

Серия «Опыт моей жизни»

Илона Давыдова

Отрывок из книги

Я И СМЕРТЬ

ПАНДЕМИЯ



УДК 159.92
ББК 88.52
Д13

Давыдова, Илона.

Д13 Я и смерть. Пандемия / Илона Давыдова. —
Москва : Эксмо, 2021. — 48 с.

В 2020 году мир охватила эпидемия коронавируса. Жизнь практически остановилась в большинстве стран. Закрылись международные границы, не работал общественный транспорт, кафе, магазины, музеи. Отсутствие лекарств и вакцин от новой, ранее неизвестной болезни вызывало в людях страх перед неизвестностью. Автор книги, запертая в Нью-Йорке, эпицентре болезни в Америке, побившем все мировые антирекорды по заболеваемости коронавирусом, делится своим уникальным опытом и рецептом, как победить страхи и пережить этот тяжелый этап.

**УДК 159.92
ББК 88.52**

ISBN 978-5-9909279-9-5

© Давыдова И., текст, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие от автора.....	4
Часть первая. Я отдохну	9
Часть вторая. Я увижу небо в алмазах	33

Как естественно рождается ребенок, не спросив, можно ли и каким родиться, так и из моей души это родилось.

Невольная защитная реакция — когда смерть уже не один на один со мной, а, собрав несметное вражеское войско, наступает со всех сторон. Кольцом. Когда кольцо каждый день сжимается, уже касается края твоей одежды, а ты, загнанный в угол, ничего не можешь сделать, никак не можешь защититься.

Даже если ты очень сильный. Даже если никогда не сдаешься, как я.

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА

Эта книга не для всех.

И это вовсе не книга.

Это новая форма психотерапии для людей, которые находятся на пороге между жизнью и смертью, испытывают сильный стресс, парализующие, мешающие жить дальше и бороться со смертельной болезнью страха. Страх сам по себе ставит человека в положение проигравшего. По статистике, только от раковых болезней каждый год в мире умирает около семнадцати миллионов человек. Еще примерно в три раза больше людей живы, но болеют раком и не знают, настанет ли для них завтрашний день.

Пандемия поставила всех людей на Земле в такое же положение. Сегодня каждый, даже молодой и здоровый человек, не знает, будет ли он жив через неделю или через месяц. Далеко не все могут с легкостью относиться к этой ситуации и продолжать жить как ни в чем не бывало.

Как любое новшество эта программа может вызывать у некоторых недоверие или отторжение. Когда-то изобретателя мобильного телефона, который вышел на улицу Манхэттена апробировать устройство, хотели связать и увезти в психушку. Еще бы! Человек держал в руке «кирпич», прижимал его к уху и говорил с ним как будто с человеком. Вокруг чудака собралась изумленная толпа. Вызвали «Скорую», опасаясь, как бы он не прибил кого своим «кирпичом». А ведь это был первый мобильный телефон в руке своего создателя!

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА

* * *

Аудиопрограмма «Я и СМЕРТЬ» находится в открытом доступе на YouTube. Бесплатно — для всех, кто в ней нуждается.

Для того чтобы программа была эффективной, ее нужно слушать:

1. Только в наушниках, не отвлекаясь, можно на прогулке.
2. Не менее 10–12 раз в каждом исполнении. Всего их четыре:

- В исполнении автора + музыкальное оформление.
- В исполнении актрисы Юлии Граут + музыкальное оформление.
- В исполнении автора без музыкального оформления.
- В исполнении актрисы Юлии Граут без музыкального оформления.

Чтение текста не является обязательным, хотя многие считают его необходимым.

Результат освоения программы состоит в том, что человек испытает полное освобождение, избавление от страхов и тревог, связанных с потенциально надвигающейся опасностью смерти. Жизнь без страха смерти можно сравнить с небом, на котором рассеялись темные тучи и тем самым освободилось место для яркого света, яркого солнца и белоснежных облаков.

*С большой любовью к тонко
чувствующим людям,
Илона Давыдова*

* * *

Все средства, собранные от продажи этой книги, а также пожертвования каналу «Я и СМЕРТЬ» на YouTube будут направлены на помощь:

- больницам России;
- научно-исследовательским центрам, где разрабатываются лекарства от рака;