ, НО СПОСОБНОСТИ ЗАМЕЧАТЬ  
ЧУЖИЕ НЕДОСТАТКИ, СУПРУЖЕСТВО  
СТАНОВИТСЯ САМОЙ БОЛЬШОЙ  
ПРЕГРАДОЙ ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО РОСТА.**

Оказываясь в состоянии кризиса, женщины начинают ощущать, что нужно что-то делать. Нетрудно догадаться, что женщина, мало-мальски любящая своего мужа, постарается сильнее его полюбить. И с этим она бы справилась, поскольку женщина способна подарить мужу рай. Ведь женщина - созидатель рая любви. Однако она все чаще натывается на холодную стену - муж не принимает ее любви. Ибо муж, *ушедший с головой в собственное творческое созидание*, не способен ответить жене тем же. Мужчина ведь созидает всего лишь материальный мир.

Что происходит с мужчинами? Куда подевались идеальные мужчины из романов, уверенные в себе и способные любить? Их поглотила трясина воспитания и распекаания - больше деваться им некуда. Они погрязли в материальности - ведь необходимо же им самоутвердиться и оправдать свое существование - и перестали быть для семьи живительным духом. Они заняли позицию самообороны и не желают ничего видеть и слышать, ибо боятся нескончаемых женских желаний. И они правы.

Заоблачные желания женщин воистину бесконечны, как само небо, хотя и возможны, как и любовь. Если бы только мужчины не относились к женским желаниям как к обязанности, которую они самозабвенно исполняют на первых порах, желая проявить себя с хорошей стороны. Позже они начинают протестовать, так как одно желание тянет за собой другое. Нереальным женским желаниям следует сразу говорить "нет". Женщина, которая хочет, чтобы муж доказал ей свою любовь, призадумалась бы, если муж сумел бы произнести следующие слова: *"Это невозможно в принципе, так как любовь - это чувство, а доказательство - деятельность. В первом случае речь идет о духовной энергии, во втором же - о земной"*. К сожалению, ни одна из сторон не понимает ни собственных желаний, ни желаний партнера.

**Мужская энергия - это дух, она же уравновешенная Любовь.**

**Женская энергия - это душа, она же неуравновешенная Любовь.** Необходимо это учитывать, ибо природу переделать невозможно.

Не будь души, не было бы духовного роста.

Не будь женщины, мужчина перестал бы расти.

Не будь духа, не было бы и души.

Не будь мужчины, не было бы и женщины.

Не бывает мужчины без души, как не бывает женщины без духа.

Духовный рост человека происходит путем уравновешивания эмоций.

Кто *желает* жить в *полном* покое, тот желает жить без души, но это уже не жизнь. Мужчина, который желает жить, цепляется за женщину и провоцирует ее на эмоции, ибо от духовной смерти его могут спасти лишь женские эмоции. Не понимая своей роли, мужчина еще более замыкается в себе, и эмоции женщины натываются на глухую стену бесчувственности, покуда не притупляются. Два живых человека постепенно превращаются в мумии, живущие бок о бок и движущиеся, как тени. Их связывают лишь общие материальные интересы. Живут они не любовью, а осознанием цели.

Женщине, горячо любящей своего мужа, хотелось бы, чтобы он раскрыл ей свою душу. Но погрязший в делах белый мужчина похож на выжатый лимон. Стараясь помочь таким женщинам, я поняла, что бывают ситуации, когда невозможно что-либо сделать, даже если на консультацию женщина приходит вместе с мужем. Женщине плохо, но чем дальше я разъясняю ситуацию, тем больше муж замыкается в себе. Объяснения до него не доходят. Он пришел вместе с женой, потому что она больна, однако слова мои адресованы обоим, ведь говорю я об общечеловеческих проблемах. Муж даже не ощущает, насколько он отгораживается от происходящего. У него перестают работать мысли. Человек слушает, но не слышит. Любой разговор об ошибках воспринимается им как личное обвинение, ибо иного ему не доводилось слышать с самого детства.

Женщин охватывает отчаяние: как это муж ничего не понимает? Точно так же недоумевают и мужчины: как это жена ничего не понимает? Я стала лучше разбираться в этом вопросе, когда осознала силу воздействия, оказываемую чрезмерным воспитанием и чрезмерным распеканием. Говорила раньше и подчеркиваю снова: **если вы не понимаете, почему близкий человек не понимает, то это прежде всего ваша проблема.** Не будь ваш мозг заблокирован страхами, чувством долга, желанием стать лучше, иллюзиями и многими другими стрессами, вы поняли бы и себя, и близких. В том числе и представителя такого непонятного противоположного пола. Если же вы отчаявшись пытаетесь спасти то, что спасти еще возможно, вы только губите все дело. Ведь все беды идут от отчаяния.

Если операцию по спасению начать, предварительно успокоившись, вы поймете, что речь идет не о спасении. Речь идет о разрешении ситуации. На ум сами собой придут нужные слова. САМИ СОБОЙ - вдумайтесь в значение этих слов.

Воспитание пригвождает человека к материальному миру. Чем решительней происходит воспитание, тем в большей мере оно отменяет все, что не относится к материальному. Особенно сковывающе воспитание воздействует на мужчин, поскольку их деяния поддаются материальной проверке. Если ни в чем не провинившаяся девочка произносит в самооправдание: "Я замечталась", воспитатель сердится. Если эти же слова произносит мальчик, воспитатель приходит в ярость. Если девочка говорит, что она задумалась, это воспринимается как чудо из чудес. Если то же говорит мальчик, это вызывает раздражение: что тут думать - надо дело делать. Воспитатели ждут от мужчин немедленных действий и немедленного результата, так как от этого зависит сила их любви (хотя речь идет не о любви-процессе).

**Желание, чтобы меня любили,** - это стресс, свойственный и женщинам, и мужчинам, но применительно к сделавшимся бесчувственными мужчинам он тут же принимает материальные измерения. Чем больший урон наносится воспитанием мужскому миру чувств, тем менее мужчина способен угадывать женские желания, если только женщина не говорит сама, что именно делать и как. Сидящий в мужчине испуганный мальчишка тут же вскакивает и бросается исполнять то, что велено, исполнять быстро и прилежно. То есть исполнять все материальное, чего хочет жена и что нужно самому мужу. На большее у него не хватает сообразительности. Ни ласкам, ни нежности, ни любви он не обучен. Он стыдится проявлять нежные чувства и вообще эмоции и тем больше стыдится, чем в более интеллигентном духе он воспитан.

Мужчина, в котором таится мальчишка, выполняет все точно по инструкции, в отличие от маленьких девочек: те сначала ломают вещь, а затем пугаются - ах-ох, не знаю, почему сломалась. Сидящий в мужчине ребенок цепляется за инструкцию не из любви, а из страха оказаться без вины виноватым либо из желания доказать, что никакой он не ребенок, играющий со сверхсложной дорогостоящей аппаратурой, как с плюшевым мишкой. В нашем так называемом развитом мире сложилось представление, будто настоящий мужчина - это поигрывающий бицепсами "мачо", который не перестает бороться за любовь. Это так волнующе, так сексуально! Не осталось такой вещи, которую не называли бы сексуальной. Желая заполучить в мужа настоящего мужчину, женщины получают такого, кто вынужден пребывать в неослабном напряжении, чтобы самоутвердиться.

Мужчина с незадавшейся жизнью наставляет сына: парень, **научись разбираться в женщинах, тогда будешь знать, как с ними обращаться.** Имеются и инструкции по обращению с женщинами. Есть даже особая наука - сексология, но ни она, ни школа жизни, именуемая публичным домом, не научат обращению с женщинами. Научиться этому мужчина должен сам, так как сия премудрость идет исключительно из недр души. Если мужчина не противится ей, то выясняется, что она не только приемлема для любящей женщины, но и приятна, волнительна и мила сердцу.

Мужчина, который решается создать семью, уже не малыш, ведь малышка девочки не интересуют. Малыш играет только с мальчиками. Создавший семью мужчина - это по крайней мере мальчик школьного возраста, интересующийся девочками,

которых так интересно подразнить. Когда девчонки визжат, он ощущает себя едва ли не мужчиной. Такая семья долго не продержится. Более устойчивую семью создает тот, у кого голос побасистее и кого уважительно называют юношей. Юноша интересуется девушками с явно выраженными женскими признаками, однако *не умеет с ними обходиться*. Чем больше его воспитывали, тем обидней для него собственное неумение. Заработав от любимой девушки щелчок по носу, он старается скрыть уныние и ищет, что бы такое выкинуть, чтобы можно было задирать нос. Найдя нечто такое, в чем он, возможно, лучше других, он обретает средство, которым всю жизнь будет доказывать свое превосходство.

*Если человек желает доказать окружающим, что он лучше, чем есть на самом деле*, его замкнутость несет отпечаток высокомерия, из-за чего люди его сторонятся. Кто любит его, тому он открывается, отзываясь теплотой и лаской. *Если человек желает доказать самому себе, что он лучше, чем на самом деле*, то внешне он может казаться славным, общительным, отзывчивым, однако любимому человеку он не открывается. Он испытывает постоянное недовольство собой и незаметно становится недовольным также и женой. Сам он этого не замечает и обижается, если спутница жизни возмущается: почему ты ко мне придираешься? Он из числа тех, кто неустанно бичует себя, и чем больше травит себе душу, тем сильнее себя жалеет и истощает свои жизненные силы. Если жена пытается выказать свою любовь, она встречает отпор. Это означает, что в глубине души муж любит жену, однако не всей душой. При этом он страдает ничуть не меньше жены, а может и больше, потому что жена может уйти, а от себя никуда не скроешься.

Живущая с таким мужчиной женщина должна обладать огромным терпением. Если она живет с надеждой на то, что муж однажды ей откроется и примет ее любовь, то рано или поздно она начинает испытывать безысходность. Ощущение безысходности тянет человека ко дну, где жизнь возможна лишь благодаря наркотикам. Если женщина понимает, что этим ничего не спасешь, она старается найти иной выход. Например, принимается поучать, покуда у самой не возникает протест. По сути ее протест направлен против свекрови, ибо проблема коренится в ней, но обычно это не осознается. Чтобы жизнь с мужем стала счастливой, большинству современных женщин следовало бы первым делом исправить ошибки свекрови, однако женщин не прельщает роль матери при муже. И тем не менее им приходится это делать - куда ты денешься, если у тебя дети.

Днем женщина выступает в роли матери, а ночью - в роли жены. Причем жены все более активной, ибо выступающий в роли сына муж неизбежно испытывает стыд за свою bestолковость и тем самым еще больше умерщвляет свои чувства. Активность во всем со временем становится неотъемлемой частью жизни женщины. Это ее унижает, и она восстает против подобной жизни. Со своей стороны, она делала все, что было в ее силах: ждала, верила, надеялась, мечтала, тосковала о том времени, когда муж станет наконец мужчиной. Но вот незадача: муж как на грех стал импотентом. Иными словами, в мужчине прорвался сидевший в нем мальчишка. Всю жизнь он старался держаться солидно, стыдясь тех редких минут, когда отказывали тормоза, что, впрочем, нравилось и ему, и жене, а теперь стыд перерос его самого. Этого уже не скроешь. То, что жена в курсе дела, усиливает чувство стыда и жалость к себе. Какая разница, что жена относится с пониманием, ведь чем дольше живешь с человеком, тем лучше тебе известны его чаяния. Нереализованная сексуальность способна свести с ума даже самого рассудительного человека.

Страшась распада семьи, жена пытается взывать к совести мужа, но не слышит ответа, так как муж ничего не понимает. Он намаялся с собой, намучился с женой. Да и самой жене несладко - у нее такое чувство, будто она - дешевая проститутка, которая шантажом выключивает любовь у равнодушного к ней клиента: не полюбишь, умру от голода. От любовного голода. От сексуального голода. Используя, как ей кажется, все средства, чтобы достучаться до сердца мужа, жена приходит к выводу, что муж - эгоист. Чем дольше жена является для мужа матерью, тем больней для нее порвать с ним отношения - ведь без нее он как без рук, - но уж коли речь идет о ее выживании, она идет и на это. Становится ли ей легче, это уже вопрос иной.

**Очень многие супружеские пары производят такое впечатление, будто они не супруги, а скажем, мать с сыном либо отец с дочерью.** Ребенок боится остаться без родителя - в одиночку ему не справиться. Родителю жаль бросать ребенка на произвол судьбы, ибо, несмотря ни на что, он любит ребенка. С годами становится все заметнее, что тот, на ком хомут, растет духовно, тогда как второй топчется на месте. И это при том, что духовный рост не должен бы бросаться в глаза. Сторонним наблюдателям особенно странно бывает глядеть на то, как лошадь тянет в гору исправный трактор.

Женщины испокон веков считаются более уживчивыми, рассудительными, уступчивыми, зрелыми и выносливыми. В пословицах, бытующих у разных народов, называется разное количество детей, которых женщина должна быть в состоянии содержать, помимо самого мужа. К сожалению, имеется в виду материальное содержание и подразумевается, что современные женщины менее выносливы, чем в старину. В действительности же духовная нагрузка наших современниц больше, чем когда-либо прежде. Если бы мужчины не считали зазорным поучиться у женщин, им не пришлось бы стыдиться того мальчишки, что сидит у них внутри. Уважающий себя юноша ко всему приглядывается и ко всему прислушивается - мотает себе на ус. Почему бы и взрослому мужчине не поступать так же? У женщин ведь есть чему поучиться.

Природой человеку дана возможность безграничного совершенствования. Как говорится, перед человеком открыты все дороги. Совершенствование - это духовный рост. Небо не имеет границ, да и вас там бесчисленное множество. Нужно лишь научиться устремляться взором ввысь и делать выбор. Женщины, которых на протяжении тысячелетий подавляли и угнетали, стали поднимать голову и ощутимо выросли. Увы, быстро растущая женщина унижает ребячливого мужчину уже самим фактом своего существования. Чем больших успехов достигает женщина, тем скорее назревает семейный кризис - какому же ребенку понравится, если мать вся в делах и всегда спешит. Особенно же если она спешит приобщиться к высотам, до которых ребенок еще не дорос. Мать может замедлить движение, чтобы ребенок смог догнать ее в духовном отношении. Но если ребенок взрослый, он скорее всего не станет этого делать - из капризности. Что же в этом случае делать женщине?

Унизить себя и признать главенство мужчины, хоть тот все больше уподобляется ребенку, либо идти вперед, зная, что



предстоит борьба? Оба пути чреватые нездоровьем для того, кто пока еще не законченный эгоист.

Пример из жизни.

Встретилась я как-то со своей знакомой - деревенской женщиной, которая в свои 70 лет выглядела так молодо, что язык не поворачивается назвать ее старухой. Я заговорила с ней: *"Ты много повидала на своем веку и наработалась. Похоронила двух мужей и сейчас живешь душа в душу с мужем, который моложе тебя на десять лет. Помолодела, похорошела. Скажи, как по-твоему, мужчины - это все-таки большие дети?"* Она тепло улыбнулась и ответила, не задумываясь: *"Конечно, и тут ничего не напишешь. Из-за этого приходилось порой тянуть ляжку за двоих, и многое так и осталось несделанным, ну да видно эти дела были не нужны. Такова уж женская доля. Станешь из-за этого сокрушаться - заболеешь. А когда поймешь, что печалиться нет смысла, болезни будут обходить тебя стороной. Так уж устроена жизнь".*

Эта женщина позволяет жизни идти своим чередом и с годами все более рассудительна. Жизнь идет, она - следом за жизнью, не отставая от времени. То, что мужчины безнадежно отстают от жизни, это их проблема, и ей жаль, что так получилось, но она ничего не может тут поделать. Умный мужчина, хиреющий рядом с рассудительной женой, сам определяет свою участь, отказываясь принимать женскую любовь. Отказывается из-за стыда. Из-за желания быть выше женщины.

Смотрела я на нее и поражалась: простая женщина воспринимает жизнь такой, какая она есть, и ничего не усложняет. Потому и жизнь у нее ладится. Постараюсь брать с нее пример. Что не помешало бы и всем умным женщинам.

Если бы мы осмеливались быть самими собой в кругу своей семьи, все было бы хорошо. Ведь когда все начиналось - первое знакомство, влюбленность, а затем и любовь, все было ясно, просто и мило сердцу. Когда же возникли желания и зазвучали требования, та же самая вещь сделалась постыдной, поскольку не хватило смелости сказать жене: дай срок, со временем все будет, как надо. Понятно, что совсем уж само собой ничего не будет, но если спешить, то не будет тем более.

Если эта проблема касается вас лично, начните решать ее с того, что отведите для себя время, даже если вы человек пожилой и считаете, что времени осталось в обрез. Обратитесь к своей семейной проблеме, как к узнику, и предоставьте ей свободу. Попросите, чтобы она явила вам себя либо подала о себе знак понятным вам образом. Спросите у нее, что делать и как. Ответ будет примерно таким: чем хуже положение, тем меньше требуется действий. Нужно почувствовать и высвободить свои чувства, внушающие страх. Высвобождение стрессов - это и есть самое важное действие. После этого вы почувствуете успокоение. Вы увидите, что и супруг тоже стал спокойнее. Продолжая работать над собой, вы вскоре почувствуете, что с ним уже можно разговаривать по-человечески. И - о чудо! - он уже не прячется от вас в своем коконе.

Рассудительная женщина не стыдится собственной ребячливости и мужниного мальчишества, но и не выставляет эти качества напоказ. Это - ее сокровенное. Нравится кому-то это их качество или не нравится, не чужого ума это дело. Если кто-то сделает замечание, можно соорудить дурашливое выражение лица и сказать: *"Ах, не нравится? А мне зато нравится. У каждое свое представление о жизни".*

### **На чаше весов духовные ценности**

Умный человек стерпит любую критику по поводу своей внешности, но никому не позволит назвать себя дураком. Назови идиота идиотом, и блаженная улыбка на его лице сменится выражением гнева. Почему? Потому что задела его самое уязвимое место. Ведь все мы рождаемся на свет для того, чтобы набраться ума, и делаем это, кто как умеет. Цель общая, но получается у всех по-разному.

**Человек, считающий себя никчемным**, однако не лишенный здравого смысла, старательно учится, чтобы утвердиться в своем превосходстве. Чем сильнее у него стресс, тем больше он раздражает людей своим умом, даже если в общем разговоре от него редко услышишь слово. Люди спешат высмеять его знания, если их нельзя немедленно проверить на практике. Из чувства самозащиты ему приходится обзаводиться документом, подтверждающим наличие у него ума.

Разрушить иллюзии, питаемые умным человеком, лучше всего удастся его умному супругу, который с годами смог хорошо изучить его уязвимые места и потому бьет прямо в десятку. Борьба есть борьба. Гордость может иметь разум, но она лишена способности мыслить, поэтому наивно надеяться, что борьба прекратится прежде, чем все будет разрушено до основания. О примирении не может быть и речи, и примирителя, если таковой найдется, дружно высмеивают, поскольку гордость ценит лишь победу, достигнутую в борьбе. Глядя на такую супружескую пару со стороны, можно подумать, что **смысл их совместной жизни** заключается в повседневном издевательствах друг над другом, а **цель совместной жизни** - свести друг друга с ума. Сторонние наблюдатели дивятся их безграничной глупости, сами же супруги упиваются своими остроумными проделками, рисуясь своей изобретательностью перед все более многочисленной аудиторией. Высмеивание чужих веселит их куда меньше.

**У победившего в поединке умов заболевает душа, а позже и тело.**

**У побежденного душевная боль постепенно перерастает в душевную болезнь.**

Кто способен спокойно взирать на подобный жестокий спектакль, приходит к заключению, что каждый учится мирской жизни по-своему. Любое знание когда-нибудь становится житейской мудростью - рассудительностью. Оно никогда не бывает только глупостью. Внешне же оно может казаться глупостью. Временами мы усваиваем то роль женщины, то роль мужчины, то роль дурака, то роль полного идиота. Если не умеем иначе. Осуждать человека и *смысл его жизни* - значит желать, чтобы он не усвоил данный аспект жизни. На деле же мы не желаем сами усваивать то, что он сейчас усваивает. Мы бы хотели, чтобы этого плохого попросту не было бы. В столь решительном нежелании мы даже не задаемся вопросом, отчего возникла данная проблема.

Почему человек терпеливо сносит критическое замечание о своих физических данных, но проявляет повышенную чувствительность, когда речь заходит о его духовных параметрах? Потому, что **критика физических недостатков - все равно,**

**что критика друга. Критика духовных параметров - это критика меня самого.** Следствием критики в собственный адрес является **разрушение духовности.**

Мы говорим о душевных болезнях, хотя следовало бы говорить об исковерканной *духовности*, поскольку дух есть уравновешенность, которая не подвержена болезням. Он удалится на безопасное расстояние, если его желают истребить. Как он это делает, если он подобен бесконечному небу? Отвечаю: дух человека подобен бесконечному небу. Дух человека - плохого ли, хорошего ли - это энергия, которая замкнута в стенах страха и потому расположена, как воздушный шар в небе. Поскольку земной человек стоит обеими ногами на земле, для него небо всегда расположено только над головой. Так как небо - это свобода, подлинное благо, то и Бога всегда ищут вне земного тела, где-то на небе. Несмотря на это, Бог все же живет в сердце каждого человека.

*Духовность* выражает представления о духе, любви, человеке. *Духовность* указывает на степень духовной зрелости тела, способность осознавать самого себя. Последующая жизнь, ведомая исковерканной *духовностью*, может так сильно давать о себе знать в подсознании, что **человек вообще уже не захочет жить**. Он *утрачивает смысл жизни*.

Чем сильнее ощущается бессмысленность,  
тем хуже работает мозг и  
тем исковерканней духовность.

Если у человека хорошая память, значит ли это, что с духовностью у него все в порядке? Необязательно, потому что духовность - это целенаправленное раскрытие потенциала мозга посредством мышления, движимое любовью и отвечающее потребностям. А память - это использование потенциала мозга во имя определенной цели.

**Память конкретна. Мышление бывает как конкретным, так и абстрактным.**

**Малые знания в сочетании с обширными мыслительными способностями могут творить чудеса. Мыслительная способность, ограниченная догмами, ни на что не способна даже при наличии обширных знаний, ибо лишена права мыслить самостоятельно.**

Искаженные представления возникают от того, что люди отождествляют понятия духовного, духовности и духа, то есть человека, наделенного духом. Желая духовного, чтобы стать счастливыми, люди на деле желают духовности, что равносильно счастью. Кто желает стать счастливым, тот разочаровывается, и его постигает кризис бессмысленности. Чем больше человек проникается таким отношением к жизни, тем серьезнее совершает ошибки и тем быстрее переходит в следующую жизнь, поскольку чем исковерканней духовность, тем быстрее она стремится восстановить свое равновесие. Быстрее всего обретает себя дух того, кого по его мыслительным способностям именуют идиотом от рождения. Почему? Потому что он не выдумывает стрессов для самого себя.

Удивляясь поведению человека, люди порой спрашивают: у тебя что, ума не хватило? А у иного спрашивают: ты что, лишился рассудка? Выбор лексики говорит о том, чего от человека ожидали.

Если рассматривать ход развития рассудка и ума, то становится ясно, что, не будь чувств, не было бы и бесчувственности, то есть рассудка, и тогда не было бы ума. Отсюда неизбежно следует вывод, что основу жизни составляет чувство.

Соответствующее чувству действие бывает разумным либо неразумным, в зависимости от того, истинное ли это чувство или ложное. Животное, лишённое разума, способно вести себя рассудительно. Человек, наделенный разумом, способен вести себя безрассудно. Это означает, что если чувства перехлестывают разум, то помощи от ума не жди.

## УМ

*Интеллект* - это существующие на данный момент знания

Разные виды физической энергии можно оценивать, измерять, взвешивать, подвергать испытанию, контролировать

Оценочные суждения относятся к земному уровню. **Ум является мужской энергией.** Также и глупость

Ум является мужской энергией, но это еще не означает, что мужчины бывают только умными

## РАССУДИТЕЛЬНОСТЬ

*Мыслительная способность* - это потенциал мозга, который развивается при его использовании

Рассудительность является собой безграничную неопределимую ценность. Она либо есть *в данный момент*, либо ее нет

Рассудительность является женской энергией. Рассудительность упоминается редко, ибо ею невозможно доказать чье-либо превосходство

Рассудительность является женской энергией, но это не означает, что женщины бывают только рассудительными

Во всех людях заложено все. **Если рассудительность главенствует, а ум исполняет, то все в порядке.** Даже если кому-то это кажется глупым.

Чем сильнее у человека развит комплекс неполноценности, тем в большей степени знания являются для него спасательным кругом. Многие афоризмы основаны на остроумных замечаниях насчет мужского ума и женской глупости. У современных

женщин терпение лопнуло, и уже целая армия белокожих представительниц женского пола борется во имя того, чтобы доказать, что женщины вовсе не глупее мужчин, а скорее наоборот. Самим себе женщины по большей части это уже доказали. Но не мужчинам. Как по-вашему, сумеют ли они это сделать?

Чтобы строить прогнозы, полезно знать, каков ум женщин и каков ум мужчин.

Мужской ум сопоставим с шаром, с земным шаром. Если мужчину интересует некая вещь, то его интерес подобен пятнышку, находящемуся где-то в пределах этого шара. Когда мужчина начинает думать, это *пятнышко оживает и начинает создавать систему в масштабах всего шара*. Чем выше интерес и потребность в самореализации, тем больше мужчина учится, и тем система становится оптимальнее. Ум рассудительного мужчины способен создать глобальный план, который реализуется в пределах всего земного шара. Таковы максимальные масштабы созидания, на которые способен мужчина. Все взвешенное - это уже вотчина женщин, однако мужчины этого не признают. Во всяком случае они будут доказывать, что подзорные трубы, обсерватории и космические корабли сотворены мужчинами.

- Мужчина, который **учится, чтобы развиваться**, творит, опираясь на здравый смысл. В итоге получается сиюминутное совершенство. Такая работа приносит душевный покой, а также материальные ценности либо деньги, соразмерные с потребностями. Когда работа завершается, это не конец, а начало чего-то нового. Как водится, **сперва разумная мысль, а следом за ней - умное дело**.

- Мужчина, который **учится, чтобы стать лучше**, поступает по-умному. Результат работы бывает хорошим или отличным. Такая работа свидетельствует о мастерстве и возвращает не только гордость автора, но и его "эго". Подобный труд может принести славу, много денег и большую радость, но душевного покоя он не дарует. Мужчина, доказавший таким образом свою состоятельность, долго еще будет поживать на лаврах. Не исключено, что всю оставшуюся жизнь. Вместо того чтобы расти над собой, он обманывает свои чувства разглагольствованиями о том, какой он молодец. Возможно даже, что он станет зарабатывать на жизнь писанием мемуаров, но удовлетворения не почувствует. Заработанные деньги он может пустить в оборот, но чем денег больше, тем сильнее тормозится его духовный рост.

Женщина, доказывающая свое превосходство умом, может быть прекрасным специалистом в узкой области, знающим и выполняющим свою часть дела лучше мужчин, но управлять целым ей не под силу. Это не женская роль. Женщина, желающая доказать, что она способна управлять экономической жизнью, вызывает у мужчин насмешки. Чем горделивей у женщины "эго", тем вероятнее она будет делать все, чтобы продемонстрировать свои управленческие способности. Поскольку женщина является творцом духовного мира, в том числе творцом человека, ей от Бога дарована способность быть, например, начальником отдела кадров. Но если женщина рвется в руководители, чтобы доказать свое превосходство, она с треском проваливается либо зарабатывает героическую болезнь - рак. Вот к чему приводит желание руководить экономикой через кадры. Так подсознание помогает мужчинам сохранить мужскую роль в семье, в коллективе, в обществе, во всем человечестве.

Рассудительная женщина учится, чтобы научиться, чтобы реализовать себя согласно велению современности. Для рассудительного человека средством самореализации служит интеллект. Рассудительная женщина создает своим умом систему в пределах материальных возможностей, которая, в отличие от мужской системы, является подвижной, гибкой, быстро приспособляющейся к обстоятельствам. Ее система учитывает жизненные потребности человека. Потому и ум рассудительных женщин является ценностью, вызывающей уважение со стороны мужчин. Рассудительной женщине нет нужды доказывать свою рассудительность - за нее это делает мужчина. Чем именно? Тем, что принимает женское предложение как рациональное и приступает к его реализации.

- Если женщина обладает рассудительностью, она является для мужа генератором идей, причем ее идеи в точности соответствуют потенциалу мужа.

- Если рассудительная женщина обладает умом, то она генерирует идеи и для мужского коллектива, не вызывая в мужчинах протеста.

- Если рассудительная женщина очень умна, она является генератором идей для общества. Ее предложения всегда находят отклик, поскольку несут в себе идею совершенствования человека.

**Женская рассудительность** является продолжением женского конуса ума, устремленного в бесконечность. Она есть и останется конусом, если девушку с самого рождения считают человеком. Если ей постоянно причиняют боль, обзывая дурой, то конус сужается. Но и тогда он остается в виде некоего лучика. Этого лучика хватает, чтобы муж и жена преуспели в жизни, но при том условии, что муж не станет этот лучик гасить. К сожалению, мужской комплекс неполноценности губит лучик, а женский комплекс неполноценности позволяет это делать. Страдают обе стороны.

Поэтому советую женщинам не забывать про то, что сберечь женскую рассудительность, честь и достоинство - дело самой женщины. Не станем надеяться в этом на мужа. Будем самими собой и почувствуем, что мужья отвечают нам тем же.

**Рассудительная женщина** высказывает мужу свою мысль (отдает мужу свою идею), учитывая его способности и возможности, которые со временем разовьются, а пока же они такие, какие есть. Требовать большего было бы глупо. Иначе вы поставите мужа в безвыходное положение, станете выжимать из него невозможное, и дело дойдет до конфликта, ибо в безвыходной ситуации каждый человек начинает защищаться.

**Рассудительная женщина** не требует от мужа больше, чем один шаг вперед. Заводит с мужем разговор, высказывает как бы мимоходом идею, повисающую в воздухе, и дает мужу время на обдумывание. Когда муж будет готов, он реализует идею, не забывая, откуда идея пришла. **Забывают то, чего стыдятся как собственного недостатка**. Если жена не принижает мужа своей идеей, мужу стыдиться нечего.

**Умной женщине** нравится при малейшей возможности подчеркивать свое превосходство. Чем сильнее развит у нее комплекс неполноценности, тем больше она унижает мужа даже в том случае, если он - самая последняя размазня, который и мухи не обидит. Умная женщина не учитывает ни способностей мужа, ни его возможностей. Ее желание должно быть выполнено сию же минуту. Она не дает мужу времени ни подумать, ни сделать по-мужски. Хуже того, она стоит рядом и поучает, как надо делать. В тот момент, когда у мужа лопаются терпение, он говорит жене роковое слово: "Дура!" Этим умный мужчина совершает большую глупость. Оскорбленная умная жена отныне и навеки будет держать язык за зубами. Мужу и невдомек, что с этой самой минуты против него будет обращена самая мощная разрушительная сила на свете - мысль ожесточившейся женщины, подобная паутине, в которой он будет барахтаться, покуда не затихнет, обессилев. Своим ожиданием, надеждой, мечтой и тоской оскорбленная женщина высасывает из него всю жизненную энергию.

*Мужская глупость* проявляется в том, что мужчина обижается и называет женщину глупой.

*Женская глупость* заключается в том, что женщина принимает эту оценку на свой счет и оскорбляется.

**Мужская рассудительность подобна атмосфере вокруг Земли.** У нее есть границы, однако неопределенные. Сегодня атмосфера такая, завтра иная, а послезавтра она усеяна дырами, как кружевная ткань. Женщина, умеющая быть женщиной, латает дыры и чистит атмосферу, но делать это бесконечно она не в силах. Если у мужчины нет заботливой жены, значит, причина и в нем тоже.

**Женская рассудительность подобна уходящему в бесконечность лучу прожектора со все расширяющимся освещаемым пространством.** Он продолжает до бесконечности конус мудрости. Луч этот не стоит на месте. Он постоянно что-то ищет и находит, одновременно двигаясь дальше. Рассудительность являет собой энергию света, заключающую в себе все остальные виды энергии. Если надо, она освещает, если надо - обогревает, приводит в движение, движется, питает, магнетизирует либо срабатывает в качестве электричества.

Рассудительная женщина отдает от себя сколько нужно, и рассудительный мужчина привносит сколько нужно. В результате получается счастливая семья.

**Разумнее всего не оценивать рассудительность, не измерять ее и не взвешивать.** Почему? Потому что оценка относится к *деятельности материального уровня*, тогда как рассудительность есть *бытие духовного уровня*. Если в присутствии женщин сказать, что они рассудительней мужчин, то женщины тут же приосаниваются. Женщины пыжятся от гордости точно так же, как и мужчины. Мужчины вмиг преображаются в молодых петушков, если кто-то говорит, что они умнее, чем женщины.

Женщина, которая считает себя лучше мужа из-за своей рассудительности, бросается делать все за мужа и этим превращает его в мальчишку. Мужчина, который считает себя лучше жены из-за своего ума, дотошно вмешивается в ее дела, словно она девчушка. Если в свое время и отец вел себя подобным образом, то дочь так и не вырастает из девчушек и становится сущим наказанием для мужа и детей. Если муж желает нравиться жене, они живут вместе, как два ребенка, которые рано или поздно становятся друг другом недовольны.

*Рассудительного женского ума достаточно для того, чтобы создать сиюминутный духовный мир.*

*Рассудительного мужского ума достаточно для того, чтобы создать сиюминутный материальный мир.*

Когда между собой сталкиваются глупый ум женщины и умная глупость мужчины, то распрекрасная идея женщины надолго повисает в воздухе. Мужчина воспринимает ее как приказ, который автоматически встречает в штыки. А время идет. Чем дольше женщина ждет и надеется, что мужчина проявит сообразительность, тем хуже он соображает. Муж, с трудом выросший и созревший под гнетом женских иллюзий, приступает к реализации идеи, давно позабыв, от кого она исходит. Поэтому он абсолютно уверен, что идея принадлежит ему. Для защиты авторских прав существуют патентные бюро. В семье же можно обойтись и без сражений за авторские права.

Пример из жизни.

На слова о приоритете многие мужчины тоном превосходства заявляют: "*В нашей семье генератор идей - это я*". Я не вступаю с ними в спор, так как это бессмысленно. Я стараюсь представить ситуацию в несколько ином свете.

Если жена не выполняет роль женщины, то этому есть два возможных объяснения: либо она добровольно отказалась от своей роли, либо муж взял на себя роль жены. Мужья, которые о себе высокого мнения, все без исключения считают, что с их стороны никакого давления на жену не было. С еще большим негодованием они реагируют на слова о том, что если женщина не выполняет функции жены, то она выполняет функции мужа. Мужская гордость ни за что не признается в том, что в семье произошла смена половых ролей.

В действительности дело обстоит так, что если жена и вправду не выполняет роль жены, то она выступает либо в роли мужа, либо в роли рабыни. Мужу, низведшему жену до роли рабыни, кажется, будто идея генерирует он, поскольку жена не выражает собственного мнения, а вовсе не потому, что мнения у него нет. Жене с самого начала супружеской жизни было заявлено, что мозги у нее куриные, и поэтому она помалкивает. А мужу и невдомек, что мысли жены формируют его собственные идеи. Он не желает признавать, что женская мысль - самая могущественная сила на свете. Мужчина без женщины подобен бестолковой курице. Он носится со своим умом, должностью либо положением по замкнутому кругу, но не растет над собой. Рано или поздно в его заслугах не будет надобности.

Рассудительная жена не страдает, если муж считает ее рабыней, так как все равно сумеет настоять на своем. Если жену унижает ее положение рабыни, она становится помехой на пути мужа и рано или поздно будет рыть ему яму. Нет большей радости, чем злорадство. На самом деле и муж тоже роет себе яму, поскольку раб унижает господина уже одним своим существованием. Если не в дневное время за работой, то уж ночью в постели - наверняка. Обязанность заниматься сексом для

рабыни - это продажный труд шлюхи, который выполняется со страхом, стыдом и отвращением. Чем больше муж гордится собой, тем выше стена отчуждения. Поэтому у мужчин, превративших жену в рабыню, обязательно бывают проблемы с половыми органами, чаще всего с семенниками, потому что семенники - это женская сторона мужских половых органов.

Таким мужчинам с повышенным самомнением я обычно говорю: могу сказать и без осмотра ваших половых органов, что они нездоровы. Так оно и бывает.

В развернувшейся во всем мире борьбе за женские права участвуют как женщины, так и мужчины. Как бы ни обстояли дела за рубежом, у нас эта борьба привела к обратному результату. Почему? Потому что борьба никогда не бывает разумной деятельностью. Если женщины учились бы ради знаний, ибо ум - это почва, на которой произрастает рассудительность, они не усугубляли бы комплекс неполноценности у мужчин, не отнимали бы у мужей статус главы семьи. Мужчина создан Богом быть главой, и творение Бога нужно уважать. Ведь не что иное, как шея поворачивает голову в нужную сторону, и, если шея находится на своем месте и обладает гибкостью, у нее практически неограниченные возможности. Если же шея неповоротлива, ее возможности ограничены, а это значит, что приходится мириться с тем, что есть. У нее нет будущего.

Так жизнь ставит на место в том числе и женщин, не способных быть для мужа той самой шеей. Это значит, что **чем сильнее развит у мужа комплекс неполноценности, тем сильнее он стремится подчинить себе жену**. Происходит это от неосознанного желания заставить жену выполнять женскую роль. Он принуждает жену делать то, ради чего она приходит на свет, приходит по своей воле, выбрав для своего прихода тот миг, что позволяет ей появиться в обличи женщины. Если человек не способен делать что-либо из любви, он вынужден делать это из страха, из-за чувства вины либо злобы. Так муж оказывает на жену духовное давление, чтобы та взяла на себя роль жены, а если не получается духовно, оказывает на нее физическое воздействие и все равно добивается своего, поскольку он сильнее. Если же жена не уступает ему, апеллируя из самозащиты к правам человека, то она остается в одиночестве. Чем сильнее она из-за этого переживает, тем сильнее притупляются ее чувства, и недалек тот день, когда она безо всякого стеснения торжествуяще заявит: для меня мужчины - это так, воздух. Знала бы только она, насколько она права.

Для женщин, утверждающих свое превосходство, плохие мужья - это воздух: на него обращают внимание только тогда, когда его нет. Не будь плохого, хорошее оставалось бы в тени, а лучшее не могло бы сиять. Поскольку от чрезмерного хорошего в голове возникает неразбериха, всем нам нужно задаться вопросом, откуда берутся мужчины с комплексом неполноценности. Отвечаю: от закомплексованных женщин. Причем как прямо - от матери, так и косвенно - от женщин, приходящихся им женами. Так как женщинам лучше удается скрывать чувство стыда, то можно сказать, что им и нечего стыдиться. И тем не менее все чаще звучит вопрос: женщины, что вы творите, неужели вам не стыдно?

Хотя женщинам и должно быть стыдно, но все чаще стыда они не ощущают. Почему? В чем причина? Отвечаю кратко: они слишком пострадали от мужчин. Несмотря на это, их тянет к мужчинам все сильнее, потому что если женщина не любит, она не живет. Мужчины смогли бы прожить без женщин, но разве это жизнь?

Мужчины подразделяются на холостяков, женатых и бабников.

Поглядите на холостяков или вдовцов. Пусть они молодцы - работающие, умные, богатые, но зато они - автоматы. В их жизни ничего не меняется. Они ходят одним раз и навсегда проторенным маршрутом, не сворачивая в сторону. Нет женщины, которая привела бы жизнь в движение. Своей жизнью они, возможно, довольны, но они далеки от жизни. Их мирок мало-помалу сужается как во времени, так и в пространстве.

Теперь поглядите на бабников. Пути их неисповедимы. У стихии нет направления, у нее есть цель. Любителю женщин кажется, что женщины пляшут под его дудку, и внешне так оно и выглядит. А в действительности происходит наоборот. Жизнь у него не ладится, потому что он занят несущественным. Жизнь его рутинно течет по одному и тому же кругу: из одной постели в другую. Чтобы доказать себе, что мужик он хоть куда.

Гармоничней всего складывается жизнь у человека женатого, который проявляет заботу о себе. Он довольствуется ролью мужа и позволяет жене быть самой собой. В результате получается тандем. Какая бы ни была жизнь, тандем все осилит. В наше время подобных тандемов немного, так как мы живем в эпоху кризиса материализма. Материализм - это одновременное главенство женской духовности и мужской физической силы, следствием чего является атмосфера страхов, которую мы сами же и создаем.

Из-за страхов мы совершаем ошибки и нагнетаем в себе чувство вины, выискивая причины всегда там, где их нет.

**Жизнь, зачатая насильственным путем**

Чем больше насилия присутствует при зачатии человека и его рождении, тем скорее жизнь утрачивает для него смысл.

Что такое насилие?

Конечно же, изнасилование, однако женщины, забеременевшие в результате изнасилования, встречаются нечасто. Еще реже встречаются женщины, которые производят такого ребенка на свет. Самым массовым и вместе с тем искусно замаскированным видом насилия является секс, вмняемый в обязанность. Такое насилие может быть столь скрытым, что не распознается на протяжении десятилетий. Если секс считается деятельной стороной любви, то эта деятельность является обязательной. Многие даже считают это любовью как состоянием души, а наличие у себя страха "*меня не любят*" они отрицают утверждением: *ведь меня любят*. В качестве аргумента выдвигается физическая близость с партнером.

Сколько людей, столько и причин для любви-обязанности. Так или иначе, она всегда имеет цель либо что-то получить, либо не лишиться чего-то. Если *женщина сама* обязывает себя **любить** мужа **потому, что** находит в муже что-то хорошее, то она способна забеременеть, так как открывается мужу хотя бы ради того, чтобы заполучить это хорошее. Если муж обязывает жену

делать то же самое, то, чем он требовательней, тем в большей степени занимается сексом лишь с ее плотью, практически с трупом, из-за чего женщина не беременеет. Муж может обладать многими качествами, которые жене по душе, однако принуждение жены, особенно если оно происходит в виде упреков и угроз, запирает ее душу на замок, и жена ничего не может с собой поделать. Чувство протеста сильнее ее. Жену можно убить, но ее протест продолжает жить дальше. Женщина, которая работает над высвобождением чувства протеста, реже провоцирует мужа на проявление насилия. Это не означает, будто в муже от этого агрессивности становится меньше. Просто муж начинает искать для себя новые жертвы.

Когда белые мужчины, страдающие от комплекса неполноценности, овладевают женщиной как физически, так и эмоционально, в них пробуждается животное начало. Если в остальном белые женщины выше, чем мужчины, то в постели оказываются внизу и страдают, пока муж не утвердит себя как мужчина. Поскольку утверждение своего естества являет собой самопожертвованную месть, то неудивительно, что люди одновременно и жаждут секса, и презирают его. Жаждут для самоутверждения, презирают из-за унижения, причиняемого противоположным полом. Не замечая за собой провокации, люди начинают предъявлять противоположному полу все более жесткие требования. И женщины, и мужчины готовы любить в том случае, если... Хотя и знают, что мечтают о несбыточном.

Было бы правильнее **любить потому, что...**, а не **любить в том случае, если...**

Любя в партнере хотя бы одно положительное качество, человек открывается перед ним и отдает себя, а также принимает то, что дает ему партнер. В результате происходит **зачатие ребенка**. Если же человек намерен любить, предварительно выдвигая условия (то есть в том случае, если партнер станет таким, каким его хотят видеть), то вполне возможно, ребенка и не будет никогда. Особенно трудно выполнять условия людей с высоким самомнением. Потому бездетность и является проблемой образованных людей. Не обязательно иметь докторскую степень. Достаточно быть более образованным, чем родители, родители родителей либо люди близкого круга. Достаточно, если человек умеет что-то такое, чего вообще не умеют близкие.

**Ощущение бессмысленности жизни и бессмысленности продолжения рода** - это опять же проблема образованных людей. Человек, который набирается знаний ради знаний, испытывает в итоге радость. Его жизнь всегда имеет смысл. А человек, который набирается знаний для того, чтобы утвердить свое превосходство, ощущает себя несчастным, потому что доказать свое превосходство ему никогда не удастся. Чем больше он старается, тем чаще ему приходится прибегать к силовому нажиму и тем сильнее в нем развивается склонность к насилию. Если он не дает воли этой склонности эмоционально или физически либо не высвобождает ее духовно, у него возникает ощущение бессмысленности.

Стыд совершать дурные поступки незаметно перерастает в ощущение бессмысленности каких-либо действий вообще, так как подсознанию известно, что если делаешь добро, то делаешь и зло. Кто не умеет все делать уравновешенно, тот тем более не умеет жить без дела, но результаты работы его не удовлетворяют, отсюда и нежелание жить. Ведь неуравновешенный человек делает все только для того, чтобы потом кем-то стать. Стать красивым, стать кем-то, стать хорошим, умным, успешным, представительным, достойным уважения, приятным, интеллигентным и т. д. Шаг за шагом, по мере роста стыда, растет и его ощущение бессмысленности.

**Нет смысла что-либо делать,  
нет смысла говорить,  
нет смысла думать,  
нет смысла жить.**

Родители с подобной цепочкой стрессов невольно передают свои стрессы ребенку, который уже с самого рождения ощущает, что:

**Нет смысла что-либо делать,  
нет смысла говорить,  
нет смысла думать,  
нет смысла жить.**

Круг замкнулся. А мы, не видя себя со стороны, удивляемся, отчего вдруг ребенок такой ленивый, замкнутый, упрямый, депрессивный. Поскольку ребенок является увеличенным зеркальным отражением родительского умонастроения, его стресс находится по крайней мере на одну ступеньку выше, чем стресс родителей. Поэтому, если вы желаете помочь ребенку, то помогите самим себе. Запомните - чем старше ребенок, тем активнее вам надо работать над собой.

Не принимайте ничего  
на веру.

Не отмечайте ничего  
с ходу.

Сомневайтесь и ищите  
истину.

Обретя душевный покой,  
вы дойдете до истины.

*Anne Milna*