

УДК 159.9  
ББК 88.4  
В42

**Виилма, Лууле.**

В42 Книга души. Учение о выживании. Остаться человеком, или Достоинство жизни / Лууле Виилма. — Москва : Эксмо, 2018. — 448 с. — (Свет исцеления).

ISBN 978-5-04-095339-4

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 даёт нам? Надежду излечиться, научившись слышать своё тело и понимая те сигналы, которые оно подаёт нам через болезнь. Идя вслед за Виилмой, используя её 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 пятый том собрания сочинений — «Книгу души» — вошли два труда Лууле Виилмы из одиннадцати, написанных ею, — «Учение о выживании» и «Остаться человеком, или Достоинство жизни».

В «Учении о выживании» автор настоятельно советует каждому найти в себе силы и возможность самому прожить свою жизнь. Ибо, выпустив из рук этот процесс, передоверив его другому — не важно, по какой причине, — мы переполняем собственный сосуд, в котором копятся стрессы. Для кого-то этот миг уже миновал. Для кого-то наступил. А кому-то ещё предстоит. Всё это — одна из важнейших нитей клубка, разматывая которую мы добиваемся до сути наших проблем со здоровьем.

Любовь — это химия. Расхожая фраза. Но что за ней стоит, какие процессы она запускает, как поддерживать эти процессы или обратить их, пока не поздно, вспять — об этом и рассказывает доктор Виилма в своей книге «Остаться человеком, или Достоинство жизни».

УДК 159.9  
ББК 88.4

ISBN 978-5-04-095339-4

© Виилма Л., 2017  
© Рююдя И., перевод на русский язык, 2017  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

СВЕТ ИСЦЕЛЕНИЯ

**Лууле Виилма**

**КНИГА ДУШИ**

**УЧЕНИЕ О ВЫЖИВАНИИ**

**Остаться человеком, или Достоинство жизни**

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*  
Ответственный редактор *А. Мясникова*  
Редактор *С. Куликов*  
Художественный редактор *В. Терещенко*  
Верстка *С. Олюнин*

В коллаже на обложке использованы фотографии:  
Pindyurin Vasily / Shutterstock.com  
Используется по лицензии от Shutterstock.com

**ООО «Издательство «Эксмо»**

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Өндіруші: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Тауар белгісі: «Эксмо»

**Интернет-магазин** : [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

**Интернет-дүкен** : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо» [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 20.06.2018. Формат 60х90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 28,0.

Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-04-095339-4



9 785040 953394 >



В электронном виде книги издательства БК МОСКВА  
купить на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

**ЛитРес:**  
идеи книг до книг



Оптовая торговля книгами «Эксмо»:

ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,  
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел.: 411-50-74.

E-mail: [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми  
покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»

E-mail: [international@eksmo-sale.ru](mailto:international@eksmo-sale.ru)

*International Sales: International wholesale customers should contact  
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.*

[international@eksmo-sale.ru](mailto:international@eksmo-sale.ru)

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном  
оформлении, обращаться по тел.: +7 (495) 411-68-59, доб. 2261.

E-mail: [ivanova.ey@eksmo.ru](mailto:ivanova.ey@eksmo.ru)

Оптовая торговля бумажно-беловыми

и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:

Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,  
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).

e-mail: [kanc@eksmo-sale.ru](mailto:kanc@eksmo-sale.ru), сайт: [www.kanc-eksmo.ru](http://www.kanc-eksmo.ru)

**В Санкт-Петербурге:** в магазине «Парк Культуры и Чтения БУКВОЕД», Невский пр-т, д. 46.

Тел.: +7(812)601-0-601, [www.bookvoed.ru](http://www.bookvoed.ru)

*Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:*

**Москва.** ООО «Торговый Дом «Эксмо». Адрес: 142701, Московская область, Ленинский р-н,  
г. Видное, Белокаменное шоссе, д. 1. Телефон: +7 (495) 411-50-74. E-mail: [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

**Нижний Новгород.** Филиал «Торгового Дома «Эксмо» в Нижнем Новгороде. Адрес: 603094,

г. Нижний Новгород, ул. Карпинского, д. 29, бизнес-парк «Грин Плаза».

Телефон: +7 (831) 216-15-91 (92, 93, 94). E-mail: [reception@eksmonn.ru](mailto:reception@eksmonn.ru)

**Санкт-Петербург.** ООО «СЗКО». Адрес: 192029, г. Санкт-Петербург, пр. Обуховской Обороны,  
д. 84, лит. «Е». Телефон: +7 (812) 365-46-03 / 04. E-mail: [server@szko.ru](mailto:server@szko.ru)

**Екатеринбург.** Филиал ООО «Издательство Эксмо» в г. Екатеринбург. Адрес: 620024,

г. Екатеринбург, ул. Новинская, д. 2щ. Телефон: +7 (343) 272-72-01 (02/03/04/05/06/08).

E-mail: [petrova.ea@ekat.eksmo.ru](mailto:petrova.ea@ekat.eksmo.ru)

**Самара.** Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Самаре.

Адрес: 443052, г. Самара, пр-т Кирова, д. 75/1, лит. «Е».

Телефон: +7(846)207-55-50. E-mail: [RDC-samara@mail.ru](mailto:RDC-samara@mail.ru)

**Ростов-на-Дону.** Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Ростове-на-Дону. Адрес: 344023,  
г. Ростов-на-Дону, ул. Страны Советов, д. 44 А. Телефон: +7(863) 303-62-10. E-mail: [info@rnd.eksmo.ru](mailto:info@rnd.eksmo.ru)

Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Ростове-на-Дону. Адрес: 344023,

г. Ростов-на-Дону, ул. Страны Советов, д. 44 В. Телефон: (863) 303-62-10.

Режим работы: с 9-00 до 19-00. E-mail: [rostov.mag@rnd.eksmo.ru](mailto:rostov.mag@rnd.eksmo.ru)

**Новосибирск.** Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Новосибирске. Адрес: 630015,  
г. Новосибирск, Комбинатский пер., д. 3. Телефон: +7(383) 289-91-42. E-mail: [eksmo-nsk@yandex.ru](mailto:eksmo-nsk@yandex.ru)

**Хабаровск.** Обособленное подразделение в г. Хабаровске. Адрес: 680000, г. Хабаровск,  
пер. Дзержинского, д. 24, литера Б, офис 1. Телефон: +7(4212) 910-120. E-mail: [eksmo-khv@mail.ru](mailto:eksmo-khv@mail.ru)

**Тюмень.** Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Тюмени.

Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Тюмени.

Адрес: 625022, г. Тюмень, ул. Алебашевская, д. 9А (ТЦ Перестройка+).

Телефон: +7 (3452) 21-53-96/ 97/ 98. E-mail: [eksmo-tumen@mail.ru](mailto:eksmo-tumen@mail.ru)

**Краснодар.** ООО «Издательство «Эксмо» Обособленное подразделение в г. Краснодаре

Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Краснодаре

Адрес: 350018, г. Краснодар, ул. Сормовская, д. 7, лит. «Г». Телефон: (861) 234-43-01(02).

**Республика Беларусь.** ООО «ЭКСМО АСТ Си энд Си». Центр оптово-розничных продаж

Cash&Carry в г.Минске. Адрес: 220014, Республика Беларусь, г. Минск,

пр-т Жукова, д. 44, пом. 1-17, ТЦ «Outleto». Телефон: +375 17 251-40-23; +375 44 581-81-92.

Режим работы: с 10-00 до 22-00. E-mail: [exmoast@yandex.by](mailto:exmoast@yandex.by)

**Казахстан.** РДЦ Алматы. Адрес: 050039, г. Алматы, ул. Домбровскийого, д. 3 «А».

Телефон: +7 (727) 251-59-90 (91,92). E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

**Интернет-магазин:** [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

**Украина.** ООО «Форс Украина». Адрес: 04073 г. Киев, ул. Вербова, д. 17а.

Телефон: +38 (044) 290-99-44. E-mail: [sales@forsukraine.com](mailto:sales@forsukraine.com)



КНИЖКАМ  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

BOOK24.RU

ИЗДАТЕЛЬСТВО

BOOK24.RU



# **УЧЕНИЕ О ВЫЖИВАНИИ**

**СПРАВОЧНИК ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО МЫСЛЯЩИХ**

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, — осознаёте вы  
успокаиваясь.  
Вы счастливы. Хотя бы на мгновение.

---

О наступлении следующего подобного мгновения Вы уже сумеете позаботиться получше.

Человек идёт 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 обессиленный 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 даёт мне возможность исправить ошибки.

Я благодарна Времени за всё более сложные уроки, преподносимые Жизнью.

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



# 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 зашёл впотьмах внутрь, приняв дверь за входную, может через неё 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 просвещённым 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 покуда человек жив, он способен воспринимать всё, 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 свойственны незрелость, неумение понять сущность жизни. Нас в течение тысячелетий держали в темноте, и мы свыклись с ребяческим отношением к жизни, хотя душа и протестует всё 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 принимаемся её отрицать.

Менее всех страшится истины молодёжь, так как у молодых душа ещё достаточно чиста для её восприятия. В то же время молодёжи 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 ещё 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 свернёт, — 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 моё 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, поймём, что помог нам не кто-то, а мы сами.

Нет опоры надёжнее, чем подставить плечо самому себе, только вот в наши дни оказание помощи самому себе — занятие непопулярное. Те, кто считают 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 идёт о душевных переживаниях либо повседневных недомоганиях. Ещё в школьную пору я интересовалась оказанием первой помощи для того, чтобы оказывать её себе. Позже эта тяга привела меня на меди-

цинский факультет. И это понятно — ведь, зная причины болезни и её развитие, недуг можно предотвратить. Правда, это не всегда удаётся, но речь сейчас не об этом.

На своём пути, занимаясь своими делами, я постоянно сталкивалась с людьми, которые мыслят совсем иначе, чем я. При малейшей травме или лёгком недомогании их первая мысль — немедленно обеспечить себе наилучшую врачебную помощь. Частенько бывает, что во всём мире не найдётся такой высококласной 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 на-

●

**ВЫХОД ИЗ  
ЖИЗНЕННОГО  
ТУПИКА ЧЕЛОВЕК  
НАХОДИТ,  
ЕСЛИ СУМЕЛ  
РАЗОБРАТЬСЯ  
В САМОМ СЕБЕ**

●

блюдениям, 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 вернётся.

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. Причин, по которым человек перепоручает свою жизнь другим, находится великое множество. Самая банальная — то, что сам он чего-то не умеет. Неумению находится оправдание: я же не специалист. А о том, что посторонний, быть может, тоже не умеет, человек не задумывается.

мывается 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 неё 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 чём. Всё дело в людях. Время преподносит людям жизненный урок, то есть даёт 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 идёт от сердца — в том, что жизнь начинается с самого человека, то Вы делаете выбор в пользу любви. Если пока

ещё 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 произойдёт 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 её уже не в состоянии. Надежда научиться этому есть у каждого. Кто её утратил, тот не готов к новому. Ему ещё нужно повариться в собственных страданиях.

Есть люди, которые отчаянно пытаются исправить свои ошибки, однако ничего не получается. Они совершают ещё 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. Всё 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 болеет 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 нерешённый 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 чём-то разобраться, мы даем себе время на размышление, и ответ находится. Ответ всегда идёт 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 поймёте, 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 ещё более бесчувственным.

Если Вы сами тот человек, который является для окружающих проблемой, то задумайтесь, почему так происходит. Если Вы обустроиваете свою жизнь сами, то поймёте 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 не способны противостоять атаке извне. Ваша бесчувственность, она же форма самозащиты, выплёскивается 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 пойдёт об ошибках, ожидающих исправления. Не отчаивайтесь, если почувствуете, что исправление ошибок — это нескончаемая работа.