

ЦЕЛИТЕЛЬНАЯ
ЭНЕРГИЯ
ВИИЛМЫ

Лууле Вииліма

Лучше быть,
чем казаться
здоровым,
счастливым,
удачливым

Издательство
АСТ
Москва

УДК 615.89
ББК 53.59
В41

Виилма, Лууле.

В41 Лучше быть, чем казаться здоровым, счастливым, удачливым /Лууле Виилма. — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 288 с. — (Целительная энергия Виилмы.)

ISBN 978-5-17-106323-8

Опираясь на опыт врача-практика, Л.Виилма не только раскрывает суть своего учения о самопомощи через принятие и прощение, но и показывает, как применять учение на практике.

Впервые в одну книгу собраны идеи и положения великого учителя, которые помогут вам, вашим родным и близким быть здоровыми, счастливыми, удачливыми.

«Кто научится ценить свои чувства, понимать их смысл, тот научится мыслить с любовью. Кто осознает, что жизнь не что иное, как учеба, тот и в дальнейшем будет мыслить с любовью. Способность думать о любви с любовью есть счастье.

Это значит: счастливы, удачливы, здоровы те, кто оберегает душевный покой, пребывая в состоянии душевного покоя», — говорит Л.Виилма.

Для широкого круга читателей.

УДК 615
ББК 53.59

ISBN 978-5-17-106323-8

© А. Виилма, 2014
© ООО «Издательство АСТ»,
2018

*Когда вы берете в руки
книгу о духовном развитии,
всегда спрашивайте себя:
«Нужно ли мне это?»
Прислушайтесь к себе,
и если внутренний голос говорит,
что нужно, открывайте книгу,
но не ранее того.*

Я поняла,
что **со стрессами необходимо общаться,**
и, занявшись этим, осознала, что речь идет
о самом обычном общении.
Я убедилась в том, **что нет никакой разницы,**
беседуешь ли ты с человеком
или беседуешь со стрессами.
Я помогала себе, помогала семье и друзьям,
пока меня не осенило изложить приобретенные
знания на бумаге.

Введение

20 января 2002 года в результате автомобильной аварии на трассе Рига – Таллин перестало биться сердце человека, полного творческих сил и планов. Кончина Л. Виилмы стала тяжелой утратой для всех, кто ее знал и любил, для кого она была учителем и отзывчивым другом. Уже прошло немало времени после смерти доктора Лууле Виилмы, но ее книги востребованы, ее советы, знания, опыт помогали и продолжают помогать миллионам людей стать здоровыми и счастливыми. Конечно, у наших читателей появляется множество все новых и новых вопросов, они пишут письма в редакцию – а ответить на них некому...

И вот мы (редакция) взяли на себя смелость (с разрешения наследников Л. Виилмы) создать новые книги, используя имеющийся материал и добавив не использованный ранее.

Как часто мы подменяем реальное положение дел видимостью! Почему? Из страха.

Мы пытаемся выглядеть так, как надо, чувствовать себя так, как положено, производить впечатление – то, которое предписано.

Кем предписано? Людьми. Обществом. Традицией. Точно – не природой.

Мы боимся быть не как все, боимся недотянуть, не соответствовать, боимся выглядеть хуже других. Поэтому стараемся выглядеть счастливыми, успешными, здоровыми, на самом деле не являясь таковыми. А только делая вид и разрушая себя изнутри этим притворством и ощущением внутреннего противоречия.

Однако в наших силах стать по-настоящему здоровыми, счастливыми и успешными. У нас есть **все** для этого.

И первый шаг к этому – честность перед самим собой, осознание своих стрессов, ибо на языке стрессов с человеком говорит его собственная жизнь и прощение.

Пройдем по этому пути вместе с Лууле Виилмой.

Современный человек не будет свободным до тех пор, пока он ищет и находит виноватых. Виноватым считается другой человек.

Жизнь — это борьба, а у борьбы есть положительные и отрицательные стороны. Чем сильнее борьба за хорошее, тем больше хорошее, уже отвоеванное. И чем сильнее борьба против плохого, тем больше становится плохое, если человек ему уступает. Кто борется против плохого плохим же, тот проигрывает. Силу и стойкость в этой борьбе дает любовь.

Чем больше дано, тем больше спрашивается. Единственным разумным существом на Земле является человек, он обязан с толком использовать данное ему большое сокровище — разум. С помощью разума человек способен войти в дух, если верит своим чувствам и считает их правильными. Тот, кто жестко придерживается материального мира и догматических учений, поднимается медленно, с трудом и мучениями. Тот, кто гонится за своей правдой, для того путь тернист и заканчивается тупиком.

Тот, кто освоит искусство прощения, может освободиться от цепляющегося за него плохого, и ему путь движения открыт.

Прощение — наивысшая освобождающая сила.

Для того чтобы прощать, надо познать самого себя. Тот, кто отрицает наличие негативного в себе или в близких, проходит свой путь через собственные синяки и шишки.

Заблуждающееся человечество идет именно таким путем, так как не открывает себя подлинной любви.

Бог дал нам в качестве образца Христа, который учил любить и прощать. Но человечество учения не приняло. Бог видит, до какого кризиса оно снова дошло, и вновь пытается дать нам учение, чтобы помочь людям.

Кто пытается спрятать свою лень за малообразованностью, да будет тому известно: трехлетний ребенок может оказаться более духовным, чем пятидесятилетний

академик, а внешне изнуренный, всю жизнь занимавший-ся тяжелым физическим трудом восьмидесятилетний работяга может быть более духовным и восприимчивым, чем тридцатилетний работник искусства. Не имеет значения, какие у человека пол, национальность, образование, уровень интеллигентности, известность, деньги или степень почета.

Значение имеют вера, надежда и любовь, так как они — истина и реальность. Из физического мира их не извлечь. Прощение сбрасывает все оковы. Не позволяйте себе обманываться внешним блеском. Слушайте теплые толчки своего сердца и воспринимайте их как наивысшую ценность. Учитесь использовать свои чувства. **Учитесь искусству прощения, тогда получите то, что Вам необходимо**, в том числе и материальные блага.

Если же Вы надеетесь сразу стать богатым, счастливым, удачливым, то может случиться, что Вы окажетесь еще не готовыми для усвоения такого опыта и получите обратное. Кто искренне чувствует, что готов... Почему бы и нет! Но если богач не распоряжается своими богатствами с достоинством, то в будущую жизнь он может явиться нищим. Если же он выучит свой урок, то есть сумеет властвовать над деньгами, не делая ими другим плохо, то в будущую жизнь он может прийти королем, чтобы научиться властвовать и народом.

Но духовные миллионы у всех нас есть уже сейчас.

А тот, кто спросит: *«Если я сейчас же начну думать и жить правильно, то тогда моя жизнь наладится?»* — пусть знает — он пришел не на базар. Это там ему сразу отвесят кусок по желанию.

В духовном мире поступок влечет за собой последствие, достойное поступка. Для этого-то человек и должен думать и мыслительной работой направлять энергию чувств в нужное русло.

Кто предъявляет условия, может остаться ни с чем. Кто делает хорошее, не ожидая вознаграждения, будет вознагражден вдвойне. Все, что мы делаем, делаем для себя и получаем обратно вдвое.

**Жизнь — это борьба, а у борьбы есть
положительные и отрицательные стороны.**

Всякий опыт необходим, поскольку он учит.

**Кто еще не нашел своего пути, ищите и решайте.
Может быть, найдете с помощью этой книги.**

Господство страха

Стресс является напряженным состоянием организма, возникающим как защитная реакция на негативные, или плохие, раздражители.

**Стресс — это невидимая глазу энергетическая
связь с плохим.**

**Все, что для данного человека плохо,
является стрессом.**

Медицина рассматривает стресс на уровне его физического проявления, то есть возникшей болезни. А болезнь есть не что иное, как суммарно накопившаяся невидимая энергия, которая и вызывает физический недуг. И медицина, и человек обычно понимают стресс как последнее психическое напряжение в веренице стрессов, испытываемых за год или многие десятки лет, за которым непосредственно последовала болезнь. Такое толкование стресса страдает ограниченностью.

Для того чтобы лучше понять перерастание стрессов в болезнь, необходимо объяснить действие страха. Еще в первобытнообщинные времена было известно о магическом действии страха на врага: устрашающий боевой клич косил с ног и без оружия.

Негативная энергия страха поражает почки и надпочечники. В надпочечниках на физическом уровне возникает спазм и уменьшение либо прекращение выделения

гормонов; они уже не поступают в кровь в необходимом объеме. Эти гормоны жизненно важны. Это доказывает тот факт, что человеку, находящемуся в клинической смерти, первым делом вводят гормоны надпочечников.

Надпочечники расположены в задней части 3-й чакры и тем самым связаны:

- с властью и господствованием,
- с силой воли.

Человечество — пленник страха!

Страх как в прямом, так и в переносном смысле владеет сегодня человечеством и уничтожает силу воли.

У каждого органа есть сознание. Когда пропадает воля, то орган отказывается работать. В зависимости от природы страха он поражает разные чакры и разные органы.

Напомним:

VII чakra — проблемы веры.

VI чakra — проблемы равновесия мира эмоций и мира рассудка.

V чakra — проблемы общения.

IV чakra — проблемы любви.

III чakra — проблемы власти и господствования.

II чakra — сексуальные проблемы.

I чakra — проблемы жизненной силы.

Нередко люди отрицают наличие у них страха, потому что не хотят признавать себя трусами либо же считают страх чувством, которое возникает перед лицом физической опасности.

Если мы говорим: я не хочу, я не смею, не ошибаюсь ли я, не знаю, стоит ли, то за этими фразами в действительности скрывается страх.

Тот, кто удосуживается поразмыслить и поговорить сам с собой, может признаться себе в том, что он испытывает страх.

Состояние страха влияет на чакры одинаковым образом, хотя один страх называем страхом, а другой не хотим так называть.

Особенно сильна у людей магия страха в наши дни. Всевозможные стихийные бедствия, войны, экономический хаос, преступность, неясность, незащищенность и предсказания вселяют страх и вызывают болезни. Человек не задумывается о том, что все эти проблемы естественны и являются следствием несправедливых мыслей и поступков человечества. То, что за хорошим следует плохое — естественно, и затем вновь наступает хорошее. Боязнь лишь усиливает плохое.

Человек же продолжает испытывать страх. Тот, кто прощением снимает с себя страх, может жить в душевном покое.

Вместо того чтобы испытывать страх перед будущим, лучше начните исправлять настоящее. Особенно рекомендую это пенсионерам, безработным, больным, чье время тратится впустую.

Вспоминаю одну старушку, которая, благодаря своей добросердечности, была очень здоровым человеком, однако все время боялась из-за всего и из-за всех и в конце концов заболела. Когда я разъяснила ей причину заболевания, она стала сильно переживать из-за своей глупости, но оказалась беспомощной разрешить эту ситуацию.

Прежде всего я научила ее прощать свой страх, во-вторых, прощать всем тем, кто делает плохо другим, ибо плохое совершает только тот, у кого в душе нет любви. Каждый хороший человек может простить мать, которая оставила своего сына без любви, в результате чего он пошел воевать. Каждый хороший человек может простить и такого сына и послать ему любовь — то, без чего эта беспокойная душа творит в мире плохое. Тогда придет конец насилию.

Как приятно было смотреть на восторженные слезы этой старушки: она радовалась тому, что нашла, куда направить свою любовь, она перестала быть напуганной.

В действительности страх коренится более глубоко — в бездонности человеческого духа. Дух, который сейчас

пребывает на свете в виде человека, перебивал здесь уже много раз. В каждой своей жизни человек совершал ошибки, которые не сумел правильно оценить или, иначе говоря, не прибавил ума. Его душа ощущает вину за то, что не сумела правильно провести уроки для своего тела. Дух хоть и знает, что вины как таковой нет, тем не менее, на него через подсознание воздействует сознание тела.

Дух с укоренившимся чувством вины приходит на Землю снова и снова, чтобы искупить свою вину. Одну вещь выучит, другую — нет. Дух помнит все и знает все, также и то, что научиться можно с помощью учения — до совершения ошибки. Груз вины за совершенные ошибки давит на Землю. Дух ощущает, что из-за его ошибок положение на Земле ухудшилось. Следовательно, дух знает, что он причастен к царящему в данный момент хаосу, и у него возникает страх за судьбу Земли, поскольку по закону за причины и следствия он ответственен перед Богом.

Это не означает пребывания на скамье подсудимых в ожидании приговора, а означает то, что каждый дух несет ответственность за приращение мудрости Всеединства, и если он остановит этот процесс, то последствия окажутся глобальными, затрагивающими конкретно и его самого.

Коротко говоря, дух знает, что из-за его ошибок на Земле наступил кризис, его чувство вины вызывает страх перед будущим.

Страх разрушает тело человека и препятствует развитию духа.

Этот страх мы искупим, если попросим прощения у Земли и у Бога за то, *что своими ошибками причинили им зло, и простим себя за то, что это совершили.*

Землю окружает сфера негативной энергии, состоящей, в свою очередь, из разных слоев стрессов. Каждый человек, в зависимости от своих стрессов, может попросить прощения у Земли за то, *что своей злобой, завистью, страхом, чувством вины, жадностью, местью, недобро-*

желательностью, обвинениями, злорадством и т. д. изолировал Землю от чистого Космоса. И простить себе, что так сделал. Земля ожидает любви так же, как и каждый из нас.

Кто прощает поверхностно, тот получит и соответствующий результат. Земля ждет прощения, которое освободило бы человечество от собственных пут. Все, что внушает страх, — непонятно, и напуганный человек воспринимает Землю и происходящие на ней процессы как несправедливость и кошмар. Земля любит человечество, однако вынуждена терпеть людскую негативность. Эту негативность Земля пытается уравновесить всевозможными процессами в недрах, но человек ухитряется опередить ее, загрязняя Землю. Накопившаяся негативность уничтожается посредством землетрясений, наводнений, извержения вулканов, ливней, войн и т. п. Если бы Земля этого не делала, то разрушилась бы окончательно и погибла.

Каждый, кто хочет быть счастливым, должен помогать Земле, иначе нельзя. Земля ведь наш дом. Если дом не любят, то он погибает. Каждый, кто приносит в дом плохие мысли, отравляет домашнюю атмосферу, и этот дом может разрушиться. Никто в таком доме не чувствует себя свободно. Человечество находится в плену у собственных стрессов.

УЧЕНИЕ О ПРОЩЕНИИ ЕСТЬ УЧЕНИЕ О ВЫЖИВАНИИ

Очень трудно заставить думать современного, насквозь материального человека. Мне часто приходится слышать прежде, чем удастся закончить мысль: «Нет, мой недуг не от этого». Остается только усмехнуться, поскольку данный человек с порога отвергает все, включая хорошее, ибо он настолько в плену у плохого, что автоматически всему сопротивляется. Часто приходится подчеркивать: мозг создан не ради красоты, а ради пользы. Думайте и делайте выводы. Простите своим стрессам, за ними не всегда нужно искать конкретного виновника.

Сядьте и представьте себе черную тучу — это Ваш страх. Страх — это энергия, у энергии есть сознание, а значит, Ваш страх слышит Вас. Он не зловредный и явился не для того, чтобы Вас терзать. Вы сами вобрали его в себя. Он пришел учить Вас.

Ваше тело от этого страдает, но освободиться от страха оно не в силах. Только Вы сами в состоянии это сделать. Тело знает, что все, что Вы в себя вбираете, нужно Вам для того, чтобы научиться и стать мудрее. И тело вынуждено страдать и мучиться под растущей горой страхов. Тело так или иначе дает знать об этом. Так помогите же ему!

Скажите этой туче страха: *«Я прощаю тебе за то, что ты вселилась в меня. Я прощаю себе, что приняла ее. Дорогое тело, прости меня за то, что тем самым сделала тебе плохо. Я только училась, а теперь поумнела»*.

Ощутите затем свое тело, и Вы почувствуете, что тело стало более легким. Представьте себе свой страх, и, возможно, Вы почувствуете, что он уменьшился. Если повторять по многу раз, страх исчезнет. Таким же образом можно снять все стрессы. А уж потом можно простить человека, который Вас испугал.

До тех пор, пока в Вас сидит Страх, Ваше тело знает, что Вы нуждаетесь в запугивании, и Вы будете сталкиваться с людьми и с ситуациями, которые будут вызывать у Вас страх. Когда же Вы победите в душе страх, то, словно по мановению волшебной палочки, страшное Вам уже не встретится.

Прощение должно стать привычным делом. До тех пор, пока Вы окончательно не освободитесь от страха, Вам снова и снова придется, пусть самую малость, сталкиваться со страхом воочию или понаслышке. Если это происходит, то значит, что Вы еще не полностью избавились от страха.

Среди людей много таких, кто ради моды прощает раз-другой, а затем делает вывод: *«Это не помогает. Только дураят людей»*. И продолжают двигаться по пути безумия. Но в жизни действует правило: как работаешь, столько и получишь.

Человек, испытывая чувство вины из предыдущих жизней, притягивает к себе ситуацию, в которой сам становится без вины виноватым. Часто испытывается необъяснимое чувство вины, которое огорчает или раздражает. Любое слово воспринимается как упрек, а значит, как обвинение. Человеку, испытывающему чувство вины, ничего нельзя объяснить. Чем больше чувство вины, тем ближе подступает страх перед будущим. У кого в душе таится чувство вины, тот должен обвинять других — ему это необходимо.

Поскольку хронический страх страхом не называется, а человеком он овладел и не дает идти вперед, то он вызывает чувство протеста, злобу и сопротивление.

Бойцовский тип выбирает жестокую схватку с плохим. Покорный тип топит страх в алкоголе либо наркотиках.

Пристрастившиеся к успокоительным средствам наркоманы-неврастеники оправдывают свою борьбу болезнью.

**Побеждает тот, кто борется за хорошее,
а не против плохого.**

Чувство вины, доходя до критической черты, превращается в страх. Страх, доходя до критической черты, превращается в злобу. Злоба, доходя до критической черты... **начинает уничтожать самого человека.**

Злоба вызывает злую болезнь — рак.

Неважно, проявляете ли Вы злобу внешне или копите ее в себе, — результат один и тот же. Страх перед раком лишь быстрее притягивает его. Если копить в себе злобу на других и вопрошать *«почему они так делают?»*, то эффект получается тот же.

Страх разрушает силу воли.

**Страх — это стресс надпочечников,
который охватывает через чакры все тело.**

**Пораженный страхом орган не способен работать.
Если орган не хочет, то заставить его невозможно.**

От стрессов родителей страдают дети. Они ясновидцы и хотят видеть в родителях хорошее.

**Кто исправляет прошлое,
тот одновременно исправляет и будущее.**

Если пришла болезнь, то задумайтесь о том, где она расположена — слева или справа, внизу или наверху, спереди или сзади, в какой чакре и на уровне какого позвонка, и Вы найдете причину в своей душе.

Простите своему стрессу.

Простите себе...

Попросите прощения у своего тела.

Если в больном месте или во всем теле возникает чувство облегчения, то Вы обнаружили истинную причину. При повторном прощении исчезает боль, а вслед за ней и вся болезнь.

Если человек болен с головы до пят, то причина заключается в том, что он не умеет ни прощать, ни просить прощения. Он не признает собственных ошибок. Когда начнет их признавать, прощать, тогда поправится.

**Для того, чтобы выздоровление было стабильным,
нужно полностью и окончательно переделать свое
мышление.**

Душевный покой = Здоровье

Почему в старину люди были спокойными? Не так трудно это понять:

I чakra — Понедельник

II чakra — Вторник

III чakra — Среда