



Лууле Виилма



Боль в твоём
сердце



Москва

УДК 159.9
ББК 88.5
В42

Виилма, Лууле.

В42 Боль в твоём сердце / Лууле Виилма ; [перевод с эстонского И. Рююдья]. — Москва : Эксмо, 2025. — 480 с. — (Свет исцеления).

ISBN 978-5-04-218392-8

Лууле Виилма (1950—2002) — известная эстонская целительница и врач. Общаясь с пациентами, она поняла, что любая болезнь — результат обид и стрессов, которые мы порой копим в себе годами. Приходило ли вам в голову, что лишний вес возникает у людей, которые недовольны собой и слишком стремятся быть хорошими в глазах окружающих или же принимают на себя ответственность за их благополучие? Что неполадки с пищеварительным трактом свидетельствуют: мы проглотили обиду, но не смогли ее «переварить»? Что онкология — это чаще всего чувство вины или невозможность простить за причиненное зло? В своей книге Виилма упоминает и печально известный коронавирус. Заражаются им, как правило, в первую очередь те люди, которые сильно переживают из-за ошибок, которые они сделали. Книга «Боль в твоём сердце» поможет осознать истинные причины ваших недугов и «отпустить» их.

УДК 159.9
ББК 88.5

© Виилма Л., текст, 2025

© Рююдья И., перевод на русский язык, 2025

ISBN 978-5-04-218392-8

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

БОЛЬ В ТВОЁМ СЕРДЦЕ

Счастлива та жизнь,
в которой есть в меру хорошего,
считающегося не только хорошим,
и в меру плохого,
считающегося не только плохим.

Лишь человеку дарована способность отдавать что-либо другим и принимать то, что дают другие. Чем больше эта способность реализуется только в материальной плоскости, тем сильнее отдающий помышляет лишь о своей корысти, а берущий — о своей. До такого примитивного состояния человека низводят невидимые силы, они же стрессы. Высвобождая стрессы, человек перестаёт ощущать себя узником и обретает в себе Человека.

Постижение самого себя — процесс не только интересный, но и дарующий счастье. Нет более увлекательного занятия, чем познание самого себя. Человек, открывающий в себе всё новые пласты, не только приобретает знания, но и начинает использовать их в целях собственного развития. Это ему не надоедает, хоть он и знает, что процесс этот бесконечен. Для него это не насильственное изменение себя, а изменение, благодатное для души.

Совершенствоующийся человек творит более совершенный мир, который, по существу, является зеркальным отражением Создателя. Лишь человек, познавший себя, созидает мир, в котором царят гармония и равновесие. Живущие в таком мире люди умеют лечить себя мыслями. Лечение мыслями, или исправление умонастроения, является наивысшим классом способностей человека. Для учёбы в этом классе мы уже готовы. Кто в это не верит, тот ещё не готов.

В подобной школе как учителем, так и учеником является сам человек. Возносится духом тот, кто испытывает потребность познать себя. И чахнет духом тот, кто принуждает себя развивать свою духовность и добросовестно над собой работает. Земное принуждение и принуждение духовное не имеют принципиальных отличий. 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.

К читателю

Лучший врач для человека — он сам. Вероятно, Вы уже испытали это на себе. Чтобы лучше помочь пациенту, следует овладеть языком стрессов.

Продолжаю старую тему на основе новых, уточнённых деталей. Поскольку первоначальный бум на духовность в Эстонии миновал, я верю, что эту книгу будут читать те, кто начал серьёзно заниматься собой. Поэтому я осмеливаюсь более подробно остановиться на собственных заблуждениях, связанных с поисками самой себя. Говорить об этом я намерена честно, без экивоков.

Я убедилась в том, что рассказы о чужих историях, будь то письменные или устные, помогают уловить мысли, ведущие к узнаванию самого себя. Одна мысль рождает другую, та — третью и т. д., пока цепочка не приведёт к потайной дверце, скрывающей сущность некоей черты характера. Иной раз приходится возвращаться в предыдущие жизни, а чаще упираться в некий момент жизни нынешней, мимо которого человек столько раз проскакивал, не замечая его. Душа-то, возможно, и трепыхнется в этот миг, однако сила и мощь разума приказывают сосредоточиться на другом. Познавая себя и помогая пациентам встать на путь самопознания, я настолько в себя поверила, что осмеливаюсь писать о проблемах, которые ещё недавно причиняли мне сердечную боль.

Нынешняя, шестая, книга и следующая, седьмая*, вызрели одновременно и параллельно, ибо

* «В согласии с собой».

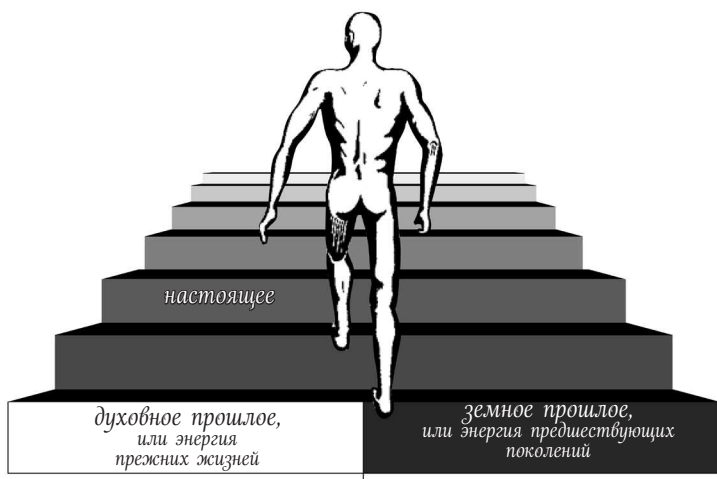
поначалу задумывались как одна. Работать над рукописью было интересно, поскольку я углублялась в последствия фактов, представлявшихся мне мелочами, и теперь могу со спокойной совестью повторить жизненную истину: мелочь — дело важное, а важное дело — мелочь. Простое является сложным, сложное — простым. Трудное является лёгким, лёгкое — трудным. Трудно лечить болезнь, духовное содержание которой больной тщательно скрывает даже от самого себя. И уж тем более от меня. Лечение этой же болезни становится лёгким, когда больной раскрывается, то есть признаёт свои стрессы. Желание слыть хорошим человеком сродни сказочному злему духу, который превратил человека в вечного стражника сокровищ своей души. Он не подпускает к сокровищам даже самого владельца.

Умереть в нищете, обладая богатством, — такое бывает не только в сказках. Всякая болезнь — то же богатство. Если бы человек знал волшебное слово «прости», то знал бы, кому это слово адресовать, и все потайные двери открылись бы перед ним одна за другой. Тогда никому не пришлось бы блуждать да ковыряться в потёмках его души.

Блуждать я давно уже не блуждаю. А ковыряться, вернее, копать — всё ещё приходится. Мечтаю о том времени, когда и этого не понадобится, о том времени, когда больной придёт мне на помощь, как друг, чтобы отыскать первопричину своей болезни. Но не для того, чтобы истребить болезнь, как врага, а чтобы уяснить её корни и высвободить их с помощью волшебных слов. Эти корни, или причины, составляют прошлое — как в духовном, так и в физическом смысле.

ПРОШЛОЕ, НАСТОЯЩЕЕ, БУДУЩЕЕ

будущее



прошлое

Духовное прошлое — это предыдущие жизни самого человека.

Физическое прошлое — это предки и их деяния.

Заблуждения являют собой обоюдное зеркальное отражение их обоих. Духовное прошлое отражается в физическом прошлом. Если человеку не приходит в голову начать познавать себя через невидимое, то самопознание через видимое для него куда реальнее. Высвобождение одного высвобождает и другое. Неважно, с какого конца начинать. Ведь всё сущее — это лишь энергия. Различие между разными видами энергии заключается попросту в том, что одни виды более густые и потому видимые, другие же более разреженные и потому невидимы.

Если в предыдущей жизни Вы были женщиной, то в жизни нынешней обладаете той, бывшей женской энергией и притягиваете ею к себе подобную же женщину. Иначе говоря, Ваша спутница в настоящей жизни воплощает в себе те же женские качества, которые были свойственны Вам в прежней жизни в ипостаси женщины.

И, соответственно, Ваш теперешний спутник жизни обладает теми мужскими качествами, которыми обладали Вы в предыдущей жизни, пребывая тогда в ипостаси мужчины.

В конце предыдущей жизни и в начале следующей человек совершенно одинаков. Энергия завершения его предыдущей жизни равновелика сумме энергий его родителей в момент зачатия ребёнка.

Жизнь не запрещает заблуждающемуся человеку жить дальше.



Учебник языка стрессов

Всё сущее есть жизнь, независимо от того, ощущаем ли мы это или пока ещё нет. Видимый и невидимый мир составляют единое целое, будучи зеркальным отражением друг друга, неважно, признаём мы это или нет.

Общение есть сохранение жизни, ибо общение являет собой безусловную любовь. Одной из составляющих общения является отношение. Признавая лишь мир, видимый глазу, мы отрицаем мир невидимый, а значит, относимся к нему плохо, даже если по своему разумению относимся к нему превосходно. Телу от подобного отношения быстрый и очевидный вред вроде бы и не был нанесён, однако человеку становится не по себе. Почему? Потому что в результате неверного отношения возникает стресс, который не даёт человеку покоя.

Поскольку стресса Вы не видите, то с материалистической точки зрения его и нет, но так как Вам плохо, то он всё же есть. Чем сильнее Вы его отри-

цаете, тем хуже Вам становится. И в определённый момент Вас постигает физическая болезнь, которой прежде не было. Никто Вам ничего не подбросил, никто ничего у Вас не отнял, а болезнь, тем не менее, налицо.

В такой ситуации кое-кто начинает задумываться, отчего он заболел, а это *значит, что человек начинает общаться с болезнью*. Кто к болезни относится плохо, ругает и проклинает её, тому делается ещё хуже. Кто относится с пониманием, возможно, даже считая заболевание спасением в сложившейся сложной ситуации, тот идёт на поправку. Правильное отношение будет у того, кто понимает, отчего возникла болезнь и *что болезнь ему даёт*. *Лучше всех воспринимает назначение болезни тот*, кто, подобно загнанной лошади, нуждается в передышке и кто перевозносит хворь до небес за предоставленный отдых. Полностью исцеляется от недуга тот, кто осознаёт *значение* возникновения болезни.

Принимая всё это во внимание, я поняла, что со стрессами необходимо общаться, и, занявшись этим, осознала, что речь идёт о самом обычном общении, с коим мы имеем дело повседневно. Я убедилась в том, что нет никакой разницы, беседуешь ли ты с человеком или беседуешь со стрессами. Я помогала себе, помогала семье и друзьям, покуда меня не осенило изложить приобретённые знания на бумаге.

Первая книга знакомит читателя со стрессами и их языком, объясняет основные принципы и пытается пробудить интерес к невидимому миру.

Вторая книга анализирует происхождение языка стрессов, то есть их корней. После её публикации я набила себе первые шишки, благодаря чему

поняла, что разговаривать со стрессами и разговаривать с людьми — две большие разницы. *То, что для меня было тождественным, вовсе не было таковым для других.* Со стрессами можно вести откровенную беседу, быть самим собой и высвобождать их по мере умения. Стрессы уходят, и ты

○.....○

*Нет никакой
разницы, беседуешь
ли ты
с человеком
или беседуешь
со стрессами.*

○.....○

душой и телом ощущаешь, как становится легче. С людьми же можно разговаривать откровенно, когда они готовы к твоей откровенности, иначе твоим душе и телу становится тяжело. К счастью, душа у меня упорная, но это не означает, что она неуязвима. *Потребность отдавать преподала мне урок: нужно ли во-*

обще отдавать и как отдавать тем, кто привык в первую очередь получать.

В третьей книге речь идёт о целесообразности высвобождения стрессов и о том, что даёт человеку знание языка стрессов. Эту книгу критикуют — дескать, слишком толстая и сложная. Хотя я и учу, как упростить сложное, нынешний человек автоматически протестует как против принудительного, так и против добровольного учения. Многие так дальше и не продвинулись. Они вернулись к своим первоначальным, удобным для себя представлениям. Привычка избавляться от болезни при помощи медицины укоренилась весьма прочно. Ведь недаром кажется, что выздороветь — легче, чем отпустить болезнь на волю.

Четвертая книга адресована *Людям*. Иными словами, тем, кто пытается понять, что для них необходимо, а что нет. Научившись общаться со стрессами, Вы научитесь понимать, что есть Человек. Вы обнаружите, что Человек с большой буквы вовсе не из области бесплодных мечтаний. Это человек, который постоянно, шаг за шагом, познает себя всё более углублённо.

Пятая книга разъясняет возникновение наиболее трудных для понимания проблем и возникновение соответствующих им наиболее серьёзных заболеваний. Она учит предотвращать болезни, которые, возможно, нагрянули бы к Вам непрошенными гостями лет эдак через ...дцать.

Все мы по собственному опыту знаем, что изучение какого-нибудь языка требует немало времени. То же самое относится и к языку стрессов. Усвоение простых слов и выражений, необходимых для решения насущных проблем, происходит быстро, их использование становится столь естественным, и мы перестаём замечать, что разговариваем на чужом языке. Да он и перестаёт быть чужим, так как всё, что усвоено, становится своим, родным. Применение знаний для достижения желаемого результата и есть усвоение знаний, без чего знания утрачивают ценность. Чтобы знания не лежали мёртвым грузом, следует предоставить им свободу. В этом заключается волшебная сила, которая превращает богатство в ценность. Неиспользованная мудрость — это богатство, которое обесценивается со временем и которое, хотя и не наращивается, своей тяжестью всё больше пригибает человека к земле.

Если Вы осознали и признали наличие у себя основных стрессов, значит, возникла потребность их

высвобождения, и Вы не ощутили, что кто-то Вас к этому принуждает. Поэтому всё более усложняющиеся знания о стрессах, содержащиеся в последующих моих книгах, воспринимались Вами как нечто совершенно естественное, и Вы стали эти стрессы высвобождать, ибо поняли, насколько тем самым облегчается жизненная ноша. Возможно, Вы и сами пришли к мысли, что у стрессов свой язык. Ведь язык является средством самовыражения, а **выражение** — *это вывод вовне, или высвобождение скопившейся энергии.*

Разговаривая с другим человеком, я даю ему необходимую информацию о том, что нужно мне, и в итоге он даёт мне то, что мне нужно, будь то материальное либо нематериальное. Осознанно или неосознанно, я это принимаю. Разговаривая со стрессом, я даю ему свободу, а он даёт свободу мне, то есть то, без чего невозможно обойтись. Теперь я с благодарностью принимаю то, что мне дают. Тем временем я отдала уже всё и со своей стороны и потому с благодарностью принимаю то, что дают мне. Я доставила радость ему, он осчастливил меня, и у меня не возникает вопроса: «Почему я первой должна начать?» — так как твёрдо знаю, что моя жизнь начинается с меня самой, и поэтому естественно, что я сама должна браться за то, что мне предстоит сделать в жизни.

Знание языка стрессов важнее знания любого иностранного языка, ибо **НА ЯЗЫКЕ СТРЕССОВ С ЧЕЛОВЕКОМ ГОВОРIT ЕГО СОБСТВЕННАЯ ЖИЗНЬ.**

Многие спрашивают: *«Действительно ли такое мышление помогает всем людям?»* — «Помогает, — отвечаю я, — если они люди. Но если

они — хорошие люди, которые желают лишь добра и не отказываются от своего мнения, то не помогает». Труднее всего для человека — отказаться от устаревших, отживших свой век представлений, однако такой отказ является ключом к счастью.