

УДК 159.9
ББК 88.4
В42

Виилма, Лууле.
В42 Душевный свет / Лууле Виилма ; [пер. с эст.]. —
Москва : Эксмо, 2019. — 352 с. — (Свет исцеления).

ISBN 978-5-04-094657-0

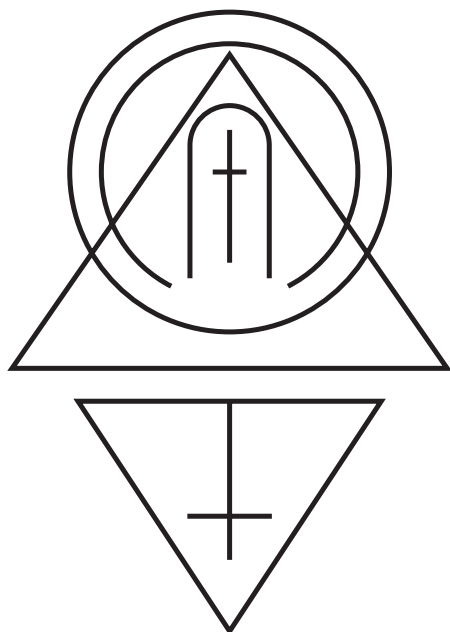
Доктор Лууле Виилма — эстонский врач, обладавшая даром ясновидения, знала, что энергетической предпосылкой возникновения заболеваний являются стрессы и что каждый человек с помощью высвобождения стрессов, прощения и любви к себе способен исцелить многие свои недуги. Книга «Душевный свет» показывает связь между конкретными болезнями и такими проблемами, как страх, чувство вины, стыда, обиды, и многими другими, учит, как встать на путь выздоровления и почувствовать себя счастливым.

УДК 159.9
ББК 88.4

ISBN 978-5-04-094657-0

© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2019

КОСМИЧЕСКИЙ ЗНАК
ЗАЩИТЫ КНИГИ



БЛАГОСЛОВЕНИЕ И ОСВЯЩЕНИЕ
СВОБОДНОЙ ВОЛИ

*Не существует плохого человека,
не существует хорошего человека,
существует человек.*

*И у каждого есть возможность
стать Человеком.*

Возможность эту даёт знание.

Знание даёт учение.

*Учение, которое вызвало
в душе ответный трепет,
даёт мудрость.*

*Но зазубренная мудрость
указывает лишь
на наличие разума.*

Часть 1

Любовь, прощение, здоровье

Как долго бы ни длился путь земной,
В добре всему конец — всему начало.
Как не хватает нам добра, твердит иной —
Он в жизни сам добром делился мало.

Рудольф Риммель



Стало традицией говорить о физическом и душевном здоровье так, словно это разные вещи. Однако в силу обстоятельств современный человек настолько материалистичен, что для того чтобы научить его восстанавливать здоровье, нужно начать с осязаемого, то есть с физического. Каждодневная врачебная практика диктует такой подход.

И всё же человек, который выбрал возможность нетрадиционного выздоровления, должен знать, что такое здоровье, и использовать эти знания. Тот, кто надеется, что мановением руки вылечат его болезнь, жестоко ошибается, легковёрный впоследствии расплатится собственным здоровьем. Если кто-то облегчает Вашу болезнь наложением рук или передачей энергии, то это всё же дает кратковременный эффект и лишь ликвидирует последствия. В принципе таким же образом лечит и традиционная медицина.

Болезнь можно лечить, только устраняя причину, а причина таится глубоко в Вас самих. Каждый человек подспудно знает причину, но большинство людей не осознают её.

Лучший лекарь для человека — он сам, поскольку постоянно находится под рукой. Задача врача — учить, направлять, помогать и указывать на ошибки. Если человек не поможет себе сам, то и Бог ему не поможет.

Человек — это Дух, который через Душу владеет своим Телом.

Наше тело как маленький ребёнок, постоянно ожидающий любви, и если мы хоть сколько-нибудь о нём заботимся, то оно искренне радуется и платит нам сразу и щедро. Когда человек, проснувшись утром, говорит: *«С добрым утром, моё тело! Я люблю тебя! Сегодня будет хороший день»*, — тогда день будет лучше. И вечером: *«Спокойной ночи, моё тело! Я люблю тебя! Сон будет хороший»*, — и сон будет лучше.

Когда светит солнце, мне хорошо. Я испытываю пассивное наслаждение. Но когда светит солнце, и я говорю себе: *«Какое счастье, что светит солнце!»* — то тем самым я активно добавляю себе много позитивного. Когда идёт дождь и дорога до невозможности грязная, то и на это можно сказать что-то такое, что сделает настроение радостным. Даже в самой неприятной ситуации есть нечто положительное, пусть это лишь горький урок.

Кто знает, может, он и пригодится.

В космическом плане существует закон причины и следствия. Что посеешь, то и пожнёшь. Болезнь ясно указывает на наши ошибки по отношению к самим себе.

Те, кому не нравится, когда им указывают на ошибки и учат, как их исправить, обрекают себя на страдания. Дух человека знает свои обя-

занности. В их число входит и обязанность быть здоровым. То, что мы в своей материальной негативности продолжаем катиться вниз под гору, означает, что мы делаем плохо для всех. Человек не один. Больной человек излучает вокруг себя негативность, причиняя тем самым зло другим.

Следовательно, болезни моей семьи отчасти вызваны мною. Космический закон гласит: всё, что я делаю, возвращается ко мне вдвойне. Так же как незнание закона не освобождает от наказания, так и я принимаю на себя двойное наказание за собственную негативность. Человек сам берёт на себя болезнь. Это следствие. Причиной явилась негативная мысль.

Последующее изложение — для тех, кто хочет помочь себе сам.

Всё в этом мире суть Энергия.

Энергия = Свет = Любовь = Вселенная = Единство = Бог

Если вам не нравится слово *Бог*, то Вы человек, который, не терпя грязи, выбрасывает вместе с нею сверкающий драгоценный камень, не понимая, что это такое.

Разные виды энергии обеспечивают многообразие мира.

Энергия здоровья обеспечивает здоровье. Всеединство не знает состояния покоя, энергия здоровья также находится в постоянном движении. Подобно тому как кровь течёт по кровеносным сосудам, а лимфа — по лимфатическим, так и энергия движется по особым каналам. Кровообращение можно поддержать в теле при помощи искусственного сердца, но когда прерывается поток энергии, человек умирает.

Энергетические каналы невидимы глазу. Их в человеческом теле неисчислимо множество, а центральная часть образует главный энергетический канал, который находится в позвоночнике. Именно поэтому мы можем назвать позвоночник опорой тела — как в прямом, так и в переносном смысле.

В человеческом теле расположены также энергетические центры, или **чакры**, которые представляют собой резервуары энергии, чьё нормальное наполнение обеспечивается нормальным, то есть здоровым, состоянием позвоночника.

Каждый человек должен начинать восстановление своего физического здоровья с позвоночника. Наше телосложение совершенно в своей целесообразности. Все вспомогательные средства для восстановления тела даны нам от рождения — глаза, чтобы видеть ошибку, и руки, чтобы её исправить. Скелет человека + мышцы есть тонко регулируемая система рычага, простая и универсальная, если мы содержим её в рабочем порядке.

Посмотрите на себя в зеркало — как искривлено ваше тело! И не ищите оправданий, почему оно такое. Если хотите выздороветь, нужно распрямить позвоночник. До тех пор пока человек не поймёт, что от осанки зависит его здоровье, не имеет смысла лечить его дальше — всё равно полностью не поправится.

○.....○
*Болезнь можно
лечить,
только устраняя
причину, а причина
таится глубоко
в Вас самих.*
○.....○

Вялое тело = вялая душа = вялое здоровье.

Не забывайте, что ни один позвонок в позвоночнике не выносит ни малейшего трения о другой, и прежде чем начать выправлять искривление, нужно создать пространство для позвонков.

Начать следует с поднятия позвонков.

Это можно сделать упражнением на растягивание либо стоя, либо лёжа на полу, либо сидя. Лучше всего сидя на жёстком стуле. Положите ладони на верхнюю часть бёдер, упираясь запястьями в низ живота.

Сосредоточьте свои мысли на позвоночнике. Начинайте поднятие с копчика. Физический подъем подкрепите **мысленным**. Вообразите кошку, поднимающую хвост. Прогнитесь в пояснице и мысленно представьте себе, что крестец принимает чуть ли не горизонтальное положение. Только так могут легко подняться поясничные, грудные и шейные позвонки, поскольку исчезнет их выгнутое назад кривое положение, напоминающее укладку черепицы, и вместе с ним сопутствующее ему огромное мышечное напряжение в спине.

Если ещё Вы мысленно представите себе, что каждый позвонок в отдельности поднимается **прямо** наверх, на своё правильное место, и медленно, упираясь руками в бёдра, будете выпрямлять спину и тянуться вверх, то скоро почувствуете улучшение своего состояния, то есть: плечи расправляются, руки свободно прямые, дыхание свободное, спина прямая. Не бывает слишком длинных рук, бывает ставшая короткой спина.

Теперь расслабьте плечи и вытяните вверх шею, больше затылок, чем челюсть, так, чтобы напряглись все мышцы верхней части туловища.

Наслаждайтесь вытягиванием своего позвоночника и вкушайте от этого радость.

Когда после такого вытягивания Вы встанете, по-новому ощутите своё тело и почувствуете, что позвоночник как бы невесом, и, не будь сдерживающего тела, он устремился бы ввысь, тогда это будет означать, что вы достигли идеала и главный энергетический канал открыт.

Вы наполнены чувством свежести. Вы сразу почувствуете себя лучше.

Как часто проделывать такое упражнение? Так часто, как скоро Вы хотите выздороветь. Кто один раз в день, а кто сто. У каждого своя цель и возможность выбора.

Обычный человек зачастую не может понять, почему его заставляют вытягивать спину, если он пришёл лечиться совсем от другой болезни. От спинного недуга не умирают — вот обычная мотивировка. А важно это потому, что каждому позвонку соответствует один орган или пара органов, здоровье которых находится в прямой зависимости от состояния позвонка. Глядя на больной позвонок, можно определить, не видя самого органа, что с ним происходит. Например, между лопатками находится 6-й грудной позвонок — позвонок сердца, резкое сотрясение которого, особенно если позвонок был ранее травмирован, может вызвать даже инфаркт. Повреждение 1-го шейного позвонка — мигрень, эпилепсию и так далее.

Чем дольше во времени был повреждён позвонок, тем серьезнее изменения. Только с переходом критической черты возникает болевой синдром. Если бы я вытягивал для профилактики свой позвоночник, то до критической черты дело бы не дошло.

У сидящих за конторским столом спина искривлена чаще всего и требует вытягивания 5–10 раз в день. Если подняли большую тяжесть или упали — сразу после этого. И спортивная тренировка должна начинаться и заканчиваться вытягиванием.

Особой проблемой являются травмы костей.

Если лет 30–40 тому назад можно было быть уверенным, что при обычном падении ребёнок себя не покалечит, то сейчас положение резко изменилось. От нехватки минералов, особенно кальция, костная ткань у ребёнка настолько хрупка, что детей с прямым позвоночником нужно ещё искать. Ещё хуже дело обстоит с молодежью. Из-за рафинированной пищи и нехватки минеральных веществ страдает весь мир и становится всё более чахлым.

Каждому человеку, независимо от возраста, следовало бы потреблять природный кальций — яичную скорлупу. Особенно растущим детям, беременным женщинам, людям, у которых были костные травмы, и старикам, чьи кости с годами размягчаются. У прошедших лечение гормональными препаратами кости тоже размягчаются, однако кальций они тем не менее, увы, не потребляют.

От рахита детей пичкают витамином D. Это как плётка для усталой лошади, которой не дают овса. Нужен ведь и кальций. Обмен кальция регулируется околотитовидными железами, которые расположены на задней поверхности щитовидной железы. Энергетическая регуляция исходит из 7-го шейного позвонка. Следовательно, если хотите, чтобы кости были крепкими, то вытягивайте и шейные позвонки.

И не надо бояться атеросклероза (известкования кровеносных сосудов). Наоборот!

Когда вы начнёте принимать яичную скорлупу, предварительно сваренную, просушенную и измельченную в кофемолке, то скажите ей мысленно: *«А теперь иди-ка и постарайся хорошенько укрепить мои кости и попутно захвати с собой соли, что отложились в нежелательных местах!»* Так можно избавиться и от атеросклероза. Всё начинается с мысли, не забывайте!

Доза для взрослых — чайная ложка без верха в день в течение шести месяцев, для больных — подольше. Сейчас в продажу поступили таблетки, содержащие сравнительно качественный природный доломит, которыми удобно пользоваться. Но их энергетика, конечно, не идёт в сравнение с натуральной яичной скорлупой.

Может показаться смешным, но вытягивание спины помогает даже от плохого настроения и усталости. Ведь и они — лишь проявление отрицательной энергии.

Почему когда сидишь на мягком диване, быстро впадаешь в сонливость?

Потому что главный энергетический канал перекрывается, и моё тело нуждается в сне как в источнике восстановления энергии. То же самое происходит, когда едешь в машине или в автобусе.

Приучите детей и молодёжь вытягивать позвоночник. Человек с прямой спиной старится не так скоро. Не ждите, пока патология спины зайдёт за критическую черту. Начните немедленно!

Таково очень простое объяснение существованию в теле потока энергии и расстройствам, вызванным помехами на его пути.

Но откуда берётся энергия?