

Лууле
Виилма

Книга Сердца

Светлый источник любви ●
Боль в твоём сердце

СВЕТ
ИСЦЕЛЕНИЯ



Москва



УДК 141.339
ББК 86.42
В42

Виилма, Лууле.

В42 Книга сердца. Светлый источник любви; Боль в твоём сердце / Лууле Виилма ; [перевод с эстонского И. Рююдья]. — Москва : Эксмо, 2025. — 704 с. — (Свет исцеления).

ISBN 978-5-04-218370-6

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 141.339
ББК 86.42

ISBN 978-5-04-218370-6

© Виилма Л., текст, 2025
© Рююдья И., перевод на русский язык, 2025
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

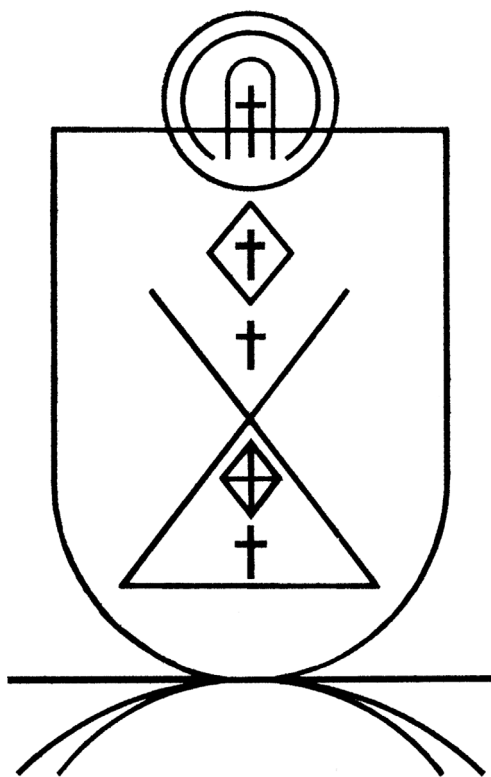


СВЕТЛЫЙ ИСТОЧНИК ЛЮБВИ

*Кто хочет собирать плоды, что растут
в здешнем саду учения,
тот должен превратить всю свою жизнь
в беспрестанные упражнения.*

Бо Ин Ра

ПОСВЯЩАЕТСЯ ТЕМ, КТО ХОЧЕТ ПОНЯТЬ.



СТРЕМЛЕНИЕ

«Я беру Твою руку и гляжу
в Твои глаза, где отражается
Душевный свет — это Твоя истина,
которую Ты в данный момент несёшь
в себе. Лишь Ты и только Ты в
силах распознать величие истины в
себе, что является мериллом Твоего
Душевного света.

Но кому дано видеть свой Душевный
свет, тому дарована способность
посредством него разговаривать —
общаться с собой и со Всеединством.

Прошу — открой свою истину
Всеединству и самому себе, чтобы
усилить Душевный свет, чья ясность
и сияние зависят от осознания Тобой
любви.

Через осознание и постижение
любви Душе даруется искупление.

Искупление есть узнавание
истины на пройденном доселе
пути заблуждений. Открой в себе
истину любви, и от Всеединства
Тебе будет ниспослано
искупление.

Ищи истину и обретёшь
искупление через Свет любви».



О СЛИЯНИИ В ДУШЕВНОЙ ЛЮБВИ

Жизнь имеет две грани: жизнь и смерть.

Жизнь есть уравновешенность, она же — смелость.

Смерть есть неуравновешенность, она же — страх.

Не испытывай человек страха *меня не любят*, мы были бы смелыми и прожили бы с тем же самым телом как минимум втрое дольше, чем теперь, поскольку наше тело это позволило бы. К сожалению, мы постоянно разрушаем своё тело злобой, которую держим в себе. Ведь сила, требуемая для жизненной схватки, есть энергия злобы.

Не будь у нас страхов, мы не хворали бы на этом свете и умели бы умирать. Накануне кончины мы отправились бы спать, как и в любой другой вечер. Сняли бы с себя одежду и забрались под одеяло. Утром, как на заре новой жизни, встали бы, оделись и пошли бы жить. Каждый день мы упражняемся в умирании с целью выучить это, но никак не выучим.

Мы не осознаём, что во время сна дух отделяется от тела и с пользой использует то время, когда тело отдыхает от физической усталости. Ведь дух не спит. Дух странствует в прошлом, будущем, а также в настоящем и поставляет Вам необходимую информацию в виде символических сновидений. Он показывает Вам те лица и картины, которые прошли бы мимо Вас незамеченными.

Сон является мини-смертью, которая учит нас правильно относиться к смерти. Однако испуганный человек, как всегда, все делает прямо наоборот. Он взрашивает свой

страх меня не любят до смертельного страха и чем старше становится, тем больше боится заснуть. Нарушения сна смертельным страхом он не называет, а если кто-то назовёт, то он сердится и говорит, что не боится, а напротив — сам желает смерти. На словах он говорит правду, а его мысль являет собой типичное отрицание испуганного человека.

Со смертью дух и душа покидают тело. **Кто не боится, тот не испытывает мучений в момент смерти и тому действительно хорошо.** Это известно тем, кто побывал в состоянии клинической смерти. Я побывала и помню. У всех в душе и в духе хранится опыт многих смертей. Поэтому когда человеку очень плохо и он желает прекратить страдания, то он молит о смерти. В трудностях люди просят о более лёгком исходе.

Большинство из нас этого не помнят. Опыт смерти нельзя потрогать рукой, и поскольку кинофильма о смерти собственного тела не существует, то западный мир весьма скептически воспринимает тот факт, что человек рождается вновь и вновь. Жизнь от этого не меняется, однако страдать приходится немало.

Страх умереть, страх умереть прежде, чем завершены все дела, страх заснуть, не доведя до конца важное дело, страх проспять нечто важное, страх разоспаться, когда дел по горло, и т.д. — всё это в действительности является страхом умереть, т.е. смертельным страхом, который вызывает **нарушения сна**. Человек надеется, что во время бодрствования его не застигнут врасплох неожиданности. Задумайтесь о нарушениях своего сна и осознайте особенности своих страхов. Когда Вы их освободите, в тот же миг нарушения сна прекратятся.

У многих людей бессонница прекращалась только от того, что я растолковывала им сущность бессонницы. В их числе были и такие, кто на протяжении ряда лет спал не более одного-двух часов в сутки. Изнурённость бессонницей — это серьёзная болезнь, которой болеют уже даже дети. Их безрезультатно пытались лечить успокоительными, снотворными,

гипнозом, наркозом и т.п. Как только **полностью** уясняется причина, болезнь проходит.

Для уравновешенного человека смерть — это просто переход из одного состояния в другое, а затем снова возвращение.

В духовном мире не существует временно́го измерения. **Период между двумя возрождениями безвременен.** Смотрела я как-то раз конец одной из своих жизней и умирание, отождествляя себя нынешнюю с собой тогдашней. Ощущение полной свободы, которое я испытала в нынешней жизни во время своих клинических смертей, но из невежества до конца не уяснила, оказалось очень знакомым. Я поняла, почему душа человека рвётся к свободе как к идеалу. Итак, я умерла, освободилась, стала парить в мире ярких красок и свежих запахов, а затем вдруг тяжело рухнула вниз. Казалось, я ещё не успела завершить первого глубокого и свободного вдоха, как уже оказалась снова на земле. Между двумя моими жизнями уместился промежуток всего в 200 лет! Было немножко плохо, но и немножко хорошо.

●.....
**РАВНОВЕСИЕ ЕСТЬ
РАВНЫЙ ВЕС ДВУХ
ЧАШ ВЕСОВ. ЧАШИ
ВЕСОВ В КАЖДОМ
ИЗ НАС — ЭТО
ОТЕЦ И МАТЬ**
●.....

Так возвращается душа человека из мира относительно равновесия, словно побывав в учебной поездке с целью получить наглядный пример, в мир неуравновешенности, чтобы самой по-человечески обрести уравновешенность и чтобы достигнутое стало достоинством его духа.

Равновесие есть равный вес двух чаш весов. Чаши весов в каждом из нас — это отец и мать. Если они не уравно-

вешены и мы признаем, что сами по своей доброй воле выбрали их для себя, чтобы научиться жизни, то мы сможем также привести эти чаши весов в состояние равновесия. Для этого не требуется ничего, кроме как желания понять своих родителей. Понимает тот, у кого нет страха *меня не любят*, при высвобождении которого возникает видение **родителя как целого** и их **совместного существования как целого**.

Соответственно своим родителям, человек может быть внутренне уравновешенным либо неуравновешенным.

Когда цельные люди вступают в брак либо соединяются как-то иначе, то в этом единстве они составляют половину. Они являются половинами, дополняющими друг друга и образующими единое целое. Чем уравновешеннее одна из них, тем уравновешеннее и другая. Чем негативнее некая черта характера у одного, тем позитивнее та же черта характера у другого, чтобы в совокупности было нормально. Различие в характерах выражает потребность этих людей постичь через негативность другого свою собственную аналогичную негативность, которая является скрытой.

Душа — это учитель. Она знает, что именно человеку в его цельности требуется выучить в этой жизни, и она направляет его стопы по той дороге, по которой идёт тот, кто нам нужен — единственно необходимый для нас представитель противоположного пола, наш учитель. Учителем является негативность. Мы приходим жить — обращать во благо плохое или, иными словами, состоя в браке, видеть хорошую сторону в том плохом, что свойственно спутнику жизни. К сожалению, всё большее число людей с этой задачей не справляются — **они не уравновешивают свои супружеские весы**.

Вступая в брак, человек не должен отказываться от своей цельности, не должен жертвовать собой во имя другого, как это часто происходит в браке. Он не должен также заставлять другого приносить себя в жертву во имя него. Кто так поступает, тот разрушает брачный союз.

Что делать, когда брачный союз рушится?

Найдите, что единственным совершенным спасителем жизни является свобода, она же любовь. Вместо того чтобы спасти брак от краха, начните освобождать **свой** страх *меня не любят*, и Вам не понадобится переделывать партнёра. Брачный союз как целое уравнивается благодаря Вам, благодаря тому, что Вы, будучи одной из сторон брака, станете обретать уравновешенность. Избавление от собственного страха позволит Вам увидеть супруга в правильном свете. Не говорите, будто супруг не меняется. Он изменится, если изменитесь Вы. Изменится Ваше отношение к нему, и Вы вновь ощутите то чувство, которое некогда свело вас вместе.

Очень трудно бывает простить другому человеку, если чувствуешь, что он виноват. В действительности с такими мыслями прощение невозможно. Прощение из вежливости — это лицемерие, занятие пустое и никчёмное. Прежде чем простить другому, освободите свои страхи, тогда освободится злоба, и Вы поймёте, что Вы сами — тот провокатор, на чью удочку он клюнул и оказался виноватым.

Поглядите на супруга своими глазами, прочувствуйте его своим сердцем. Не мерьте его меркой Ваших родителей, родственников, завистников. Если сами не умеете, присмотритесь к друзьям супруга. В друзья выбирают подобных себе. Если у него нет друзей, то он — замкнувшийся в себе человек, который не желает пока ещё открывать свою душу. Либо уже не желает открывать свою душу, поскольку сильно обжёгся. Следовательно, в Вас он нашёл того единственного, перед кем хотел бы раскрыться, но не торопится из-за боязни. Постарайтесь понять и уважить желание другого, даже если это — замкнутость испуганного человека. Терпеливая любовь подобна солнцу, под чьими лучами из промёрзшей земли в надлежащее время пробивается цветок. Поспешность сродни прокаливанию почвы в целях ускорения появления цветка. Если слишком жарко, то цветок спечётся, не успев прорасти.

Находясь в браке, следует знать своё место в жизни, исполнять роль, предусмотренную половой принадлежностью. Не так, как это делают женщины, которые в самом начале брака начинают протестовать: почему я должна готовить еду, почему я должна рожать детей? И т.д. А кто же должен? Муж, что ли? Тогда нужно было выходить за того, кто будет всё за Вас делать. Мужчина, добровольно вступивший в брак,

●

**НАХОДЯСЬ
В БРАКЕ, СЛЕДУ-
ЕТ ЗНАТЬ СВОЁ
МЕСТО В ЖИЗ-
НИ, ИСПОЛНЯТЬ
РОЛЬ, ПРЕДУС-
МОТРЕННУЮ ПО-
ЛОВОЙ ПРИНАД-
ЛЕЖНОСТЬЮ**

●

таких разговоров, к счастью, не ведёт. Он начинает протестовать позже, когда супружеская петля слишком туго сдавит шею. У некоторых эта беда случается очень скоро, в соответствии с испытываемым мужчиной страхом *меня не любят, со мной не считаются*.

Если семейная жизнь не ладится, задумайтесь о **своих** промахах. Не вините себя — наоборот, **высвободите страх оказаться виноватым**. В противном случае Вы уподобитесь чаше весов, которая становится слишком тяжёлой —

материальной — либо слишком лёгкой — душевной. Тяжёлое перевешивает лёгкое, и лёгкое вынуждено вспархивать, подобно бабочке, и лететь на поиски нового цветка. Так возникают разводы, при которых виновным оказывается упорхнувший, бросивший другого в беде. На деле же ситуация обратная.

Если один становится слишком материальным, а другой во имя любви и сохранения семьи желает шагать с ним в ногу, то этот другой приносит себя в жертву, и они оба не замечают, что в их видимом равновесии вес стал настолько тяжёлым, что вдавливается в землю. Принёсший себя в жертву, не сумевший остаться самим собой покидает этот мир, оставляя своё физическое тело в земле, поскольку не выдержал напряжения.

Если один становится слишком лёгким, т.е. душевным, т.е. эмоциональным, а другой во имя сохранения семьи желает угодить ему, то это вряд ли удастся. Удаётся в том случае, если оба умеют и хотят, ибо считают правильным отказ от земных благ. А ещё лучше удаётся, если также и их дети желают жить без земных благ. Обычно материальная жизнь с её проблемами возвращает их с небес поближе к земле, и они, возможно, кое-как справляются.

Так начинают молодые супружеские пары. Они живут воздухом и свободой, т.е. свободой и любовью, откуда потихоньку не спускаются с небес на землю. Вспоминая прекрасную любовь первой поры, они залечивают раны, нанесённые временем. Когда порой случается плохое, такие люди не забывают про хорошее — своё и чужое. Материальное тело неизбежно нуждается в удовлетворении также и материальных потребностей, но подобные люди способны противостоять гонке стяжательства, и они легко сохраняют уравновешенность. К сожалению, таких браков очень мало.

Почему? Почему мы сами усложняем себе жизнь?

Причина в том, что для цивилизованного человечества, т.е. для западного мира, семья перестала быть святыней. **Святыней стало и всё более становится богатство.** Мы являемся жертвами цивилизации, иначе говоря, жертвами собственного стяжательства. Когда женщина-мать становится чересчур материальной, перестаёт выполнять роль женщины, то **дети становятся жертвой материнского нематеринства.** Что это значит?

Это значит, что мать XX века не умеет научить своего ребёнка **единению в душевной любви.** Матери нашего времени — мужеподобные деловые особы, отодвигающие женственность и материнство на второй план. Они нервно хватают ребёнка на руки и принимают его убаюкивать, но ребёнок не успокаивается, ибо душевный надрыв выражается в ребёнке. Ведь мать — это душа ребёнка.

Матери убаюкивают, читают, поют, укачивают, заботятся, моют, убирают, кормят. Чего только матери не делают. Они крутятся как белка в колесе. Они держат ребёнка на руках и разговаривают поверх ребёнка, ругаются поверх ребёнка, строят планы поверх ребёнка, думают свои хорошие и плохие думы поверх ребёнка.

Однако ребёнок ждёт не дожждётся, чтобы мать хоть раз в жизни, если на большее не хватает времени, прижала его с нежностью к груди, да так, чтобы никто и ничто её при этом не отвлекало, и ощутила бы, как сердце ребёнка сливается с сердцем матери и как тело ребёнка сливается с телом матери. Что с того, что разум говорит, что физически это невозможно, но ребёнок хочет ощутить, что это возможно. И это возможно.

Нам следует простить своих матерей за то, что они этого не сумели. Желательно, чтобы каждый человек знал про такую важную вещь и, если мать не умеет, научил бы её. Никто не запрещает нам это делать, тогда как всеобщее неумение чревато страданиями.

Нам следует простить своих отцов за то, что они не сумели проявить внутреннюю мужскую решимость и стать своей жене надлежащей опорой. Если Вы знаете своих бабушек и дедушек, то можете понять, отчего мать и отец именно такие, какие есть. Простите своих бабушек и дедушек за то, что они не сумели исполнить свою роль, предписанную им полом, и тем самым усложнили жизнь себе и своим будущим поколениям. Вы же понимаете, что человечество таким образом учится.

Поглядите на свою мать либо вызовите в воображении её образ и представьте себе, что идёте в мыслях к матери. Идёте и становитесь всё меньше и меньше, покуда не предстанете перед ней совсем маленьким — величиной с её сердце. Окунитесь в сердце матери и ощутите, как хорошо Вам там её любить. Барьер страха отодвинется от обоих и не мешает.

Теперь представьте, что мать, становясь все меньше, идёт к Вам и, став размером с Ваше сердце, окунается в Ваше сердце. Как хорошо держать мать в своём сердце и любить её. Мешающая стена страха где-то далеко и не может прервать Вашего единения. Если Вы ощущаете себя счастливым, то Ваше мысленное усилие не пропало даром. Какая бы ни была мать и сколько бы огорчения она ни доставляла Вам, душевное единение с матерью идёт лишь на благо вам обоим.

Кто научается единению с матерью в душевной любви, тот способен достичь единения со всеми и вся. Тот обретает единение с отцом, с сёстрами и братьями, с дедушками и бабушками, с родственниками, с друзьями, со всеми. **Он способен к единению с жизнью.** Он не боится поместить в своё сердце кого бы то ни было, чтобы сделать тому хорошо своей любовью, каким бы плохим его ни считали. Он умеет любить, понимать и освобождать.

И когда приходит срок, то его сердце находит того единственно верного, с кем соединится душевно, а затем и телесно. Такой человек не вцепляется в другого как собственник и не делает несчастным ни себя, ни другого. Лишь собственническая любовь причиняет боль, если оказавшийся у неё в плену желает вздохнуть хоть чуточку свободнее.

Смелая любовь освобождает.

Испуганная любовь сковывает.

Освободите свой страх *меня не любят и в моей любви не нуждаются*, и Вы станете истинно любящим, который живёт сам и даёт жить другим.