

СВЕТ
ИСЦЕЛЕНИЯ

Агуле
Виилма

КНИГА ПРОЩЕНИЯ

В СОГЛАСИИ С СОБОЙ



ПРОЩЕНИЕ ПОДЛИННОЕ
И МНИМОЕ



МОСКВА
2019



К53 **Книга** прощения. В согласии с собой ; Прощение подлинное и мнимое / Лууле Виилма ; [пер. с эст. Рююдья И.]. — Москва : Эксмо, 2019. — 656 с. — (Свет исцеления).

ISBN 978-5-04-212400-6

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.

Первопричиной каждой болезни является стресс, степень которого определяет характер болезни. Что это дает нам? Надежду излечиться, научившись слышать свое тело и принимая те сигналы, которые оно подает нам через болезнь. Идя вслед за Виилмой, используя ее мудрость, мы получаем возможность избавиться от многих недугов, используя энергию мысли, являющуюся наиболее важным для человека видом энергии. Когда человек мыслит правильно, то он правильно дышит, правильно питается, правильно двигается и доволен своей жизнью.

В «Книгу прощения» вошли два труда Лууле Виилмы из одиннадцати, написанных ею, — «В согласии с собой» и «Прощение подлинное и мнимое».

Обе книги связаны единой темой прощения. Они о том, что никому не дано прожить за человека его жизнь. И потому первое, что мы должны уметь, — в кризисных ситуациях помогать себе сами, учась слушать себя. Наши главные эмоциональные враги — страх, чувство вины, злоба, жажда обладания, агрессивность и критицизм, ревность и завистливость. Всё это — стрессы, которые мы притягиваем своими мыслями, так что тело и дух человека теряют способность развиваться свободно. Чтобы выпустить стресс на волю, необходимо найти и понять, какой именно стресс возник в результате той или иной ситуации, а затем простить и попросить прощения. «Думай, ищи, находи, прощай и поправляйся» — вот главный тезис доктора Виилмы.

УДК 159.9

ББК 88.4

© Виилма Л., 2017

© Рююдья И., перевод на русский язык, 2017

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

ISBN 978-5-04-212400-6



В СОГЛАСИИ С СОБОЙ

 КНИГА ГОРДОСТИ И СТЫДА 

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

Личностью не является тот, кто желает
быть личностью.

Личностью является тот, кто испытывает
потребность быть самим собой.

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

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

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

Начинается совершенствование
личности — развитие.
И тогда человек понимает, что он — человек.

Просто человек.

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

Из всего этого:

$\frac{9}{10}$ необходимо лишь прочувствовать и
сознать,

а $\frac{1}{10}$ необходимо к тому же пережить.

Из этой $\frac{1}{10}$ -й:

$\frac{9}{10}$ необходимо усвоить через опыт
и лишь $\frac{1}{10}$ — 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 осознаёт, 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.



МЫСЛЬ КАК КРЫША НАД ГОЛОВОЙ

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

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

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

В мире духовном и в мире материальном строительный материал один и тот же — энергия. При концентрации, т.е. уплотнении духовной энергии, на определённом этапе обра-

зуется материальное тело. В свою очередь, при уплотнении этого тела возникает ещё более плотная энергия — патология данного тела. Уплотнение же патологической, т.е. чрезмерной, плотности приводит к краху сухого, бах! — и сверхплотное тело разлетается, превращаясь по форме в ничто. Незримое, которое в промежутке стало зримым, вновь превратилось в незримое. Зримое тело прекратило существование, но образовавшая его духовная энергия пребудет вечно.

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

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

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

Почему?

Потому что желания, если ими руководствоваться, позволяют жить хорошо *только* в материальном мире. Причём лишь до тех пор, пока хорошее не станет чрезмерным и не обернётся плохим. Руководствуясь же потребностями, человек живёт нормальной жизнью как в духовном, так и в материальном мире. Чередование простого малого хорошего и плохого — это норма, позволяющая человеку в своей жизни и развитии достичь более высокой и сложной ступени развития со свойственной ей нормой. Достигается это работой над собой, когда она становится образом жизни.

Прощать — значит отдавать самое ценное из того, что человек вообще может отдать. Отдавая духовное во имя приобретения материального, мы низводим духовность до ма-

**ПРОЩАТЬ —
ЗНАЧИТ ОТДАВАТЬ
САМОЕ ЦЕННОЕ
ИЗ ТОГО, ЧТО
ЧЕЛОВЕК ВОООЩЕ
МОЖЕТ ОТДАТЬ.**

териальности, где главенствуют земные корыстолюбивые цели. Что происходит, когда мы хотим достичь цели? Она всегда ускользает, даже если речь идёт о недвижимом предмете.

Представьте себе некую цель. Это то хорошее, которое Вы желаете заполучить. *Невидимой рукой желания* Вы хватаете цель за горло, чтобы она стала Вашей.

Что бы сделали Вы сами, если бы кто-то схватил за горло Вас? Бросились бы бежать, не правда ли? Точно так же ведёт себя и цель. Вы мчитесь за ней следом и от страха её потерять ещё сильнее в неё вцепляетесь. Цель ускоряет бег. Усиливается и Ваша хватка, и в какой-то момент цель оказывается попросту задушенной.

Теперь она Вам не нужна, ибо это не то, чего Вы желали. Чувство вины подсказывает: мол, исправь свою ошибку, Вы же принимаетесь себя оправдывать, обвиняя во всём цель. Если бы она не убегала, уцелела бы. Принимаетесь доказывать свою невиновность, ведь Вы её и пальцем не тронули — и

по-своему оказываетесь правы. Всё как будто в порядке, но чувство вины не убывает. Возможно, ближние Вас и не укоряют, но Вам кажется обратное. Вашу душу начинает терзать недовольство всеми и всем.

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

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

Завершая введение к настоящей книге, подчеркну следующее:

Кто научится познавать себя, познает человека.

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



СТАТЬ ЧЕЛОВЕКОМ ИЛИ БЫТЬ ИМ?

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

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

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

Есть множество добрых советов, как воспитывать человека и личность, и есть множество людей, перстом указующих на тех, кто это делает не так. Больше всех стараются те, у кого с собственными детьми не всё в порядке. ***Подлинной ценностью жизни человека является житейская мудрость, основывающаяся на личном опыте, но навязывание этой ценности другим истребляет саму ценность.*** Ценность превращается в умствующую назидательность, непогрешимую в своей правоте и требующую от ближних беспрекословного подчинения. Подобные поучения имеют свои плюсы и минусы. Хорошо, если поучающий осознает ошибки собственных родителей, допущенные в процессе его собственного воспитания, и постарается не повторять их при воспитании своих детей. Плохо, если он не сделал для себя никаких выводов, возомнил себя чуть ли не героем, человеком особой закалки, приобретённой в ходе воспитательной муштры, и теперь собственных детей намерен воспитывать под стать себе, стойкими и работающими, *чего бы это ни стоило.*