

Более 3 миллионов книг продано по всему миру!

Миз Турбо

ТВОЕ ТЕЛО ГОВОРИТ: ЛЮБИ СЕБЯ!

Самая полная книга
по метафизике болезней и недугов



Физическое тело лишь
отражает то,
что происходит
с душой человека.

СОФІЯ

Миз Бурба

ТВОЕ ТЕЛО ГОВОРИТ: ЛЮБИ СЕБЯ!

Самая полная книга
по метафизике болезней
и недугов

УДК 615.851

ББК 53.57

Б91

Перевод с французского М. Чеботарева

- Б91 Бурбо Лиз
Твое тело говорит: люби себя! Самая полная книга по метафизике болезней и недугов / Перев. с франц. — М.: ООО Издательство «София», 2013. — 320 с.

ISBN 978-5-399-00457-0

Около 500 наименований самых распространенных болезней и недомоганий в алфавитном порядке... Что это — очередной популярный медицинский справочник?

Да, здесь есть простые, лаконичные сведения о болезнях и их признаках. Но главная особенность книги в том, что все болезни — от насморка и зуда до рака и СПИДа — рассматриваются лишь как... симптомы.

Симптомы чего?

Симптомы единственной серьезной болезни — беспорядка в нашей психике или, если угодно, душе. Да, это действительно метафизика. Человек еще не научился (и вряд ли научится) лечить психические отклонения с помощью таблеток или скальпеля. Но это вовсе не значит, что человек бессилён.

Человек всемогущ, он — БОГ. Но забыл об этом. Увлёкся соблазнами физического бытия. И, естественно, теперь расплывается.

Давно пора вспомнить. Эра Водолея не за горами...

УДК 615.851

ББК 53.57

Copyright © Lise Bourbeau 1989
TON CORPS DIT: AIME-TOI!

Гостевая книга автора, в которой вы можете оставить свои комментарии о любой ее книге на своем родном языке:

<http://users3.smartgb.com/g/g.php?a=s&i=g35-73974-1a&l=12>

ISBN 978-5-399-00457-0

© «София», 2006
© ООО Издательство «София», 2006

Содержание

Благодарности	10
Введение	12
Дополнительные объяснения болезней и недугов, описанных в этой книге	21
Метафизический смысл болезней и недугов	26
Аборт	26
Абсцесс	28
Автомобиль (укачивание)	29
Агорафобия	29
Аддисона болезнь	31
Аденит	32
Аденоиды	32
Аденома	33
Акне	33
Аллергия	34
Альцгеймера болезнь	36
Амёбиаз	37
Амнезия	37
Ангина	38
Андропауза	38
Аневризма	38
Анемия	39
Аноргазмия	40
Анорексия	40
Анус (проблемы)	41
Апноэ	42
Аппендицит	43
Аритмия	44
Артерии (проблемы)	44
Артериосклероз	45
Артрит	45
Артроз	46
Астигматизм	47
Астма	48
Асфиксия	49
Атеросклероз	49
Аутизм	50
Афазия	51
Афония	52
Афты	52
Ахиллово сухожилие	52
Аэрофагия	53
Базедова болезнь	53
Бедро	54
Бели	54
Белла (знак)	55
Беременность внематочная	56
Беременность (проблемы)	56
Бесплодие	57
Беспокойство	58
Бессонница	59
Бешенство	59
Близорукость	60
Большой палец (проблемы)	61
Бородавка	61
Бородавка подошвенная	61
Боткина болезнь	61
Бронхит	61
Бронхопневмония	62
Брюшной тиф	62
Булимия	63
Бурсит	64
Вагинит	65
Варикозит	65
Варикозное расширение вен	65
Веки (боль)	66
Венерические болезни	67
Вены (проблемы)	67
Вес (проблемы)	68
Ветряная оспа	68
Вздутие	68
Вишневая железа (проблемы)	68
Вирус	69
Витилиго	70
Влагалище (проблемы)	70
Внезапная боль	71
Водянка головы	72
Водянка (задержка воды в организме)	72
Волос выпадение	72
Волосы на голове (проблемы)	73
Волчанка	74
Воспаление	75
Врожденные болезни	75
Врожденные пороки	75
Вши	76
Вывих	76
Выкидыш	77
Газы, скопление	77
Галлюцинации	78
Гангрена	78

Гастрит	79	Душевное расстройство.....	111
Гастроэнтерит.....	79	Дыхание (проблемы).....	111
Гематома	79	Желтуха.....	112
Геморрой.....	79	Желудок (проблемы).....	112
Гемофилия	80	Желчный пузырь (проблемы)....	113
Генетические болезни	81	Живот (боль).....	113
Гепатит	81	Заживление	114
Герпес генитальный	81	Заикание	115
Герпес оральный	82	Запах изо рта.....	115
Гидроцефалия.....	83	Запор.....	116
Гингивит	83	Запястье (проблемы).....	117
Гипервентиляция	84	Затылок (боль)	118
Гипергликемия.....	84	Заячья губа.....	118
Гипертензия (гипертония)	84	Звон в ушах	119
Гипертиреоз.....	85	Зоб	119
Гиперхолестеринемия.....	85	Зубной камень	119
Гипотензия (гипотония).....	85	Зубы (проблемы).....	119
Гипотиреоз.....	86	Зуд	121
Гипофиз (проблемы)	86	Икота	122
Глаза (проблемы).....	87	Икры (проблемы)	122
Глаукома.....	89	Илеит	123
Глист кишечный.....	90	Импетиго	123
Глист ленточный	90	Импотенция	123
Глухота	90	Интоксикация.....	124
Голень (боль)	90	Инфаркт	125
Голова (боль)	91	Инфекция.....	126
Головной мозг (проблемы)	92	Истошение	126
Головокружение.....	93	Ихтиоз	128
Головокружение системное	94	Ишиас.....	129
Голос (потеря).....	95	Камни.....	130
Горло (боль)	95	Камни в почках.....	131
Грипп.....	97	Кандидоз.....	131
Груди.....	98	Кариес зубов	132
Грудная клетка (боль)	99	Катаракта	132
Грыжа	100	Кашель	133
Губы (проблемы)	100	Кератит	134
Давление повышенное	101	Кератоз.....	134
Давление пониженное	101	Киста.....	134
Дальнозоркость	101	Кистозный фиброз.....	135
Дальнозоркость возрастная.....	101	Кифоз	136
Двенадцатиперстная кишка (язва).....	102	Кишечник (проблемы).....	137
Делирий	103	Клаустрофобия	138
Депрессия	103	Ключица (проблемы).....	138
Десны (боль)	105	Кожа (проблемы).....	139
Детские болезни.....	106	Кожи покраснение	141
Диабет	107	Коклюш	142
Дивертикулит.....	108	Колено (боль)	142
Дислексия.....	109	Колено (искривление внутри и наружу).....	143
Диспепсия.....	109	Колика.....	143
Диспноэ.....	110	Колит.....	143
Дистрофия мышечная	110	Колостомия	144
Дифтерия	111	Кома.....	144
Дрожь.....	111	Конвульсии	145
Дуоденит	111	Конна синдром.....	146

Конъюнктивит	146	Меньера синдром	176
Копчик (проблемы)	146	Метроррагия	177
Корь	148	Миалгия	177
Косоглазие	148	Мигрень	177
Кости (проблемы)	150	Миндалин воспаление	178
Кошмар	151	Миокардит	179
Крапивница	152	Мозоль на ноге или на руке	179
Краснуха	152	Моноуклеоз	180
Кровообращение (проблемы)	152	Мочевой пузырь	180
Кровоподтек	153	Мочевыводящих путей	
Кровотечение	153	инфекция	181
Кровотечение из носа	154	Мурашки по телу	181
Кровяные пластинки		Мышцы (проблемы)	181
(недостаток)	155	Надпочечники (проблемы)	182
Кровяные тельца (проблемы)	155	Нарколепсия	183
Кровь (проблемы)	156	Нарост	184
Крона болезнь	157	Наследственные заболевания	184
Круп	157	Насморк	185
Кутикулы	158	Невралгия	186
Кушинга болезнь	158	Невроз	186
Ларингит	158	Недержание мочи	188
Легкие (проблемы)	159	Нервный тик	188
Лейкемия	160	Несварение желудка	188
Лейкопения	161	Несчастный случай	189
Лепра	161	Нефрит	191
Лимфатическая система		Нефрит хронический	191
(проблемы)	162	Нефроз	191
Лимфатические узлы		Ноги (проблемы)	191
(опухание)	162	Нос (проблемы)	192
Липомы	163	Обморок	193
Лихорадка	164	Обезвоживание	194
Лихорадка болотная	165	Облысение	195
Лицо (проблемы)	165	Ободочная кишка (проблемы)	196
Лишай опоясывающий	166	Одерзимость	196
Лодыжки (проблемы)	166	Ожирение	196
Локоть (боль)	166	Ожог	198
Лопатка	167	Озноб	198
Лордоз	167	Оксиуроз	199
Люмбаго	168	Олигурия	199
Люмбалгия	168	Онемение	199
Малоподвижность сустава	168	Ониксис	200
Малярия	169	Опухоль	200
Маниакально-депрессивный		Оргазм (отсутствие)	200
психоз	169	Ослера болезнь	201
Мания	169	Оспа	201
Марфана болезнь	169	Остеохондроз шейный	202
Мастит	170	Оталгия	202
Мастоидит	170	Отек	202
Матка (проблемы)	170	Отит	203
Маточные трубы (проблемы)	171	Отравление	203
Меланома	172	Отрыжка	203
Менингит	172	Оцепенение	204
Менопауза (проблемы)	173	Паже болезнь (болезнь костей)	204
Меноррагия	174	Пальцы ног (проблемы)	204
Менструация (проблемы)	175	Пальцы рук (проблемы)	205

Панариций	207	Пятка (боли)	233
Панкардит	208	Разрастание аденоид	234
Панкреатит	208	Рак	234
Паразиты	208	Ранение	235
Паралич	209	Рассеянный склероз	235
Паралич Белла	210	Рахит	236
Параноя	210	Рвота	237
Парез	210	Рвота с кровью	237
Парено синдром	210	Ребро (перелом)	238
Паркинсона болезнь (паркинсонизм)	211	Регургитация	238
Паротит	211	Ретинит	238
Парша	212	Ретта синдром	238
Пах (боль)	212	Ревматизм	239
Педжета болезнь	212	Ринит	240
Пеллагра	212	Ринит аллергический	240
Пенис (проблемы)	213	Роговица (изъязвление)	240
Перелом	214	Роже болезнь	241
Переутомление	214	Рот (проблемы)	241
Перикардит	214	Рука (предплечье) (боль)	242
Перитонит	214	Руки (кости) (боль)	243
Перфорация	215	Сальпингит	245
Перхоть	216	Самоубийство	245
Печень (проблемы)	216	Свинка	247
Пиорея	217	Связки (разрыв)	248
Пищеварение (проблемы)	217	Седалищный нерв (боль)	248
Пищевод (проблемы)	218	Сезонный синдром	248
Плеврит	218	Селезенка (проблемы)	249
Плечо (боль)	218	Сепсис	250
Плешивость	219	Сердцебиение учащенное	250
Пневмония	220	Сердце (проблемы)	251
Подагра	220	Силикоз	252
Позвоночник	221	Синусит	252
Полиомиелит	221	Синяк	252
Полипы	222	Сифилис	252
Полнота	222	Скарлатина	253
Помешательство	222	Склеродермия	253
Понос	223	Сколиоз	253
Порез	224	Скрип зубов	253
Потоотделение	225	Слабость	254
Похудение	226	Слабоумие	254
Почки (проблемы)	226	Слабоумие старческое	254
Предменструальный синдром	227	Слезы (отсутствие)	255
Приливы	227	Слюнные железы (проблемы)	256
Припухлость	228	Смещение диска	257
Простата (проблемы)	228	Сомнамбулизм	258
Прострел	229	Солитер	259
Профессиональное истощение	229	Сон (проблемы)	259
Прямая кишка (проблемы)	229	Сотрясение мозга	259
Прыщи	229	Спазмофилия	259
Психоз	230	Спайки	259
Псориаз	231	Спид	260
Птоз	232	Спина (боль)	262
		Сплевание	264
		Спленит	265

Стенокардия (грудная жаба)	265	Храп	286
Столбняк	266	Хрипота	287
Стопы (проблемы)	266	Худоба	287
Страбизм	267	Целлюлит	288
Стрии	267	Цинга	289
Ступор	268	Цирроз	290
Ступор кататонический	268	Цистит	290
Судорога	268	Челюсти (проблемы)	291
Суставы (проблемы)	269	Черные точки	292
Суставы тазобедренные (боль)	269	Чесотка	292
Сухожилий воспаление	270	Чирей	292
Сухость в глазах	271	Чиханье	292
Тахикардия	271	Шея (боль)	293
Тошнота	272	Шизофрения	294
Тревога	272	Шип лемуара	294
Трещина	273	Шишка	295
Тромбоз	273	Шишковидная железа	
Туберкулез	273	(проблемы)	295
Туннель запястный		Шойерманна болезнь	295
(блокировка)	274	Шум в ушах	296
Туретта синдром	274	Шюллера болезнь	297
Угри	275	Щека (боль)	297
Удушье	275	Щитовидная железа	
Узелки	275	(проблемы)	297
Укачивание в транспорте	275	Эзофагит	299
Укусы и проколы	276	Экзема	299
Уремия	276	Эмболия легких	300
Уретрит	276	Эмфизема легких	301
Уретрит	277	Эндокардит	301
Усталость	277	Эритематозные акне	301
Уши (проблемы)	278	Эндометриоз	302
Ушиб	279	Энурез	303
Фарингит	280	Эпидемия	303
Фиброма матки	280	Эпилепсия	303
Фибромиалгия	281	Эпифиз (проблемы)	304
Фистула	282	Эпифизит	305
Флебит	282	Эрекция (проблемы)	306
Фобия	283	Эякуляция (неспособность)	306
Фригидность	283	Ягодицы (боль)	306
Фридриха (болезнь		Язва	307
или атаксия)	284	Язва желудка	307
Фурункул	285	Язык (проблемы)	307
Ходжкина (болезнь)	285	Яички (проблемы)	308
Холера	285	Яичник (проблемы)	309
Холестерин	285	Ячмень	310

Для того чтобы уточнить причину физической проблемы, задай себе следующие вопросы	311
Заключение	312
Выводы	313
Вот несколько советов. Они встречаются в других моих книгах, но настолько важны, что я решила завершить ими эту книгу	315

ВВЕДЕНИЕ

После пятнадцати лет разнообразных теоретических и практических исследований в области метафизики я решила написать новую книгу.

Я предпочитаю термин «метафизика» термину «психосоматика» по следующим причинам.

«Сома» значит «то, что имеет физические причины», «психо» — «то, что идет от души». Сегодня даже традиционная медицина признает, что по меньшей мере 75% всех болезней являются психосоматическими, то есть имеют как физические, так и эмоциональные или ментальные причины.

Кроме того, термин «психосоматика» не очень популярен. Это можно объяснить тем, что большинство людей чувствуют себя оскорбленными, когда их болезни называют психосоматическими, так как в их представлении психосоматическая болезнь почти эквивалентна некоей ненормальной, воображаемой болезни, даже душевному расстройству. В результате этого заблуждения они продолжают искать причины своих обычных болезней исключительно на физическом уровне.

Я же стараюсь найти во всех болезнях и недомоганиях метафизическую составляющую, то есть факторы, действующие за пределами физического уровня.

Я, как и все люди, постоянно учусь; я изменяю себя, и тогда мне открывается новое. Чем больше я рассказываю другим, тем больше узнаю сама. За последние пятнадцать лет у меня накопилось множество такой интересной информации, что я решила поделиться ею с вами.

Эта книга представляет собой своего рода словарь-справочник, который позволит каждому читателю быстро и легко определить глубинные причины своих болезней и недомоганий.

Когда наше тело начинает говорить с нами языком болезней, недомоганий и прочих физических проблем, оно хочет, чтобы мы осознали и изменили свой образ мыслей или действий. Страдая, оно говорит нам, что мы дошли до своего физическо-

го, эмоционального или ментального предела, что нам необходимо избавиться от разрушительных внутренних установок и верований.

В этой книге, как и во всех остальных моих книгах, я обращаюсь к читателю на «ты». Это облегчит тебе восприятие текста, когда ты станешь искать метафизический смысл своей болезни.

Если ты впервые сталкиваешься с практической метафизикой, мой метод может показаться тебе слишком примитивным. Возможно, ты будешь реагировать так же, как реагирует большинство людей, сталкиваясь с чем-то новым: *«Откуда она все это знает? С какой стати я должен верить в то, что тут написано?»*

Это нормальная реакция, поэтому я не прошу тебя сразу и безоговорочно поверить всему, что написано в этой книге. Но постарайся и не отвергать все с порога. Прочитай эту книгу с непредвзятым отношением и скажи себе: *«А нет ли в этом доли истины и чего-то полезного для меня?»* Не забывай, что раньше, до того как медицина приобрела такой доминирующий авторитет, ее роль играла метафизика. С появлением психоанализа она вновь начала укреплять свои позиции. Сам Фрейд сказал, что между телом и психикой может существовать определенная связь. Карл Юнг, его ученик, считал, что *«тело и дух постоянно взаимодействуют, точно так же как взаимодействуют сознательное и бессознательное»*. Этим утверждениям уже более полувека. Значительную работу по возрождению метафизики проделали такие известные ученые, как Вильгельм Райх, Пьеррако, Фриц Перлз, Луиза Хэй и многие другие.

К сожалению, традиционная медицина, а также некоторые направления так называемой «натуральной медицины» по-прежнему считают, что болезнь является помехой человеческому счастью, и поэтому продолжают сражаться с симптомами. Устранить симптом без выяснения глубинной (то есть метафизической) причины болезни — то же самое, что вынуть какую-нибудь маленькую красную лампочку из сигнального табло в кабине самолета. Да, тревожный сигнал исчезнет, но это обязательно обернется гораздо более серьезными последствиями.

Я, к моему великому счастью, обнаружила, что любая болезнь — это подарок и возможность восстановить равновесие души. Причины болезни следует искать не в физическом теле, так как само по себе оно мало что значит. Жизнь, которая в нем заключена, приходит от души, от духа. Физическое тело всего лишь отражает то, что происходит в душе человека. Любая болезнь говорит о том, что тело пытается восстановить равновесие, поскольку его естественным состоянием является здоровье. Все сказанное столь же справедливо для эмоционального и ментального тел.

Изучая этот подход, ты ничего не теряешь; напротив, ты можешь только выиграть, если тебе удастся с его помощью определить истинную причину болезни и способы ее лечения. Предупреждаю тебя, что твое эго, скорее всего, будет отчаянно сопротивляться твоим попыткам найти решение, так как ты должен будешь проанализировать и, если это потребуется, изменить свои убеждения, моральные ценности и образ мыслей. Вопросу об эго следует уделить особое внимание.

ЧТО ТАКОЕ ЭГО? Это совокупность твоих воспоминаний, которые с годами становятся для тебя все более важными и, наконец, заполняют всю твою индивидуальность. Объясню подробнее. Твое восприятие какого-то события откладывается в памяти. Если это событие было особенно счастливым или неприятным, ты решил, что его не следует забывать. На основе этого воспоминания ты пришел к какому-то выводу относительно того, как в будущем избегать подобного события, если оно огорчило тебя, или повторять, если оно принесло тебе радость. Этот вывод постепенно становится убеждением, верованием.

Подобные воспоминания со временем складываются в отдельные комплексы, субличности, живущие в тебе своей жизнью. Они питаются энергией, которую получают каждый раз, когда ты позволяешь им управлять твоей жизнью. Нередко они напоминают о себе тихим внутренним голосом, пытаясь воздействовать на твои решения.

Конечно, если ты уверовал во что-то, то скорее всего — из лучших побуждений: ты думал, что эта вера поможет тебе стать более счастливым. К сожалению, большинство *верований*, накопленных с детства, оказываются совершенно бесполезными

в дальнейшем, когда ты становишься взрослым. Некоторые из них сыграли свою положительную роль на каком-то этапе твоей жизни, остальные были ложными с самого начала.

Посмотри, например, на мальчика, который никак не может научиться читать и постоянно слышит от родителей или учителей примерно следующее: *«Ты ни на что не способен, ты слишком рассеян. Ничего путного из тебя не выйдет»*. Если мальчик запомнит эти слова и решит в них поверить, в его голове поселится тихий голос, который станет регулярно напоминать ему, что он ни на что не способен; всякий раз, когда он захочет что-то изучить или предпринять, он обязательно услышит этот тихий голосок. Эта его субличность (это верование) всегда будет убеждена в том, что помогает избегать страданий, и ради этого постарается помешать ему в любом начинании.

Мальчик вырастет и станет взрослым мужчиной, но будет по-прежнему прислушиваться к этому голосу и делать все для того, чтобы больше никогда и ни от кого не услышать, что он ни на что не способен. Этот голос, или верование, будет подсказывать ему множество отговорок, позволяющих ничего не предпринимать: *«Мне это неинтересно», «Я передумал», «Еще не время действовать»* и т. п. Очевидно, что подобное верование приносит только вред — как мальчику, так и взрослому.

Это состоит именно из таких верований, и человек должен их осознавать, иначе они мешают ему реализовать истинные желания, истинные проявления его настоящей индивидуальности, его Я ЕСТЬ.

В этом и заключается главная причина всех наших болезней: **СЛИШКОМ СИЛЬНО НАШЕ ЭГО, СЛИШКОМ ВЕЛИКА ЕГО ВЛАСТЬ**. Если мы позволяем это управлять нашей жизнью и оно мешает нам быть теми, кем мы должны быть, то часть наших желаний блокируется, а это приводит к тому, что *блокируется и та часть нашего физического тела, которая необходима для реализации этих желаний*.

Приведу пример из реальной жизни: однажды ко мне обратилась молодая женщина с острым тендинитом (воспалением сухожилия) правой руки. Я спросила у нее, что эта боль мешает ей делать. Она сказала, что боль в руке мешает ей играть в теннис. Она могла бы ответить, что боль мешает ей брать на руки

ребенка, мыть посуду или делать еще что-нибудь по дому. (Если удастся определить, что та или иная болезнь мешает нам делать в физическом мире, это ускоряет поиск ее первопричины.) Из ее ответа я сразу же поняла, что причиной боли является какое-то ее верование, связанное с теннисом. Я спросила у нее, почему она решила заняться теннисом. Она ответила, что хотела немного развлечься, расслабиться, так как ей приходится относиться к жизни очень серьезно — что поделаешь, если муж все время на работе, а дома двое маленьких детей.

Она рассказала мне, что три другие женщины из теннисного клуба уговорили ее присоединиться к ним и раз в неделю играть парами друг против друга. И вот тогда теннис превратился для нее из развлечения в напряженное соревнование. Когда она ошибалась, ее партнерша давала понять, что недовольна ее игрой. Тендинит позволил ей осознать, что до этого она не решалась настаивать на своем из страха вызвать неодобрение подруги. А ее вера в то, что к жизни нужно относиться очень серьезно, не позволяла ей получать удовольствие от игры. Она вспомнила, что ее мать относилась к жизни так же серьезно, и поняла, что слишком требовательна к себе. На нее легло столько забот, что на игру и развлечения совсем не оставалось времени.

Ты должен понять, что значение тендинита было не в том, чтобы заставить ее перестать играть в теннис, а в том, чтобы она ИЗМЕНИЛА СВОЕ ОТНОШЕНИЕ к игре. Очень часто люди считают, что боль говорит только о том, что они должны начать или перестать что-то делать. Эта молодая женщина, видимо, думала так: *«Раз моя рука сильно болит, значит, она хочет мне сказать, что я больше не должна играть в теннис»*. ВНИМАНИЕ! Подобные мысли — это трюк, с помощью которого эго пытается замаскировать какое-то вредное верование. Почему?

ПРОСТО ЭГО УБЕЖДЕНО В ТОМ, ЧТО ВСЕ, ВО ЧТО ОНО ВЕРИТ, ПОЛЕЗНО И ХОРОШО ДЛЯ ТЕБЯ.

Будь особенно внимателен, когда твоя болезнь кажется тебе *исключительно физической*. Вот несколько примеров:

- болезнь вызвана недостатком витаминов и исчезает, как только человек начинает принимать эти витамины;

- человек падает и ломает руку;
- человек съедает много шоколада, и у него начинается несварение желудка;
- человек напрягается физически и следующие несколько дней страдает от боли в мышцах.

В подобных случаях очень соблазнительно поверить в то, что причина болезни имеет исключительно физический характер. Но так как физическое, эмоциональное и ментальное тела человека неотделимы друг от друга, я советую тебе не поддаваться на уловки эго, которое хочет, чтобы ты переложил всю вину на какой-нибудь внешний фактор. Повторяю: твое эго отказывается брать на себя ответственность за болезнь, так как считает совершенно правильным и полезным то верование (то есть некоторую часть эго), которое является истинной причиной несчастного случая, несварения желудка и т. д.

Помни, что эго не может управлять твоей жизнью. Оно неспособно понять твои истинные потребности, так как основано только на воспоминаниях. Эго — всего лишь творение человеческого ума.

Эго обладает собственной волей к жизни, но способно выжить и стать хозяином твоей жизни только в том случае, если ты ему это позволишь. Эта тема подробно рассматривается в других моих книгах.

Эго есть у всех, и этот факт усиливает мою уверенность в том, что абсолютно все болезни связаны с нашими эмоциональными и ментальными телами.

Утверждать, что болезни имеют только физическую причину, даже если речь идет о травме в результате несчастного случая, несварении желудка, зубной боли и т. п., — значит забывать о ментальном и эмоциональном телах. Материальная оболочка человека состоит из трех тел, которые при жизни никогда не отделяются друг от друга. Когда человек глубоко задумывается, его физическое тело действует автоматически. Когда человек испытывает страх или какую-то другую сильную эмоцию, его сердце начинает биться чаще, и это вызвано не только физическими причинами.

Наиболее частыми причинами болезней являются отрицательные мысли и эмоции, чувство вины, потребность во внимании и стремление избежать неприятной ситуации. Есть также легковнушаемые люди, которые часто становятся жертвами популярных верований — например, что «сквозняк вызывает насморк». Такие люди легко *подхватывают* любое инфекционное заболевание.

Как следует из названия этой книги, любая болезнь является напоминанием о том, что ты должен любить себя. Почему? Да потому, что, когда человек себя любит, им руководит сердце, а не эго.

Любить себя — значит давать себе право жить полной жизнью, а любить других людей — значит давать им право жить полной жизнью.

Жить полной жизнью — значит дать себе право быть человеком, то есть переживать опыты, иметь страхи, убеждения, заблуждения, недостатки, желания и надежды, быть, наконец, ТАКИМ, КАКОЙ ТЫ ЕСТЬ ТЕПЕРЬ. Ты не должен судить себя, не должен думать о том, что хорошо и что плохо, что правильно и что неправильно. Просто живи настоящим и знай, что любое твоё решение будет иметь последствия, приятные или не очень.

Вот почему эта книга задумана прежде всего как *пособие по возвращению твоего тела в естественное состояние, то есть в состояние здоровья, счастья, любви и гармонии.*

Как только ты обнаружишь ментальную установку, которая тебя блокирует и является причиной твоей болезни, сразу переходи к первому этапу — этапу безусловного принятия себя таким, какой ты есть, и работай над своим образом мыслей до тех пор, пока не добьешься необходимых изменений. В этом тебе помогут дополнительные вопросы, приведенные в конце этой книги.

Вскоре твоему телу станет приятно приспосабливаться к этим изменениям. Помни, что физическое тело — всего лишь отражение нашей души. Участники программ «Слушай свое тело» часто говорят мне, что не понимают, почему болезнь не проходит даже после того, как они поняли ее метафизический

смысл. Недостаточно просто принять или понять ситуацию или другого человека. САМОЕ ВАЖНОЕ — ПРИНЯТЬ СЕБЯ, ТО ЕСТЬ ПРОСТИТЬ СЕБЯ. Эта идея подробно рассматривается в конце книги.

Я также хочу обратить твое особое внимание на то, что, даже если тебе удалось самостоятельно найти причину твоей болезни, это не значит, что ты не должен обращаться к врачу. Врач поможет твоему физическому телу, пока ты будешь исследовать себя на эмоциональном, ментальном или духовном уровне. Действительно, такие исследования гораздо легче проводить, если тебя не беспокоит боль.

Наверное, ты будешь приятно удивлен, если тебе попадется врач, который считает, что у человека есть не только физическое, но и другие, более тонкие тела, от состояния которых в значительной степени зависит физическое здоровье. К счастью, в западной цивилизации число врачей, которые верят в непосредственную связь между душой и телом, с каждым днем увеличивается; сторонники же восточной медицины верили в эту связь всегда. В настоящее время опубликовано немало книг о метафизических аспектах физических болезней.

Существует еще обширный класс врачей так называемой альтернативной медицины, так что у тебя есть отличная возможность проявить свое здравомыслие и способность принимать решения. В конце концов речь ведь идет о твоём теле, и ты сам отвечаешь за его здоровье.

Постарайся избавиться от предрассудков и понять, что метафизический подход к лечению является частью новой парадигмы, которую питает энергия Эры Водолея. Из мира, в котором доминировал разум, мы переходим в мир, где будет доминировать дух, где душа, СУЩНОСТЬ человека займет по праву принадлежащее ей место. Людям, которые отказываются принять эти изменения, будет все труднее оставаться счастливыми, здоровыми и уверенными в себе.

Как лучше всего использовать эту книгу

1. Найди свою болезнь и прочитай объяснение ее смысла.
2. Запомни или запиши то, что тебя касается или показалось тебе наиболее важным в прочитанном.

3. Внимательно прочитай дополнительные вопросы в конце книги и ответь на них — это позволит тебе более точно определить причину болезни.
4. Медленно, внимательно прочитай и прочувствуй заключение — самую важную часть книги. С этого начинается процесс улучшения твоего духовного и физического состояния.
5. Кроме того, я настоятельно рекомендую тебе прочитать приведенные ниже дополнительные объяснения.

ВЕС (проблемы)

См. статью ОЖИРЕНИЕ.

ВЕТРЯНАЯ ОСПА

Ветряная оспа, или ветрянка, — детская болезнь, симптомами которой являются сыпь на туловище, конечностях и иногда лице. Течение болезни доброкачественное.

См. статью ДЕТСКИЕ БОЛЕЗНИ.

ВЗДУТИЕ

См. статью ГАЗЫ, СКОПЛЕНИЕ.

ВИЛОЧКОВАЯ ЖЕЛЕЗА (проблемы)

Вилочковая железа, или тимус, расположена в нижней части шеи и является центральным органом иммунной системы. См. статью СЕРДЦЕ (проблемы) и приведенное ниже объяснение.

Вилочковая железа связывает физическое тело человека с его сердечной чакрой (энергетическим центром). Нарушение функций этой железы говорит о заблокированной энергии, о застое в сердце. Интересно отметить, что эта железа достигает своего максимального размера к двум годам, а затем начинает уменьшаться. У большинства взрослых людей она практически полностью атрофирована. Этой атрофии, несомненно, соответствует нарастающая с возрастом атрофия нашей способности любить себя.

Если бы вилочковая железа не атрофировалась, это значительно усилило бы наш иммунитет к различным болезням (например, к СПИДу); и я уверена, что уже через несколько поколений ученые заметят, что эта железа перестала атрофироваться у многих взрослых людей. «Иммунитет» значит «защита», «укрытие»; таким образом, проблема с иммунитетом

говорит о том, что человек недостаточно любит себя и укрывается только за повседневными заботами. Иммуитет человека усилится, когда он снова начнет любить себя безусловной любовью — так, как этому учили нас все великие учителя прошедших веков.

ВИРУС

ФИЗИЧЕСКАЯ БЛОКИРОВКА. Вирус — это микроорганизм, который можно увидеть только в микроскоп. Вирусы — одни из самых крохотных живых существ и самые примитивные среди них. Их размеры позволяют им находиться и проникать буквально повсюду, но размножаться они могут только внутри живых клеток.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ БЛОКИРОВКА. Если человек заболевает вирусной болезнью, это говорит о том, что он поддался какой-то мыслеформе, которую сам создал и которая мешает ему быть самим собой. Для того чтобы болезнь проникла в эмоциональное и ментальное тела, в них должны образоваться трещины. Эти трещины действительно образуются, когда человек испытывает злость или ненависть. Таким образом, вирусное заболевание почти всегда является признаком обиды или ненависти. Для того чтобы узнать, с какой сферой жизни больного связаны эти отрицательные эмоции, следует выяснить назначение пораженной части тела.

МЕНТАЛЬНАЯ БЛОКИРОВКА. Так как вирус является живым существом, поговори с ним так, как ты говорил бы с человеком. Найди в себе мыслеформу, которая злится на кого-то за что-то. Затем представь, что эта мыслеформа — другой человек, который говорит с тобой и пытается поддерживать в тебе злость против кого-то. Объясни ему, что ты больше не хочешь злиться, так как это ухудшает твоё здоровье. Скажи ему, что хочешь простить человека, на которого злился.

Даже если в данный момент ты не можешь простить этого человека, хорошие намерения смягчат твою боль и чувство обиды. Теперь, когда ты знаешь, что твоим организмом пытается завладеть одна из твоих мыслеформ, тебе будет гораздо легче бороться с болезнью. (См. этапы прощения в конце этой книги.)

ДУХОВНАЯ БЛОКИРОВКА И ЗАКЛЮЧЕНИЕ. То же, что и для АБСЦЕССа (см. стр. 28).

ВИТИЛИГО

Витилиго — это депигментация кожи. Характеризуется появлением на коже белых пятен различных форм и размеров, причем кожа остается вполне здоровой. См. статью КОЖА (проблемы).

ВЛАГАЛИЩЕ (проблемы)

ФИЗИЧЕСКАЯ БЛОКИРОВКА. Влагалище — это проход, соединяющий шейку матки и вульву. Влагалище является женским копулятивным органом. Кроме того, во время родов по нему проходит плод и плацента. Наиболее распространенными проблемами являются ВАГИНИТ, ГЕРПЕС, ОПУХОЛЬ и РАК.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ БЛОКИРОВКА. Большинство проблем с влагалищем связаны с сексуальной сферой жизни женщины, так как мешают ей поддерживать нормальные сексуальные отношения. Эти проблемы говорят о том, что женщина не получает желаемого удовлетворения от секса, поскольку у нее сложилось неправильное отношение к сексуальности. Ей кажется, что ее используют и недостаточно ценят. Гнев, который она испытывает, вызван тем, что она не дает себе права наслаждаться сексом.

МЕНТАЛЬНАЯ БЛОКИРОВКА. Твое тело говорит тебе, что ты должна изменить свое отношение к сексу, так как оно больше не приносит тебе ничего хорошего. Возможно, ты властная женщина, и поэтому у тебя возникает ощущение, что тебя используют, когда не ты, а твой партнер выбирает время для занятий сексом. Вместо того чтобы чувствовать себя использованной, постарайся почувствовать себя желанной. Если тебе кажется, что тобой манипулируют, подумай о том, что ты тоже кем-то манипулируешь, пусть даже в других сферах твоей жизни, причем в большинстве случаев твои намерения, как и намерения твоего партнера, совсем не злы.