



ЦЕЛИТЕЛЬНАЯ  
ЭНЕРГИЯ  
ВИИЛМЫ

# Лууле Виीलма

Учение  
О ВЫЖИВАНИИ



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.9  
ББК 88.3  
В42

*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.*

**Виилма, Лууле.**

В42 Учение о выживании / Лууле Виилма. — Москва : Издательство АСТ, 2016. — 220, [1] с. — (Целительная энергия Виилмы).

ISBN 978-5-17-099243-0

В этой книге Лууле Виилма рассказывает нам о том, как выжить, вернуть себе душевное и физическое здоровье и сохранить его в обществе, переживающем духовный кризис. Причины болезней и пути их преодоления, границы в человеческих отношениях, воспитание детей и самовоспитание, разница между чувством долга и самопожертвованием, наука быть собой и умение отличать свои подлинные желания от тех, что несут нашей душе разрушение, — все эти темы освещает доктор Лууле в своем труде, открывая для каждого из нас путь к обретению внутренней гармонии и избавлению от недугов.

Лууле Виилма — врач, акушер-гинеколог. После 23-летней блистательной практики в этой профессии она обнаружила в себе дар исцеления самых тяжелых болезней. Лууле Виилма пришла к выводу, что каждый человек может исцелить себя сам, если научить его освобождаться от причин болезни, — требуются лишь желание и воля.

*Данное издание не является учебником по медицине.*

*Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом*

ISBN 978-5-17-099243-0

© Виилма Л., 2002  
© Рююдья И.,  
перевод на русский язык, 2002  
© ООО «Издательство АСТ», 2016



# Содержание

---

Предисловие . . . . .	6
Смысл мышления . . . . .	8
Исправление исправленных ошибок . . . . .	11
Развитие через испытания . . . . .	13
Человеческое существо как растение . . . . .	19
Трагизм образцовости . . . . .	49
Такой важный детский мир . . . . .	54
О царстве желаний . . . . .	58
Ожидание . . . . .	86
Надежда . . . . .	93
Мысль — творящая и разящая . . . . .	100
Уже и помечтать нельзя? . . . . .	113
Мечта, тоска, детская вера . . . . .	114
Жизнь в ожидании чуда . . . . .	121
Всем мышцам мышцы . . . . .	126
Единственный преданный друг . . . . .	138
Свобода любой ценой . . . . .	145
О самообмане . . . . .	157
Смысл бытия . . . . .	179
Сила воздействия . . . . .	185
На чаше весов духовные ценности . . . . .	204
Жизнь, зачатая насильственным путем . . . . .	218

**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, — осознаете вы,  
успокаиваясь.  
Вы счастливы.  
Хотя бы на мгновение.*

*О наступлении следующего подобного мгновения вы уже  
сумеете позаботиться получше.*

*Человек идет 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 обессилевший*

*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**

**ДАЕТ МНЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПРАВИТЬ ОШИБКИ.**

*Я благодарна Времени*

*за все более сложные уроки, преподносимые Жизнью.*

*Если вы не в состоянии  
решить проблему,  
дайте ей возможность  
разрешиться.  
То есть высвободите ее.*



## Предисловие

---

Данная книга продолжает разрабатывать тему само-оздоровления, 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 зашел впотьмах внутрь, приняв дверь за входную, может через нее 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 просвещенным 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 все, 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 свойственна незрелость, неумение понять сущность жизни. Нас в течение тысячелетий держали в темноте, и мы свыклись с ребяческим отношением к жизни, хотя душа и протестует все 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 принимаем ее отрицать.

Менее всех страшится истины молодежь, так как у молодых душа еще достаточно чиста для ее восприятия. В то же время молодежи 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 еще немало времени, прежде чем слово «жизнь» напрямую отождествится в нашем сознании с жизнью духовной. Покуда мы, выпучив глаза, таращимся на материю как на первичную субстанцию, она же будет вынуждена силком повернуть нашу голову — хорошо, если шею при этом нам не свернет, — 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 мое 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, поймем, что помог нам не кто-то, а мы сами.

Нет опоры надежнее, чем подставить плечо самому себе, только вот в наши дни оказание помощи самому себе — занятие непопулярное. Те, кто считает 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 идет о душевных переживаниях либо повседневных недомоганиях. Еще в школьную пору я интересовалась оказанием первой помощи для того, чтобы оказывать ее себе.

Позже эта тяга привела меня на медицинский факультет. И это понятно — ведь зная причины болезни и ее развитие, недуг можно предотвратить. Правда, это не всегда удается, но речь сейчас не об этом.

На своем пути, занимаясь своими делами, я постоянно сталкивалась с людьми, которые мыслят совсем иначе, чем я. При малейшей травме или легком недомогании их первая мысль — немедленно обеспечить себе наилучшую врачебную помощь. Частенько бывает, что во всем мире не найдется такой высококлассной 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 наблюдениям, 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 вернется.

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 что-то не умеет. Неумению находится оправдание: я же не специалист. А о том, что посторонний, быть может, тоже не умеет, человек не задумывается 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 нее 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 чем. Все дело в людях. Время преподносит людям жизненный урок, то есть дает 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 идет от сердца — в том, что жизнь начинается с самого человека, то вы делаете выбор в пользу любви. Если пока еще 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 произойдет 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 ее уже не в состоянии. Надежда научиться этому есть у каждого. Кто ее утратил, тот не готов к новому. Ему еще нужно повариться в собственных страданиях.

Есть люди, которые отчаянно пытаются исправить свои ошибки, однако ничего не получается. Они совершают еще 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. Все 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 нерешенный 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 чем-то разобраться, мы даем себе время на размышление, и ответ находится. Ответ всегда идет 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 поймете, 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 еще более бесчувственным.

Если вы сами тот человек, который является для окружающих проблемой, то задумайтесь, почему так происходит. Если вы обустроиваете свою жизнь сами, то поймете 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 неспособны противостоять атаке извне. Ваша бесчувственность, она же форма самозащиты, выплескивается 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 пойдет об ошибках, ожидающих исправления. Не отчаивайтесь, если почувствуете, что исправление ошибок — это нескончаемая работа.

# Развитие через испытания



Мы живем в материальном мире, обществе, семье. Всем нам и нашему общему дому — Земле — необходимо *развиваться сообща*. Не будь у нас страхов, мы осознали бы, что, будучи самими собой, мы автоматически образуем со всеми единое целое, несмотря на то что в духовном отношении каждый из нас все же живет своей жизнью. Развиваясь сообща, мы по отдельности усваиваем то, в чем нуждаемся. **Деятельность совместная, а житейские уроки индивидуальные.** Понимание этого зависит от уровня развития учащегося. С повышением уровня развития подсознательное понимание становится осознанным. Как скоро? Рано или поздно. Никто не знает, в течение скольких жизней человек бьется над одной и той же проблемой, чтобы шаг за шагом постичь ее сущность.

Мгновения постижения сущности кого-то или чего-то бывают у всякого взрослого человека. На протяжении жизни одно и то же явление открывается человеку все новыми гранями, куда он не поймет, что доскональное познание кого-то или чего-то — процесс бесконечный. Так происходит развитие человека, что само по себе является осознанием сущего.

Мы являемся на свет, чтобы развиваться (расти) в ипостаси человека, а не для того, чтобы им стать.

**Кто не умеет развиваться прежде всего духовно,  
тому необходимы земные препятствия,  
лишения, тяготы,  
страдания, болезни,  
чтобы через них духовно развиваться.**

Сколько раз потребуется возродиться, чтобы это произошло, — личное дело каждого. Кто принимает на свой счет *отрицательные суждения окружающих*, у того развитие замедляется. *Кто испытывает восторг от чужой похвалы*, у того духовное развитие может на время даже

приостановиться. В размеренном темпе развивается лишь личность, которая всегда остается сама собой.

**ПРОБЛЕМЫ**, возникающие на жизненном пути, будь они мелкие или крупные, происходят от желаний, то есть от неумения жить согласно потребностям. Желание не принято именовать **ПРОБЛЕМОЙ**, ибо желают всегда хорошего, даже если окружающие считают это плохим. Нередко бывает, что человек приходит ко мне на прием, потому что у него есть **ПРОБЛЕМА**, но когда я называю это его **ПРОБЛЕМОЙ**, он взвизгивает, точно ужаленный: *«Почему вы говорите, что это ПРОБЛЕМА? Никакая это не ПРОБЛЕМА. Чем я хуже других? Разве у меня не может быть своей жизни? Почему я должен поступать так, как считают окружающие? Это их ПРОБЛЕМА, а не моя!»* Особенно яростно заявляют о своих правах представители сексуальных меньшинств и сектанты. По их мнению, их проблема на все 100% является проблемой для окружающих, ибо сами они проблемы в этом не видят.

Такие люди обычно приходят, чтобы отстаивать свои права. Болезней у них нет, поскольку эгоизм исключает физическое недомогание. Их терзает душевная мука, и чтобы ее уменьшить, они готовы разьяснять свои права всем инакомыслящим по очереди. Но с каждым разом душевные муки усиливаются, и потому эти люди делаются все более активными, навязчивыми и агрессивными. Однако законов жизни не изменишь. Собеседникам не остается ничего иного, как соглашаться с их доводами — не станешь же ломать копыя понапрасну. С виду как будто все уладилось. Ну а будущее покажет, нужно ли это было или нет.

В один прекрасный день **ПРОБЛЕМА**, которую не называли **ПРОБЛЕМОЙ**, все же становится **ПРОБЛЕМОЙ**. Когда уже не удастся выдавать черное за белое, когда выясняется, что счастье вовсе не было счастьем, когда ощущение беспомощности порождает чувство безысходности и бессмысленности — вот тогда **ПРОБЛЕМА** тут как тут. Иной человек скорее умрет, чем признает это. К сожалению, смерть не всегда является по заказу. Если смерти известно, что человеку нужно

усвоить еще и урок позора, то приходит ПОСТЫДНАЯ ПРОБЛЕМА, которая будет изводить человека до тех пор, пока он не признает, что грешил против законов жизни. Подобной же ПОСТЫДНОЙ ПРОБЛЕМОЙ это явится для того, кто ранее из великодушия поддался на уговоры, желая проявить себя с хорошей стороны, избежать ссоры, отвоевать права человека для представителей меньшинств (тайная цель которых — стать большинством), словом, для того, кто перекраивает мир, исходя из своих страхов и корыстных интересов.

**ПРОБЛЕМЫ** являют собой **НЕРЕАЛИЗОВАННЫЕ ЖЕЛАНИЯ**, а также **НЕЖЕЛАНИЕ**, **ПРОИСХОДЯЩЕЕ ОТ СВЕРХМЕРНОГО ЖЕЛАНИЯ**. Как правило, человек не замечает того, что причина всему этому — он сам. *Желая чего-то, человек желает того, в чем на самом деле нет нужды.* Ведь нет нужды в том, чтобы кто-то прожил за человека его жизнь. Более того, сделать это невозможно, хотя многие и пытаются. Кто это делает, тот не понимает, что тем самым он губит жизнь другого. А также и свою, ибо то, что делаешь другому, делаешь и себе.

**Обыкновение жить жизнью других, не позволяя им жить своей жизнью, является настолько распространённым неписанным законом, что если кто-то и вступит в защиту своей жизни, на него обрушится общественное мнение, доказывающее, какой он плохой. Кто запирает дверь своего дома, чтобы остановить доброхотов, тот плохой. Кто с той же целью запирает свою душу или смыкает уста, тот опять-таки плохой. Несчастливые люди не выносят счастья ближнего, они делают все, чтобы счастливый уподобился всем остальным. То есть стал несчастливым, как и они сами.**

Противятся этому лишь дети и молодежь. Взрослые с этим свыклись. Более того, они сами до мозга костей вжились в роль доброхотов. **Привычка — та же зависимость**, и человек начинает искать выход, лишь когда