

СВЕТ  
ИСЦЕЛЕНИЯ

*Лууле*  
**Виилма**

# КНИГА МУДРОСТИ

ДУШЕВНЫЙ СВЕТ



ОСТАВАТЬСЯ ИЛИ ИДТИ



МОСКВА  
2020

УДК 133.3  
ББК 86.42  
В42

**Виилма, Лууле.**  
В42 Книга мудрости. Душевный свет. Оставаться или идти / Лууле Виилма ; [пер. с эст. И. Ладусевой]. – Москва : Эксмо, 2020. – 544 с. – (Свет исцеления).

ISBN 978-5-699-99967-5

Лууле Виилма — эстонский врач-хирург, акушер-гинеколог, обладавшая даром ясновидения, верила, что каждый может быть доктором и с помощью прощения и любви к себе способен исцелить многие свои недуги.

Доктор Виилма передаёт людям свои знания о душе человека, о его истинной природе, которые она получила при помощи ясновидения. Профессиональный врач и целительница, она создала учение о взаимосвязи здоровья, прощения и любви, поняла, что все заболевания — это результат неправильного мышления, через которое человек сам притягивает к себе стрессы, предложила уникальную методику их высвобождения. В книгах Виилмы вы найдёте глубокий анализ взаимоотношений между женщинами и мужчинами и понимание проблем, тонкое чувство мудрости жизни. Лууле видела мир по-другому, чувствовала энергию растений, предметов, пищи. Умела видеть и ощущать состояние внутренних органов человека.

В первый том — КНИГА МУДРОСТИ — вошли две книги Лууле Виилмы, — «Душевный свет» и «Оставаться или идти». Как отпустить стрессы, избавиться от негатива, стать на путь здоровья и долголетия — свои произведения доктор писала живым и лёгким стилем, позволяющим проникнуть в самую суть вещей. Каждый, кто открывает для себя книги доктора Лууле Виилмы, становится учеником, овладевающим прекраснейшим из искусств — искусством жить в гармонии с собой и окружающим миром.

УДК 133.3  
ББК 86.42

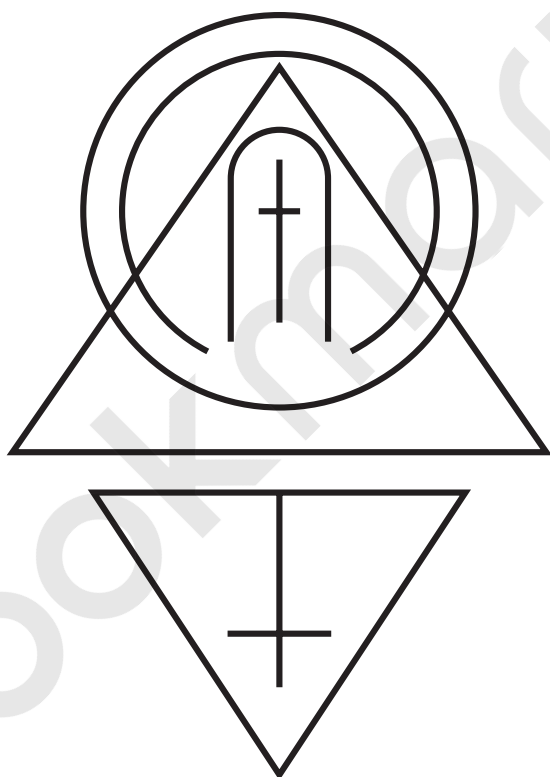
ISBN 978-5-699-99967-5

© Виилма Л., 2015  
© Ладусева И., перевод на русский язык, 2017  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

# ДУШЕВНЫЙ СВЕТ

Bookmark

**КОСМИЧЕСКИЙ ЗНАК  
ЗАЩИТЫ КНИГИ**



**БЛАГОСЛОВЕНИЕ И ОСВЯЩЕНИЕ  
СВОБОДНОЙ ВОЛИ**

Не существует плохого человека,  
не существует хорошего чело-  
века, существует человек.

И у каждого есть воз-  
можность стать Че-

ловеком. Воз-

можность

эту даёт

знание.

Знание

даёт уче-

ние. Учение,

которое вызвало в

душе ответный трепет,

даёт мудрость. Но зазуб-

ренная мудрость указывает

лишь на наличие разума.



**ПРОЩЕНИЕМ  
Я ОТКРЫВАЮ СЕБЯ  
ДЛЯ ХОРОШЕГО, ВЕРЮ  
В СУЩЕСТВОВАНИЕ  
ХОРОШЕГО  
И ДАЮ СВОИМ  
ЗАЩИТНЫМ ДУХАМ  
ВОЗМОЖНОСТЬ  
МНЕ ПОМОЧЬ.**





ЧАСТЬ I

# ЛЮБОВЬ, ПРОЩЕНИЕ И 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 Рimmelь

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, легковерный 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 хорошим»**, — 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 обязанности. 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 поддерживать в теле при помощи искусственного сердца, но когда прерывается поток энергии, человек умирает.

Энергетические каналы невидимы глазу. Их в человеческом теле неисчислимое 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 сохраним 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.

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.

---

## ВЯЛОЕ ТЕЛО = ВЯЛАЯ ДУША = ВЯЛОЕ ЗДОРОВЬЕ

---

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** вверх, 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 дальше 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 поискать. 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.

**БОЛЕЗНЬ  
МОЖНО ЛЕЧИТЬ,  
ТОЛЬКО  
УСТРАНЯЯ  
ПРИЧИНУ,  
А ПРИЧИНА  
ТАИТСЯ  
ГЛУБОКО  
В ВАС САМИХ.**

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?

Как было сказано выше: Всеединство = Бог = Энергия. Значит, энергия приходит к нам из Всеединства от Бога. Её дают нам по праву рождения. Самая высокая восприимчивость у нас во сне, потому что тогда наша душа чиста. От нас самих зависит, как мы распорядимся этой энергией — приумножим её или уничтожим.

Подумайте о своей жизни. Сколько в ней событий, вспоминая которые теплеет на душе, и сколько таких, от которых на душе становится тяжело. И теперь представьте себе, что с каждым событием Вы связаны посредством невидимой нити, или же энергетической связи. Сколько белых — позитивных и сколько чёрных — негативных!

Одни события придают силу, а другие отнимают её. Их называют напряжением от житейских событий, или стрессами. Общеизвестно, что есть болезни, вызванные стрессами, но можете ли Вы поверить, что все болезни обусловлены стрессами?

Простой пример: когда-то в детстве кто-то сказал Вам одно плохое слово. Теперь, всякий раз, когда:

- *либо Вам так говорят,*
- *или Вы сами говорите,*
- *или при Вас говорят кому-то,*
- *или даже Вы слышите с экрана, как кто-то его произносит или говорит кому-то,*

то это слово воспринимается словно Ваша личная проблема, так как в ход снова пускается та самая негативная связь. Или более наглядно — каждый раз в чашу Вашего терпения падает по капле до тех пор, пока чаша не переполнится.

Чем отрицательнее чувство, тем крупнее капля. А пролившаяся через край лужица и есть болезнь. Чем лужа больше, тем серьёзнее болезнь.

При таком толковании должно быть ясно, почему от одного слова может случиться инфаркт. Инфаркт или любая другая болезнь есть пересечение критической черты, это последняя капля, переполняющая чашу. Здесь мы сталкиваемся с материализацией энергии. Из подобной ситуации обычно делают вывод — из-за кого-то у имярек случился инфаркт. За этим следует осуждение окружающими **«виновника»**, другими словами, к негативности (инфаркт) добавляется ещё масса негативности (ненависть, жажда мести). Может ли в этом случае больной оправиться от инфаркта? Не может!

Поясним ситуацию ещё одним простым примером.

Стоят четверо, ждут кого-то. Вдруг один из них говорит: **«Глупый»**. Трое это слышат. Первый начинает глотать слёзы, думая, что сказанное относится к нему. Второй рассуждает: **«Почему он так сказал? Что я ему сделал? А что, если...»** и так далее. И, наверное, напряжение возрастает. Третий начинает смеяться — его это не касается. В действительности это слово вырвалось у человека непроизвольно, так как он вспомнил о чём-то своем.

Что произошло? Двое людей сами без причины создали негативную связь, и заработала цепочка стресса. Кто был хорошим и кто плохим? Хорошим был третий, поскольку не создал себе стресса.