

СВЕТ  
ИСЦЕЛЕНИЯ

Луулэ  
**ВИИЛМА**

КНИГА  
НАДЕЖДЫ

КНИГА ДУХОВНОГО РОСТА,  
или ВЫСВОБОЖДЕНИЕ души



ЛЮБОВЬ ЛЕЧИТ ТЕЛО

САМЫЙ ПОЛНЫЙ ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО МЕТОДУ ЛУУЛЕ ВИИЛМЫ

Сергей Куликов

С  
МОСКВА  
2019

УДК 159.9

ББК 88.4

Б42

**Виилма, Лууле.**

B42 Книга надежды. Книга духовного роста, или Высвобождение души. Лууле Виилма. Любовь лечит тело: самый полный путеводитель по методу Лууле Виилмы / Лууле Виилма, Сергей Куликов. — Москва : Эксмо, 2019. — 384 с. — (Свет исцеления).

ISBN 978-5-04-201805-3

Лууле Виилма — врач-практик из Эстонии, которая, обладая даром ясновидения и опираясь на свой многолетний опыт в области медицины, разработала учение о стрессах. Благодаря ему человек, научившись правильно думать и прощать себя, обретает здоровье, счастье и душевный покой. Свои опыт, методы и наблюдения Лууле Виилма изложила в целом ряде книг, которые сегодня переведены на несколько языков.

В шестой том — «Книгу надежды» — вошли «Книга духовного роста, или Высвобождение души» и «Лууле Виилма. Любовь лечит тело: самый полный путеводитель по методу Лууле Виилмы».

В книге «Книга духовного роста, или Высвобождение души» автор призывает каждого не замирать на месте, но постоянно идти вперёд, ибо в саморазвитии заключается смысл нашего бытия.

Книга «Лууле Виилма. Любовь лечит тело: самый полный путеводитель по методу Лууле Виилмы» помогает разобраться в сложном мире взаимосвязи болезней и стрессов. Книга написана Сергеем Куликовым — другом и последователем Лууле. Пользуясь таблицей, в которой перечислено более четырёхсот болезней, читатель быстро найдёт стресс, вызывающий соответствующее заболевание, ссылки на книги Лууле Виилмы и главы, в которых можно найти подробное описание проблемы. Также в книгу вошли эксклюзивное интервью с её мужем Арво, размышления Лууле о взаимоотношениях женщин и мужчин и фотографии из семейного архива.

УДК 159.9

ББК 88.4

© Виилма Л., 2017

© Куликов С., текст, 2018

© Рюнодья И., перевод на русский язык, 2017

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

ISBN 978-5-04-201805-3



**КНИГА ДУХОВНОГО  
РОСТА,  
ИЛИ  
ВЫСВОБОЖДЕНИЕ  
ДУШИ**

**ХИМИЧЕСКАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПРИРОДА СТРЕССОВ**

*Духовный свет, порождённый  
духовным мраком, развивает дух.*

*Духовный мрак, порождённый  
духовным светом, развивает  
тело.*

*Оба вида развития необходимы.*

Когда Вы берёте в руки книгу  
о духовном развитии, всегда  
спрашивайте себя:

«Нужно ли это мне?» Прислушайтесь  
к себе, и, если внутренний голос  
говорит, что нужно, открывайте  
книгу, но не ранее того.

В этих книгах нет ничего,  
чего бы не было в Библии, но в  
них есть много такого, чего  
нет в Библии.

В них есть поиски врача,  
желающего помочь больным,  
поиски, которые открывают  
новые, современные  
возможности прощения.

Просьба о прощении ведь  
по сути молитва. Научно  
направленная молитва  
обладает чудодейственной  
целительной силой. Это  
может испытать на себе  
каждый.

.....

*Не принимайте ничего  
на веру.*

*Не отмечайте ничего  
с ходу*

*Сомневайтесь и ищите  
истину*

*Обретя душевный покой,  
вы дойдёте  
до истины.*



## ПРЕДИСЛОВИЕ

Люди — духовные существа. А дух — это любовь. Мы приходим в эту жизнь потому, что Духу необходимо развиваться, в том числе и через прохождение важных для него уроков материальной жизни.

Жизнь не стоит на месте, и человеку нужно шагать в ногу с ней. Своим чередом идёт время, более низкий, простой уровень развития обязательно сменяется более высоким, сложным. Кто цепляется за старое, тот отстает от времени.

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

Из всего этого:

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

Из этой 1/10:

9/10 необходимо усвоить через опыт и лишь 1/10 — через страдания.

Это лишь малая толика от целого числа.

Жизнь показывает, что доля страданий постоянно возрастает, поскольку люди не умеют мыслить с любовью. Кто научится ценить свои чувства, понимать их смысл, тот научится мыслить с любовью. Кто осознает, что жизнь не что иное, как учёба, тот и в дальнейшем будет мыслить с любовью.

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



# УЧАСТЬ ПОСТЫДНОГО ПЛОХОГО

**И**спытываемый человеком страшный стыд за то, что он плохой, умерщвляет это плохое и убирает с глаз долой. Обратите внимание: страшный стыд — это стыд, присутствующий в большом страхе, и каким бы великим ни был стыд, он всё равно меньше, чем страх.

**Страшный стыд за свои плохие качества рождает усталость.**

Постоянное напряжение утомляет, а оно бывает всегда, когда человека одолевают страхи. Большинство людей знает, что от умственного напряжения устают и заболевают чаще, чем от физического, однако это знание приносит больше вреда, чем пользы, — к любому напряжению они начинают относиться с ещё большим страхом, стараясь его избежать, но при этом не осознают, что от страхов никуда не скроешься. Есть ещё одна возможность — снять напряжение. Следствием является его материализация в виде мышечного напряжения вплоть до судорог. От этого усталость усиливается, пока не становится хронической. Третья возможность — заняться спортом. Принято считать, что если человек тренирует своё тело в любую свободную минуту, то он себя любит. Но в этом случае у человека не остаётся времени побывать наедине с собой, не остаётся времени для того, чтобы подумать. Редко встретишь тех, кто, занимаясь спортом, способен размышлять о смысле собственной жизни. Большинство умеет лишь строить грандиозные планы.

Понятие хронической усталости возникло ещё в 1984 году в Америке, однако до сих пор не найдено средство для борьбы с ней, поскольку учёные не в силах поверить в то, что духовную проблему невозможно разрешить физическими средствами. **Хроническая усталость — это проблема людей** умных, образованных, преуспевающих. Женщины устают вдвое больше, поскольку созидают духовную сторону жизни, генерируют идеи, и, чтобы наглядно доказать своё превосходство, стремятся всё делать сами. Поэтому они допускают большую ошибку, так как берут на себя мужскую роль, а это

означает, что они губят себя, а **зато** и самих мужчин. Делая якобы благое дело, они с полным основанием отрицают свою вину и эгоистично убеждены в том, что они — хорошие. Естественным итогом является хроническая усталость.

**ХРОНИЧЕСКАЯ  
УСТАЛОСТЬ  
ПЕРЕРАСТАЕТ  
В УСТАЛОСТЬ  
ОТ ЖИЗНИ.**

Хронически уставшему человеку хочется растянуться на кровати и ничегошеньки не делать. В то же время он ощущает, что даже лежать утомительно. Если он говорит вслух о своей усталости, его считают симулянтом, а если не говорит, — лентяем. Неутомимый человек-автомат, он же эгоист, он же трудоголик, не может понять, как это человек может быть усталым уже с утра. И что самое непонятное — более усталым, чем вечером. Огромным усилием воли заставляет он себя браться за дела, ибо так велит ему чувство долга, и так оно продолжается, покуда не иссякают силы. У кого появляется отчаяние, у того возникает:

- постоянный жар, временами резко повышающийся;
- головная боль, сменяющаяся ощущением, будто голова стала чугунной;
- увеличение лимфатических узлов, которое при трагической реакции на происходящее перерастает в заболевание лимфатической системы.