

Клаудиа Ранвиль

**МЕТАМЕДИЦИНА:
ПУТЬ К САМОИСЦЕЛЕНИЮ**

Claudia Rainville

METAMEDICINE

LA GUERISON A VOTRE PORTEE

Клаудиа Ранвиль

МЕТАМЕДИЦИНА: ПУТЬ К САМОИСЦЕЛЕНИЮ

*«Болезнь — это корректирующее послание,
жизненный урок, который мы не поняли
по-другому. Полное исцеление невозможно,
пока урок не пройден».*



УДК 615.851
ББК 53.57
P22

Перевод с французского Н. Белоусовой

Ранвиль Клаудиа
P22 **Метамедицина: путь к самоисцелению.** / Перев. с фр. —
М.: ООО Издательство «София», 2011. — 288 с.

ISBN 978-5-91250-960-5

Корни всех телесных недугов скрываются между створками жемчужной раковины нашей эмоциональной памяти.

Встречаясь с любыми неприятными для нас происшествиями, мы мгновенно захватываем их в плен нашего подсознания, бережно укутывая принятую порцию негатива многослойным перламутром времени... Так в организме человека незаметно рождаются чуждые для него явления — заболевания...

Читатель узнает:

- почему любую болезнь лучше всего рассматривать с точки зрения ее эмоционального ядра;
- как избавиться себя от болезни, одновременно приняв тот драгоценный урок, который она принесла.

УДК 615.851
ББК 53.57

*Métamédecine — la guérison à votre portée.
Guérir en éveillant sa conscience*

Copyright © Claudia Rainwille, 1995

© «София», 2011
ISBN 978-5-91250-960-5 © ООО Издательство «София», 2011

Содержание

Благодарности	8
Предисловие к новому изданию	9
<i>Глава первая.</i> Принять ответственность за свое здоровье и счастье.	20
<i>Глава вторая.</i> Наш мозг и его роль в проявлении равновесия и дисбаланса	39
<i>Глава третья.</i> Влияния и как их избежать	65
<i>Глава четвертая.</i> Программы: как использовать их себе во благо	87
<i>Глава пятая.</i> Происхождение болезни, или о чем говорит недуг	102
<i>Глава шестая.</i> Тяжесть жизни: как от нее освободиться	124
<i>Глава седьмая.</i> Чувство вины и его последствия: как от них освободиться	151
<i>Глава восьмая.</i> Страх и его последствия: как преодолеть их	192
<i>Глава девятая.</i> Гнев: как его преодолеть	221
<i>Глава десятая.</i> Стыд и его проявления: как трансформировать это чувство	237
<i>Глава одиннадцатая.</i> Как отследить историю своей болезни или недомогания?	249
<i>Глава двенадцатая.</i> Ключи к здоровью и хорошему самочувствию.	274
Эпилог	285

*На самом деле идеальное здоровье
и пробуждение — это одно и то же.*

Тартанг Тулку

*Всем моим братьям и сестрам на Земле:
пусть эта книга сделает свой вклад
в ваше благополучие*

Благодарности

Все мы ученики и учителя.

Я хочу от всего сердца поблагодарить всех учителей, которые повстречались мне на пути на протяжении многих лет. Этими учителями были как пережитый опыт и прочитанные книги, так и мои дорогие участники семинаров, которые с полным доверием и открытостью делились со мной своими нелегкими тайнами. Это и читатели, которые писали мне и делились своими страданиями и вопросами.

Спасибо всем, кто принял участие в выпуске, распространении и продаже моих книг.

Огромное спасибо тебе, читатель.

Предисловие к новому изданию

Я с самого детства искала ответы на такие экзистенциальные вопросы, как «Зачем я родилась?», «Почему одни счастливы и живут в достатке, а другие бедны и несчастны?», «В чем цель моей жизни?», «Что будет со мной после смерти?», «Есть ли в жизни смысл — или со смертью всему приходит конец?».

Я получила католическое воспитание. Нас всегда учили, что Господь бесконечно милостив. Но я не могла принять своим детским умом, что добрый и справедливый Бог может позволить столько несправедливости и страдания, которые я наблюдала вокруг. Вот почему я, еще будучи подростком, отошла от этого религиозного учения.

И вот однажды последняя капля переполнила мою чашу «депрессий»: я пришла к выводу, что жизнь — лишь страдание и у моих детей будет больше шансов стать счастливыми с более уравновешенной матерью. Жизнь утратила для меня всякий интерес, и я решила с ней покончить. Когда мой муж проснулся, его обеспокоила моя неподвижность. Он вызвал «скорую».

Когда меня несли из моей комнаты в машину скорой помощи, я чувствовала, будто парю над своим телом. В «скорой» мое сознание с полным безразличием наблюдало за упорством медиков. В какой-то момент я услышала, как врач сказал моему мужу: *«Ей осталось жить считанные часы!»*

Однако я знала, что у меня есть выбор: вернуться в свое тело или покинуть его. Я пребывала в каком-то небытии, где время и место не имеют значения. Почти целый день я оставалась в этой летаргии, подключенная к аппарату искусственного дыхания. Меня оставили в углу ожидать своей смерти.

Меня нашла медсестра, пришедшая на смену в 16:00. Она встала у изголовья моей кровати и с состраданием произнесла: *«О Боже, бедная, бедная девочка!»* Ее слова тронули мою душу и вывели меня из состояния полного безразличия. Я просто не могла оставаться бесчувственной перед такой добротой. Я подумала: *«Если на Земле есть хотя бы один человек, способный любить, как она, это стоит того, чтобы вернуться»*. С этой мыслью я снова вошла в свое тело. В отделении это вызвало панику — мертвец открыл глаза. Нужно было действовать не мешкая. Меня отвезли в отделение интенсивной терапии.

Сколько усилий приложила бригада скорой помощи, а нужны были лишь несколько слов, полных сострадания!

Этот очень впечатляющий опыт пробудил в моей памяти вопросы, на которые я не находила ответов. Кроме того, этот опыт дал мне понять: когда мое тело покоилось на операционном столе, я все равно не избавилась от страдания, которое жило во мне. Поэтому я осознала, что самоубийство вовсе не освобождает нас. Оно лишь отнимает у нас возможность пользоваться средством передвижения, которое могло бы избавить нас от страдания. И я решила заняться духовным развитием — чтобы понять, кто я, почему, имея все для счастья, я ощущала такую тяжесть жизни, настолько глубокую бездну, которую ничто не могло заполнить.

За познание я заплатила собственными страданиями, перенесла псориаз, люмбаго, рак, нервную депрессию, тревожность и т. д., а также пережив сложности

в отношениях (конфликты, расставания, разводы) и в работе (непонимание, предательство, неприятие).

Что же я обнаружила в конце этого долгого пути?

Фундаментальную истину: *человек подобен Богу*.

В религии Высшее Начало имеет много разных имен: Брахма, Митра, Ахурамазда, Яхве, Аллах...

Когда меня учили, я понимала, что Бог подобен человеку. Он, как добрый отец, поощряет или наказывает Своих детей — в зависимости от того, следовали они Его заповедям или нет. Он бесконечно велик, мы — бесконечно малы. Такое учение делало меня безоружной перед лицом страданий — своих и тех, кого я люблю.

Я не понимала главного, меня этому не учили: на самом деле человек создан по образу и подобию Бога. Если Бог — Творец, сами мы — творцы всего, что встречается на нашем пути. Если Бог — любовь, мы тоже любовь. Чтобы жить и быть счастливыми, мы нуждаемся в любви.

В индуизме нет дуализма, то есть Бог и его создание едины. Так учил и Иисус: «*Я и Отец — одно*», но христианские священники предпочли дуалистический подход, в котором Отец — Творец, Сын Иисус Христос — Его продолжение, а мы — Его творение.

Есть такое выражение: «Разделяй и властвуй». В этом дуализме (Он-Всемогущий и мы, его творение) нам оставалось лишь подчиняться Его представителям на Земле (духовенству).

В индуизме Брахма — высшее начало, одновременно Творец, дающий жизнь всему на свете, но он также любовь (Вишну), который поддерживает жизнь, он и Шива-разрушитель, разрушающий ради возрождения. Индуистское Тримурти — аналог Святой Троицы, смысл которой не мог объяснить мне ни один священник. Нам всегда отвечали, что это одна из великих тайн, которые можно познать только после смерти.

Что же я обнаружила в конце этого долгого поиска? Тримурти, или Троица, — это три аспекта нас самих.

Каждый из нас Творец (Брахма) того, что с ним происходит. Мы создаем страдание своими мыслями, словами и действиями и можем себя от него избавиться, если изменим свой способ мышления и слова, которые используем, если будем учиться на ситуациях, которые нам встречаются.

Мы существа Любви (Вишну) — без любви мы несчастливы.

Нам нужно не бояться разрушать (Шива) все негативные и ошибочные убеждения, которые в нас вселили с самого детства и которые мешают нам достичь освобождения.

Освободить нас может пробуждение.

В этом и состоит основная роль Метамедицины. «Мета-» по-гречески означает «за пределами», а на языке пали — «сострадание».

За пределами известного — неизвестное.

За пределами осознанного — неосознанное.

За пределами неведения — ясность.

За пределами страха — вера.

За пределами отчаяния — надежда.

За пределами ненависти — любовь.

За пределами смерти — жизнь.

За пределами страдания — блаженство.

За пределами человека — Божественное.

Что такое Метамедицина?

Некоторые определяют Метамедицину как философию жизни, другие — как психосоматическую медицину, третьи — как медицину эмоций, четвертые — как медицину души, но все согласятся, что прежде всего — это медицина пробуждения осознанности, помогающая человеку лучше управлять своей жизнью.

Метамедицина — это подход фундаментально индуктивный, не дедуктивный.

Термин «дедуктивный» происходит от «данного и сказанного». Если мы используем свои знания, чтобы сделать вывод, — это дедукция. Вот вам пример: у человека болит колено, он идет к терапевту, который говорит, что кости, в частности колени, болят из-за того, что он слишком быстро рос. Ему не могут предложить ничего, кроме обезболивающих, поэтому человек обращается к другому специалисту, и тот говорит: причина в том, что вы недостаточно гибкий. Возможно, эти выводы правильны, а может быть, ошибочны.

В *индуктивном* подходе врач не интерпретирует то, что переживает человек. Врач скорее играет роль сопровождающего в процессе, к которому приступает сам человек, чтобы обнаружить то неосознанное, что порождает симптомы или причиняет страдание. Вот почему настоящий консультант Метамедицины должен научиться так вести беседу с пациентом, чтобы подвести его к причине недомогания и пониманию, как от нее можно избавиться.

Метамедицина занимается не только вопросами здоровья, но также проблемами отношений, профессиональной жизни, духовного развития.

Метамедицина — это женская медицина.

Когда человеку нужна помощь в конкретной проблеме, например при травме, чтобы диагностировать, провести хирургическое вмешательство или поставить протез, для этого нужна мужская медицина. Но когда причина абстрактна, мужская медицина быстро достигает своих пределов. Вот почему очевидна взаимодополняемость этих двух подходов. И отвергать одну в пользу другой так же бессмысленно, как жертвовать одним полушарием мозга в пользу другого.

Метамедицина ведет человека к самодостаточности. Научившись задаваться правильными вопросами, получать собственные ответы и находить собственные решения, мы перестаем верить свое здоровье в руки тех, кто считает, что *знает лучше нас*. Удостоверившись в силе самоисцеления, мы начинаем более эффективно пользоваться своим разумом и больше доверять себе.

Метамедицина — это медицина сострадания. В ней нас особенно интересует, что пережил человек перед тем, как заболел. Метамедицина принимает человека в его страдании.

С каждым днем все больше терапевтов пользуются ключами Метамедицины, понимая, что *можно не только лечить пациентов, но и пробуждать в них осознанность*.

Как действует Метамедицина?

Консультанты Метамедицины не ставят диагнозов, не назначают лечения. Они используют беседу-опрос, чтобы подвести человека к осознанию причины его страданий. Затем, используя определенную терапию, они помогают ему освободиться от эмоционального

бремени, а также побуждают совершить освобождающее действие и найти решение того, что его беспокоит.

Приведу пример. Одна участница семинара консультируется у меня в связи с частыми приступами мигрени. Я спрашиваю, когда начались эти боли. Она отвечает, что конкретно сказать не может — это длится уже несколько лет.

— Случаются ли приступы мигрени в какой-то определенный момент?

— Да, почти всегда это происходит с приходом месячных.

Я спрашиваю:

— Возможно, для тебя быть женщиной связано с опасностью?

Она начинает плакать. Мой вопрос пробудил в ней боль.

На чем был основан мой вопрос? Головные боли часто связаны со страхом потерять контроль над ситуацией. Когда же боль перерастает в мигрень, это говорит о том, что страх усилен присутствием потенциальной опасности или угрозы.

Я выяснила, в какой момент возникает приступ — во время месячных. Может, этот момент напоминает ей, что она женщина?

Ее реакция свидетельствует о том, что я попала в точку. Она признается, что действительно была изнасилована. Я спрашиваю, хочет ли она об этом поговорить. Чтобы помочь ей освободиться от связанных с изнасилованием эмоций, я предлагаю ей силой воображения снова «войти» в эту ситуацию. И сказать живущему в ее памяти насильнику все то, что она чувствовала из-за пережитого, чтобы освободиться от страданий, которые она носила в себе много лет. А после этого выслушать, что хотел ей сказать тот мужчина. Словом, я помогла ей изменить убеждение в том,

что быть женщиной приравнивается к опасности быть изнасилованной.

При этом другой человек может страдать от мигрени совершенно по другой причине. Но чудесные ключи в виде вопросов всегда помогут выяснить, что именно консультируемый ощущает как угрозу.

Покажу это на примере. Ко мне за консультацией обратилась женщина, ставшая инвалидом из-за перенесенного полиомиелита. Приступы мигрени у нее с каждым годом все болезненней. Я спрашиваю, когда это началось. Она отвечает, что это произошло после того, как она навестила свою подругу, которую поместили в центр ухода за инвалидами. Когда я спросила ее, что она чувствовала, находясь в том заведении, женщина ответила:

— Я думала, что, будь я на месте своей подруги, я чувствовала бы себя как в тюрьме. — И добавила: — Кстати, я не могу находиться в помещении с закрытыми дверями — я начинаю задыхаться.

— Тебе уже случалось оказываться где-нибудь запертой?

Отвечая на этот вопрос, она вспомнила, что в раннем детстве ее мама однажды ушла за покупками, пока она спала. Проснувшись, она поняла, что осталась одна, а дверь закрыта. Девочка очень испугалась, думая, что ее бросили и заперли так, что теперь ей не выбраться.

Я помогла ей освободиться от эмоций, связанных с пережитым в детстве случаем, а затем спросила:

— Возможно, ты боишься потерять самодостаточность и оказаться в лечебнице, как твоя подруга?

Мой вопрос помог ей осознать, что именно она понимала под «угрозой». Для нее потеря самодостаточности приравнивалась к утере свободы, а это равнялось заточению в тюрьме.

Она никогда не связывала приступы мигрени со своим страхом потерять самодостаточность. Осознав эту связь, она смогла найти способы преодолеть свою неосознанную тревожность.

В Метамедицине мы избегаем обобщений и пользуемся ключами только в индуктивной форме, помня, что *у каждого своя история и двух людей с одинаковыми симптомами или болезнями могли привести к этому разные причины.*

К тому же одна причина может вызывать целый ряд недомоганий, а недомогание может быть результатом нескольких причин.

У меня консультировался мужчина, который попал в аварию. Он сломал руку и плечо, а также растянул щиколотку. Он интересовался, какие причины могли к этому привести. Я спросила его, не чувствовал ли он себя незадолго до аварии виноватым за то, что сбросил с себя груз ответственности, который стал ему невыносим? Он очень удивился моему вопросу и спросил: «Вы что, провидица?»

Овладеть ключами Метамедицины — значит научиться одинаково пользоваться левым и правым полушариями мозга. Это позволяет нам использовать одновременно логику и интуицию, позволяет анализировать, не теряя общей картины происходящего. Можно сказать, речь идет об интуитивной логике — или об эмоциональном разуме.

Мой вопрос был основан на логике, но не на холодной логике, а на логике того, что я чувствовала. Я рассуждала так: раз речь идет об аварии, ее могло вызвать либо чувство вины, либо желание покончить с какой-то ситуацией. Однако у мужчины пострадали плечо, рука и связки щиколотки.

На плечах мы носим груз, значит, плечи могут быть связаны с чем-то, что он нес, — возможно, с ответственностью за кого-то, о ком он заботится.

Это также может быть связано с ситуацией, которая стала для нас невыносимо тяжелой.

Руки у нас для того, чтобы брать, давать, выполнять действия. Значит, это связано с чем-то, что мы берем или выполняем.

Повреждение щиколотки — растяжение или разрыв связок. Связки символизируют то, что нас связывает или удерживает.

Таким образом, я сформулировала свой вопрос, основываясь на том, что представляет собой каждая пострадавшая часть тела.

Он признался, что действительно незадолго до аварии порвал с одной женщиной, сильно зависящей от него и имеющей большое количество проблем. Он ушел с чувством, что предает ее.

Я помогла ему избавиться от чувства вины — он осознал и принял тот факт, что, возможно, лучшим способом помощи этой женщине было дать ей шанс стать самодостаточной — вместо того чтобы поощрять ее зависимость и постоянно решать за нее ее проблемы. Это принесло ему облегчение и освободило от чувства вины. Теперь телу осталось только восстановить поврежденные ткани.

Приведенные примеры могут показаться простыми, так как я изложила лишь суть беседы. Однако это не означает, что Метамедицина — упрощающий подход, а выявить причину болезни или плохого самочувствия всегда легко. Только история самого человека может подсказать нам, что он пережил, что вызвало в нем эмоции, породившие симптомы.

Не забываются: решение часто кроется в самой причине проблемы. Если дело в страхе, нужно при-

думать, как перестать бояться; если речь идет о гневе, нужно посмотреть, чему хочет научить нас ситуация, — и отпустить гнев.

Нашему организму порой нужна помощь, чтобы восстановить поврежденные ткани. Помочь ему может отдых, некоторые народные средства, а иногда и лекарства или хирургическое вмешательство.

Таким образом, следовать пути самоисцеления вовсе не означает, что нам больше никогда не придется обращаться к врачам. Скорее речь идет о том, чтобы содействовать выздоровлению, а не просто ждать, пока врач нас вылечит с помощью лекарств.

Пусть же эта книга станет прекрасным проводником на пути твоего развития. Я же буду сопровождать тебя со всей своей любовью и верой в твой потенциал самоисцеления.

Твой друг КЛАУДИА

Глава первая

Принять ответственность за свое здоровье и счастье

*Страдание — это корректирующее послание,
освещающее урок, который мы не поняли
по-другому; нельзя избавиться от страдания,
пока урок не пройден.*

Доктор Эдмонд Бах

Говоря о Метамедицине, нужно всегда помнить о Законе Ответственности, ибо он является необходимым условием истинного исцеления.

Будучи студенткой-микробиологом, я спрашивала своих преподавателей, откуда берутся микробы (бактерии, вирусы, паразиты и пр.). Мне отвечали: эти патогенные агенты появляются в результате заражения. Но я по-прежнему не понимала, откуда взялся у человека самый первый микроб. Меня удовлетворяли знания, которые я получала о потрясающем мире микроорганизмов, но эти вопросы оставались без ответа. Затем, начав работать в больнице, я снова удивлялась: почему тот мужчина постоянно приходит с воспалением мочеиспускательного канала, а та женщина — с вагинитом?

Еще я помню пожилого человека, заболевшего туберкулезом. Он практически никогда не выходил из

дома; его редкие посетители не были носителями бактерий Коха, вызывающей туберкулез. Где же он подхватил эту инфекцию?

Интуитивно я знала, что у людей есть способность развивать в себе болезни: либо постоянно привлекая к себе инфекции своими вибрационными частотами, либо дестабилизируя молекулы клеток, из-за чего развивается патология. Но стоило мне рассказать о своей теории, как меня поднимали на смех.

Махатма Ганди говорил:

Лжи не стать правдой, ибо она способна распространяться и множиться. Правде не стать ложью, потому что в нее никто не верит.

Взять на себя ответственность за все, что мы переживаем, — значит принять, что наши мысли, чувства и действия, равно как и все уроки, которые нам нужно пройти для своего развития, породили и благополучные, и несчастливые ситуации, в которые мы попадаем, трудности и счастье, которые мы переживаем в данный момент.

Когда я поднимаю эту тему на своих семинарах, то часто слышу такие рассуждения:

- ◆ «Я сам привлек насильственного отца?»
- ◆ «А как насчет ребенка-инвалида? Разве это его вина?»
- ◆ «Если мой муж потерял работу, это лишь потому, что его завод закрылся, — что он с этим мог поделать?»
- ◆ «Значит, если у меня болит спина, это моя вина?»
- ◆ «Никогда не думал, что мы сами привлекаем к себе болезни».
- ◆ «Это слишком несправедливо: мой сын болен от рождения, а преступники наслаждаются отличным здоровьем».

Мой отчим говорил: «На этой Земле есть только одна справедливость — и это смерть».

Подобные рассуждения указывают на то, что люди часто путают великий *Закон Ответственности* с чувством вины. Вот почему многим так сложно его принять — ведь они интерпретируют его следующим образом: «Если я создал такую ситуацию или такую болезнь, значит, я *виноват* в своем плохом самочувствии, в своей болезни».

Такое ошибочное понимание *Закона Ответственности* нередко уходит корнями в наше религиозное воспитание. Иудеев и христиан воспитывают, внушая им необходимость смириться с Высшей Силой — Господом. Если мы будем соблюдать все заветы и совершать благие поступки, то будем вознаграждены — при жизни или после смерти. И наоборот, если мы начнем поступать против заветов или Церкви (мечети, храма и т. д.), то будем наказаны!

Так что если нам на голову падает черепица, мы сразу задаемся вопросом: «За какой проступок Небо послало мне такое наказание?» — либо начинаем искать виновного на стороне — кто-то же должен быть виноват в нашем несчастье. Соответственно, в своих страданиях мы обвиняем либо себя, полагая, что заслужили это, либо других (иногда даже Бога), возлагая на них ответственность за случившееся.

Принять на себя ответственность — значит признать: мы сами создали все, что с нами случается, — и приятное, и неприятное. Однако я не говорю, что мы это делаем *осознанно*. Скорее, нужно принять следующее: наши мысли, эмоции и действия, а также уроки, которые нам нужно пройти в своем развитии, породили счастливые и несчастные случаи, которые с нами произошли или происходят в данный момент.

Другими словами, *Закон Ответственности* не имеет никакого отношения к благословию или на-

казанию, к удаче или неудаче, к справедливости или несправедливости, и уж тем более — к *чувству вины*. Он лишь воплощает в себе неизбежную связь причины и следствия.

Разве мы не свободны:

- ◆ Принять любое верование или отвергнуть его?
- ◆ Выбирать слова, которыми мы пользуемся?
- ◆ Интерпретировать слова и ситуации?

Разве мы не свободны:

- ◆ Любить или ненавидеть?
- ◆ Обвинять или понимать?
- ◆ Говорить хорошее или плохое?

Разве мы не свободны:

- ◆ Смотреть в глаза правде или обманывать себя?
- ◆ Действовать или противодействовать?
- ◆ Бояться или доверять?

Да, у нас есть свобода:

- ◆ Мыслей
- ◆ Эмоций
- ◆ Верований
- ◆ Действий
- ◆ Выбора.

Однако при всей этой свободе мы не можем избежать последствий того, что мы решили сказать, сделать, подумать или предпринять. Хорошее это было или плохое, все вернется к нам в другое время, в других ситуациях, с другими людьми. Значит, если мы создаем страдание, мы будем страдать, но если мы растим в себе доброту, любовь, признательность — мы будем счастливы.

Возможно, ты готов признать влияние своего выбора и его последствия. Но, может быть, ты думаешь:

«Если человек вел машину и в него врезались на полной скорости, разве он выбирал этот несчастный случай?» Правильно. Но что произошло перед аварией? Из-за чего человек оказался в такой ситуации?

Давайте рассмотрим случай, который произошел со мной в одиннадцать лет. Однажды солнечным летним днем моя сестра сказала, что едет кататься на велосипеде со своей старшей подругой. Я попросила маму отпустить меня с ними. Но она ответила: «Ни в коем случае, ты еще слишком маленькая и останешься дома». Мне это показалось бессмысленным, ведь сестра была лишь на год старше меня.

Тайком от мамы я взяла велосипед и поехала за девочками. Сначала все шло отлично. А на обратном пути полил дождь. Вдруг у моего велосипеда слетела цепь. Чтобы не терять времени, Люси, подруга сестры, дала мне свой новый велосипед: «А я почию твой велосипед и догоню вас». Мы ехали друг за другом по шоссе. Было скользко, одну машину занесло, и она ударила меня. Пролетев несколько метров вверх тормашками, я приземлилась на шоссе. У меня было легкое сотрясение мозга, разрыв связки левого голеностопа и ушиб ягодичной мышцы. Я пролежала в больнице около недели.

Почему машина не сбила мою сестру или ее подругу Люси? Почему меня? Почему пострадали именно эти органы, а не другие? Оглядываясь назад, я могу точно проследить связь между чувством вины перед матерью за непослушание и этой аварией. Запрет мамы не выходил у меня из головы — вот откуда сотрясение мозга; я чувствовала себя виноватой в том, что поехала кататься против ее воли, — вот порванные связки. К тому же я боялась, как бы брат меня не выпорол, — и выпорола себя сама из-за своего чувства вины. Вот откуда ушибленная ягодичная мышца.

Можно также задаться вопросом: почему у моего велосипеда слетела цепь? Было ли это первым прояв-

лением чувства вины, которое не давало мне продвигаться вперед?

И продолжая размышления: почему поврежденным оказался велосипед Люси, а не мой?

Чувствовала ли она себя виноватой, когда ехала на дорогом новеньком велосипеде, в то время как мы вынуждены были обходиться старыми? Теперь я уже не могу это проверить, но думаю, что так и было.

Случайностей не бывает.

Этой великой правдой часто пользуются не к месту. Например, лидеры террористических группировок могут манипулировать своими последователями, говоря им: «Случайностей не бывает — если ты пришел сюда, значит, мы тебе нужны». Случайностей действительно не бывает, но этот закон можно неверно интерпретировать. Возможно, человек пришел в группу, чтобы научиться говорить «нет» и пользоваться своим умом.

Сам Будда говорил:

Не верьте мне: проверьте, пробуйте, и только когда сами будете знать, что это вам подходит, делайте это; а когда знаете, что это для вас неблагоприятно, отвергайте это.

Может ли чувство вины быть причиной несчастных случаев или других форм самонаказания? Наблюдай — и сделаешь собственные выводы.

Если с тобой произошел несчастный случай, вспомни, что ты переживал накануне. Если несчастье затронуло твои ноги, это вполне может быть связано с чувством вины перед человеком, который не желает пускать тебя двигаться вперед, либо если ты сам отказываешься делать следующий шаг. Травма пальцев рук может быть связана с педантизмом: может, ты чувствуешь себя виноватым в том, что сделал свою работу слишком быстро или чересчур небрежно?

Символика тела помогает нам связать несчастный случай с тем, что заставило нас почувствовать себя виноватыми перед тем, как он произошел.

Если с тобой случится несчастный случай или ты будешь как-то травмирован, спроси себя, не было ли у тебя чувства вины. Не находился ли ты в ситуации, которая казалась тебе безвыходной? Возможно, это происшествие позволяло тебе выйти из этой ситуации? Чувство вины проявляется не только в виде аварий. Оно может отравить нам жизнь, разрушить здоровье, забрать все шансы на успех, привести к потерям, провалам и не позволять нам быть счастливыми. Подробнее мы поговорим об этом в главе «Чувство вины и его последствия».

Может быть, ты готов принять последствия своего выбора; допустим, ты согласен, что случайностей не бывает, какие бы события с нами ни происходили, включая несчастные случаи. Ты способен принять идею, что чувство вины может привести к той или иной форме самонаказания, например к потере того, чем ты владеешь, или даже любви? Ты способен увидеть, что наша ментальная позиция, верования и чувства также могут влиять на нашу жизнь? Тогда я хочу поговорить с тобой о вибрационных частотах.

Что такое вибрационная частота?

Частоту можно определить как количество идентичных циклов определенного явления в единицу времени.

Например, под частотой дыхания понимают количество респираторных циклов в минуту. Единица измерения частоты, равная одному колебанию в секунду, называется герцем. Мы часто слышим по радио, что станция вещает на частоте, например, 102,4 мегагерца.

Если радиостанция передает программу с участием нашего любимого певца на частоте 105,8, нам нужно обязательно *настроиться* на эту частоту, чтобы услышать ее. Чуть-чуть до нее или после — и мы уже ничего не услышим. То же самое со здоровьем и болезнями.

Каждая мысль, эмоция, каждое исходящее от нас чувство вибрируют на определенной частоте, которую мы можем сравнить с частотой радиостанции.

А наш мозг можно сравнить с ретранслятором — он, подобно радиоприемнику, ловит то, что вещает станция на выбранной нами частоте.

Представь, что соседка зашла к тебе в гости и говорит: «Везет тебе — как ни зайду к вам, такая замечательная музыка играет, а у меня по радио только плохие новости, из-за которых я нервничаю, да еще и музыка, сводящая меня с ума». Неужели ты ответишь, что тебе повезло, а ей нет? Конечно, нет, ведь ты прекрасно понимаешь: удача тут ни при чем. Скорее ты скажешь: «Просто поменяй радиостанцию — настройся на другую частоту».

Болезни, недомогания и другие неприятности — не вопрос невезения, случайности или Божьей кары. Они лишь результат частоты, на которую мы настроены.

Стоит поменять частоту с плохой на хорошую, как буквально на наших глазах исчезнут недуги, боль, плохое самочувствие; сложная ситуация предстанет в новом свете, отношения с людьми улучшатся.

Рассмотрим такой пример: я поручила компании по перевозке музыкальных инструментов транспортировать мое черное лаковое пианино. Во время перевозки грузчик сделал неловкое движение и сильно поцарапал инструмент. Я так разозлилась, что у меня кровь вскипела в венах. Расстроенная и очень злая — пианино досталось мне от отца, — я стала требовать от представителя компании ремонта. Эти эмоции лиши-

ли меня энергии. На следующий день у меня на верхней губе выскочил герпес, а на руках появилась мелкая сыпь.

Компания забрала мое пианино, чтобы отдать его в ремонт. Оно вернулось как новенькое. Теперь злиться было не на что — я даже была благодарна за услугу, понимая, что никто не застрахован от подобных инцидентов. Сыпь исчезла, герпес прошел, энергия восстановилась. Я больше не находилась на «частоте гнева».

Вибрационная частота может быть высокой или низкой:

- ♦ высокая частота создает состояние благополучия, гармонию, счастье и здоровье;
- ♦ низкая частота создает плохое самочувствие, страдание и болезнь.

Кстати, было бы лучше использовать термин «гармония», когда говоришь о состоянии «здоровья», и «дисгармония», когда подразумевается «дискомфорт» или «недомогание». Исцеление — не что иное, как возвращение в состояние гармонии.

Помни: ты волен настраиваться на любую частоту, какую пожелаешь.

Цель этой книги — научить тебя распознавать низкие вибрационные частоты и поднимать их, чтобы достичь истинного исцеления, а не только временного улучшения или избавления от симптомов.

Мы сможем понять, как мы порождаем в своем мире ту или иную болезнь или недомогание, если полностью поймем функцию вибрационных частот. Точно так же это касается и различных событий в нашей жизни.

Ты замечал, как человеку, боящемуся собак или кошек, эти животные постоянно попадают на пути?

Полные страха мысли имеют вибрационную частоту, способную притянуть в нашу жизнь объект страха.

Дело в том, что страх заставляет нас совершать именно такие действия, которые помогают материализовать то, чего мы больше всего боимся.

Моя мама запрещала мне кататься со старшими девочками на велосипеде, боясь, как бы я не попала в аварию. Спровоцировал несчастный случай не ее страх, но мое чувство вины. Тем не менее, что касается моей матери, ее страх также осуществился.

Боясь потерять любимого человека, мы начинаем чрезмерно контролировать его, а значит, ограничивать его свободу. Задыхаясь в наших объятиях, он хочет вырваться, чтобы дышать свободно, и уходит от нас. То, чего мы так боялись, осуществляется.

Давайте попытаемся принять, что излучаемые нами вибрационные частоты определяют все, что приходит в нашу жизнь. Это касается и здоровья, и отношений с людьми, и событий, которые с нами происходят.

А как же дети, приходящие в этот мир с врожденными заболеваниями, — например, с катарактой обоих глаз или диабетом? Это тоже результат действия вибрационных частот? В определенном смысле — да. Однако давайте разберемся, почему ребенок может родиться с болезнью или увечьем.

Вибрационные колебания присутствуют в нашей жизни постоянно, время от времени меняясь, но никогда не прерываясь.

Подобным образом, одна и та же радиостанция может передавать в 7 утра новости, в 8 — ритмичную музыку, в 9 — интервью, в 10 — снова новости, в 10:30 — медленную музыку и так далее. Станция работает беспрерывно, ее вещание никогда не прекращается. То есть речь идет о непрерывности.

А наша жизнь разве не является непрерывной чередой приятных и неприятных событий? Прерывается ли эта череда со смертью и разложением нашего физического тела? Нет, она продолжается, только на

невидимом для наших физических глаз уровне. Как и радиостанция, которая продолжает вещать, даже когда наше радио выключено или сломано.

Давайте рассмотрим, что происходит во время такого феномена, как смерть. Это термин, порожденный неведением, ибо ничто никогда не умирает, все продолжает существовать в той или иной форме. Например, листья, завершившие свой цикл, вернуться на землю, чтобы стать удобрением для другого дерева, на котором распустятся новые листья.

Когда мы покидаем свое физическое вместилище, называемое нами телом, которое на самом деле подобно одежде или средству передвижения в материальном мире, — мы покидаем и сам этот мир. Например, если я выхожу из своей машины и сажусь в самолет, я во все не умираю. Я лечу в самолете, высоко в воздухе. Это справедливо по отношению к каждому из наших средств передвижения. Каждое из них функционирует в своем мире, для него подходящем.

Наиболее хорошо известным подобным средством передвижения для нас является наше тело из плоти и костей, которое соответствует *материальному миру*. Затем — астральное тело, которое соотносится с нашими эмоциями и чувствами и функционирует в *астральном мире*, также называемом нами миром снов. Астральный мир не ограничен ни во времени, ни в пространстве. Это мир благоприятных и пагубных ощущений, который некоторые религии называли «небесами», определяя приятные состояния, и «адам», определяя неприятные. Чудесные сны ассоциируются с раем, а кошмары — с адом.

Затем следует *ментальный мир*. Его средство передвижения — мысль. Здесь нет приятных или неприятных ощущений, только созидательная мысль. В этом мире можно существовать лишь в форме мысли. С помощью созидательной мысли мы можем усовершен-

ствовать свое средство передвижения, чтобы действовать в том мире.

Затем следует *каузальный мир* — мир причин, порождающих последствия. Чтобы передвигаться по этому миру, тоже нужен транспорт. Большинство живых существ на Земле не способны получить это средство передвижения в свое распоряжение. Люди не могут переживать опыт того мира, поскольку его «транспорт» для нас пока недоступен. В точности как семя дерева, упавшее на землю и ждущее, пока его пробудит энергия жизни.

Великие Мастера, которые владеют каузальным «средством передвижения», могут материализовывать и дематериализовывать объекты, поскольку умеют как создавать причины, так и трансформировать их. Так было с Иисусом Христом, сегодня это делает великий духовный мастер Саи-Баба, живущий на юге Индии.

Что происходит в момент смерти?

В точности то же самое, что и во время сна, однако с одним отличием. Во сне мы остаемся привязанными к своему телу так называемой *серебряной нитью*. Эта нить играет ту же роль, что и пуповина, связывающая мать и дитя. Пуповина питает и поддерживает внутриутробную жизнь плода, а материя, составляющая наше физическое тело, получает энергию — через *серебряную нить* в него вдыхается жизнь.

Если эта нить частично рвется, наступает состояние комы. Если рвется окончательно, физическое тело перестает получать питание в виде жизненной энергии и его материя, прежде существовавшая в определенном порядке, дезорганизовывается. Это мы и называем смертью: разрыв нити и распад, влекущий за собой гниение тела. Однако жизнь при этом не пре-

кращается. Жизнь вечна, она продолжается на другом вибрационном уровне.

Жизнь живет. Жизнь не может умереть никогда.

Наше физическое тело можно сравнить с игрушкой, работающей на батарейках. Пока батарейки заряжены, игрушка двигается, когда батарейка садится, игрушка начинает работать медленнее, а стоит заряду в батарейке иссякнуть, как игрушка замирает.

В этом заключается роль сна — это время покоя, когда подзаряжается наша батарейка. Вот почему так важно отдыхать. Когда о человеке говорят, что он проживает жизнь, это значит, что он не относится с должным уважением к времени, необходимому на «подзарядку», а значит, в конце концов быстро опустошит свою батарейку и она уже не сможет работать в полную силу.

Вечером мы устаем, становимся менее энергичными — это напоминает нам о необходимости подзарядиться. Мы ложимся спать. Куда же мы отправляемся, пока наше тело лежит в кровати? С помощью своего астрального транспортного средства мы путешествуем по астральному миру.

В зависимости от того, какие вибрационные частоты мы излучаем, отправляясь спать, нам встречаются соответствующие элементы этого мира. Если мы засыпаем счастливо и мирно, то останемся в том же состоянии и на той же частоте. А испытывая страх или ненависть, мы можем встретиться с ужасающими состояниями, которые мы называем кошмарами.

Мы остаемся в этом мире достаточно долго, а затем покидаем его и входим в ментальный мир. Если в том мире у нас нет соответствующего средства передвижения, мы будем находиться там в латентном состоянии, то есть в состоянии «ожидания». Если же у нас есть подходящая «машина», мы можем в этом мире работать, учиться, заниматься делами — все это велением одной нашей воли.

Затем мы покидаем и этот мир, чтобы попасть в мир каузальный. Весь опыт материального, астрального и ментального миров запечатлен на каузальном уровне до того дня, когда он будет заново активирован. Вот почему говорят, что наше будущее программируется ночью либо в момент смерти — то есть в момент перед тем, как мы покидаем материальный мир.

Рассмотрим конкретный пример, который поможет нам понять, почему ребенок иногда рождается с врожденной болезнью или с другой проблемой.

Мари не хватает общения с отцом. Однажды она серьезно заболевает, и он остается с ней дома, хотя обычно постоянно отсутствует. Мари понимает: пока она болеет, о ней заботятся. Со временем она начинает привлекать болезнь за болезнью, чтобы удерживать внимание тех, кого любит. Дело доходит даже до сильнейшей астмы, из-за которой девочка попадает в больницу. В больничной палате она снова чувствует себя брошенной; астма приводит к серьезным дыхательным проблемам, несовместимым с жизнью. Мари «умирает»: она оказывается в астральном мире, потом в ментальном и, наконец, — в каузальном.

Эта «душа» привлекала внимание с помощью манипуляций и не понимала, что, когда любишь, нужно уважать свободу других. Когда «семья» души снова активируется (и эта сущность опять перерождается), оно окутывается ментальной, каузальной и физической субстанцией (материей), и мы называем его эмбрионом, потом — плодом и, наконец, младенцем — в соответствии с его стадией развития.

Младенец является продолжением всего предыдущего опыта Мари. Допустим, она снова воплощается в женском теле и получает имя Жюли. Родители Жюли часто ссорятся, и она чувствует себя оставленной на произвол судьбы. Они настолько вовлечены в свой гнев,

в свое страдание, что ей кажется, будто она для них не существует. Однажды с ней случается эпилептический приступ. Наконец-то перепуганные родители поворачиваются в ее сторону. Эпилепсия позволяет ей одновременно привлечь к себе внимание и положить конец ссорам родителей. Жюли повторяет этот сценарий сначала с родителями, затем со своим мужем, который начинает отдаляться от нее, так как чувствует себя беспомощным и больше не может терпеть ее эпилептических припадков. Тогда она замыкается на своих детях, пытаясь и ими манипулировать с помощью болезни и принуждая их заботиться о себе. Став взрослыми, они решают поместить ее в дом престарелых. Она снова чувствует себя брошенной, понимает, что жизнь не удалась, она злится на мужа и детей. Жюли умирает с яростью в сердце — по отношению к жизни и к тем, кто ее бросил.

Из-за своей ярости и гнева она попадает в астральный мир, в область низких частот. Затем она переходит в ментальное и в каузальное тело.

Зародыш снова активизируется, облачается в ментальную, астральную и физическую субстанцию. На этот раз душа воплощается в мужском теле; мальчика называют Жан-Пьер. Он рождается с врожденной атаксией и в очень раннем возрасте оказывается прикованным к инвалидному креслу. Его сдают в пансион. Здесь он может показать себя либо добрым к окружению, либо агрессивным бунтарем. Его поведение определит дальнейшее воплощение в материальном мире, по-прежнему закладывая основы его дальнейшего существования.

Если Жан-Пьер выберет путь агрессии, он не сделает ничего путного для своего духовного развития и его будущая жизнь не улучшится. Мало того, его ситуация может только ухудшиться.

Если же он выберет быть добрым человеком и, несмотря на инвалидность, посвятит себя заботе о других,

будет их подбадривать, не пытаясь ими манипулировать и полностью предоставляя им свободу, в дальнейшем он, скорее всего, родится совершенно здоровым ребенком, которому все будут с радостью уделять внимание.

Теперь понятно, почему некоторые инвалиды подают пример отваги и решимости. Но осторожно! Нельзя обобщать и утверждать, будто все эпилептики или больные атаксией желают привлечь к себе внимание. Что верно для одного, может оказаться совсем не верным для другого.

Не стоит забывать, что у одной и той же болезни могут быть совершенно разные причины. Так же как и одна причина может повлечь за собой разные последствия.

Следует заметить: Метафизику интересует не столько исцеление физического тела, сколько усвоение человеком урока на пути его духовного развития.

Вот почему в Метафизику нельзя импровизировать. У консультанта должно быть достаточно знаний и опыта, которые накапливаются в течение долгих лет при условии, что он отдает этой науке свою любовь и время. Ведь Метафизика — это наука скорее о душе, чем о теле.

Теперь мы усвоили первую часть *Закона Ответственности*, которая гласит:

Ничто не происходит случайно.

У всего есть своя причина, и в зависимости от вибрационной частоты наших мыслей, верований, чувств, эмоций, а также слов, которые мы произносим, и уроков, которые нам нужно усвоить, нам попадают соответствующие события и обстоятельства.

Уяснив эту первую часть, мы больше не сможем изображать из себя жертву, пытаться найти виноватого и говорить:

- ◆ «Я не виноват».
- ◆ «Мне не повезло».
- ◆ «Из-за него у меня язва желудка: он постоянно слушает плохие новости, и меня это раздражает».
- ◆ «Он меня постоянно злит».
- ◆ «Отец разрушил мою жизнь».
- ◆ «Меня не любила мама, поэтому я не могу быть счастливой».

Закон Ответственности исключает понятие жертвы и палача. Значит, нельзя обвинять других в опыте, который ты переживаешь, ведь именно в тебе находится то, что заставляет тебя реагировать именно так или приводит к тому, что человек относится к тебе таким образом. Другие люди — это зеркало, в которых мы видим свое отражение. Один человек может подавлять в себе гнев, а другой — проявлять его с жестокостью, но оба находятся под воздействием гнева.

Однако это не значит, что можно позволять родителям бить детей; тем, кто страдает, беспрепятственно выражать свою жестокость; или подвергать геноциду целые народы.

Ведь если каждый ответствен за свое здоровье и счастье, то существует и коллективная ответственность.

Есть анекдот о том, как однажды мозг, легкие и сердце поспорили о том, кто из них важнее. Мозг говорит: «Я самый важный, ведь я подаю всем команды». Легкие возражают: «Без воздуха тебе не жить, значит, мы самые главные». Сердце говорит: «Без меня воздух не будет циркулировать, и вы оба задохнетесь». Анус услышал их спор, закрылся и сказал: «Когда договоритесь, я откроюсь».

Эта история демонстрирует, что наше тело — это прежде всего единое целое, состоящее из многих эле-

ментов; стоит одному органу заболеть — и это тут же отразится на всем организме.

Земля — такой же организм, как наше физическое тело. Значит, на нас лежит ответственность за «общее целое». Если мы своей ненавистью, злобой, неприязнью, неприятием отвергаем другие составляющие огромного организма Земли, в нашем собственном теле это может воплотиться в виде роста атипичных клеток, неспособных взаимодействовать друг с другом.

Когда же мы живем в гармонии с собой и с окружающими, это отражается на нашем теле в виде здоровья — состояния, когда все клетки организма взаимодействуют гармонично.

Значит, можно сделать вывод: весьма полезно взять на себя ответственность за свое здоровье и счастье.

Перед завершением этой главы я хочу рассмотреть второй, не менее важный аспект великого *Закона Ответственности*.

Если мы готовы признать, что сами создали или привлекли в свою жизнь событие или ситуацию, которые мы оцениваем как «неправильные» или плохие, это лишь приведет нас к чувству вины и самобичеванию. Если же мы поймем, что эти события рождены нашими поступками, то сможем принять их и не будем себя винить. Ведь эти поступки связаны с уроками, которые нам нужно усвоить в своем развитии.

Таким образом, вторая часть *Закона Ответственности* состоит в том, чтобы признать:

Все создававшиеся в нашей жизни ситуации, все пережитые события нужны нам на пути духовного развития.

Другими словами, что бы мы ни пережили, какая бы болезнь нас ни мучила, какое бы горе нас ни постигло — все это нам необходимо, чтобы усвоить важный урок для своего развития.

Если бы я никогда не пережила всех своих несчастий, я никогда не написала бы книгу и не испытала бы счастья, которое приносит мне этот труд.

В уроках жизни, которые нам нужно усвоить, *все совершенно*. Очень часто мы осознаем это лишь много времени спустя.

Принимая это, мы становимся намного гибче по отношению к ситуациям, которые с нами происходят, и к людям, рядом с которыми мы живем.

Признать, что все совершенно, вовсе не значит отступить, стать безразличным, не реагировать. Напротив, это значит — действовать и быть ответственным вместо того, чтобы выбирать путь мятежа и бездействия. Бездействие подразумевает, что человек опускает руки и подчиняется якобы неизбежной судьбе.

В то время как действовать с полной ответственностью значит:

- ◆ признавать, что ты сам создал все, что приходит в твою жизнь;
- ◆ пытаться найти причину этой дисгармонии, а также урок, который нужно усвоить;
- ◆ действовать с целью вернуть в свою жизнь гармонию.

Именно с таким отношением ты достигнешь благополучия и продвинешься на своем пути духовного развития.

СОВЕТУЕМ ПРОЧЕСТЬ

Лиз Бурбо

СЛУШАЙ СВОЕ ТЕЛО — ТВОЕГО ЛУЧШЕГО ДРУГА НА ЗЕМЛЕ

Перед тобой книга, которая поможет сделать абсолютно реальные шаги в направлении улучшения своей жизни, мира с собой и окружением, здоровья и благополучия.

Эта книга призвана помочь тебе стать хозяином своей жизни. Простые на первый взгляд упражнения и медитации способны привести читателя к глубокой и всесторонней трансформации — стоит лишь искренне захотеть измениться. Мы сами создаем реальность, в которой живем, и никто и ничто не мешает нам быть счастливыми — только мы сами. Эта книга поможет тебе осознать и преодолеть препятствия на твоём пути к свободе и Божественному Совершенству.



Лиз Бурбо

ТВОЕ ТЕЛО ГОВОРИТ: ЛЮБИ СЕБЯ!

Самая полная книга по метафизике болезней и недугов

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

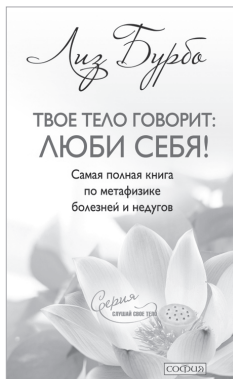
Да, здесь есть простые, лаконичные сведения о болезнях и их признаках. Но главная особенность книги в том, что все болезни в ней, от насморка и зуда до рака и СПИДа, рассматриваются лишь как... симптомы.

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 расплачивается.

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



Лиз Бурбо

**ПЯТЬ ТРАВМ,
КОТОРЫЕ МЕШАЮТ БЫТЬ САМИМ СОБОЙ**

В этой книге Лиз Бурбо говорит о личной ответственности каждого человека, — ответственности не перед кем-то, а перед самим собой, перед своей душой, перед собственным здоровьем.

Всякую душевную травму, нанесенную кому бы то ни было, ты неминуемо наносишь себе. И надолго. Так что страдания передаются из поколения в поколение. Из детских травм, из привычных страданий вырастают страдания массовые, всеобщие, и принимают форму социальных, государственных, мировых кризисов. Предательство, несправедливость, унижение, муки отвергнутой, покинутой души — это, как показывает Бурбо, глубоко личные травмы; но разве не они составляют основу, если не сущность, всех человеческих страданий? Получается, что незачем жаловаться на кого-то или что-то, незачем ловить и карать злодеев, поскольку закоренелый злодей — он же мученик — сидит в каждом из нас. Можно ли и каким образом освободить его и от страданий, и от злодея? Найди ответ в этой книге и воспользуйся им!



Литературно-художественное издание

Клаудиа Ранвиль

**МЕТАМЕДИЦИНА:
ПУТЬ К САМОИСЦЕЛЕНИЮ**

Перевод: *Н. Белоусова*

Редактор *И. Старых*

Корректор *Т. Зенова*

Оригинал-макет: *Е. Степаненко*

Обложка: *В. Миколайчук*

ООО Издательство «София»

107140, Россия, Москва, ул. Красносельская Нижняя, д. 5, стр. 1

Для дополнительной информации:

Издательство «София»

04073, Украина, Киев-73, ул. Фрунзе, 160

Подписано в печать 30.03.2011 г.

Формат 84×108/32. Усл. печ. л. 15,12.

Тираж 5000 экз. Зак. №

Отделы оптовой реализации издательства «София»

в Киеве: (044) 492-05-10, 492-05-15

в Москве: (499) 317-56-22, 317-56-44

в Санкт-Петербурге: (812) 676-07-68

Книга — почтой в России

в России: тел.: (499) 476-32-58

e-mail: kniga@sophia.ru

<http://www.sophia.ru>

<http://www.sophia.kiev.ua>