

*Серия*  
**СЛУШАЙ СВОЕ ТЕЛО**

*Lise Bourbeau*

L'auteure du best-seller

ÉCOUTE TON CORPS,  
TON PLUS GRAND AMI SUR LA TERRE

**LE CANCER,  
UN LIVRE QUI  
DONNE DE L'ESPOIR**

Миз Турба

РАК: КНИГА,  
ДАЮЩАЯ  
НАДЕЖДУ

Причины, профилактика,  
пути к исцелению

УДК 159.964

ББК 53.57

Б91

*Перевод с французского И. Зайцевой*

### **Бурбо Лиз**

Б91 Рак: Книга, дающая надежду. Причины, профилактика, пути к исцелению / Перев. с франц. под ред. И. Старых — М.: ООО Книжное издательство «София», 2014. — 224 с.

ISBN 978-5-906686-05-3

Чтобы добиться желаемого или, наоборот, нежелательного, человек использует одну и ту же энергию. Что, по-твоему, разумнее выбрать?

Лиз Бурбо написала КНИГУ, действительно ДАЮЩУЮ НАДЕЖДУ.

Возможно, это лучшая и самая важная ее книга.

Она будет полезна каждому, кто стремится научиться безусловной любви к себе, но особенно написанное здесь будет полезно тем, кто переболел раком или сейчас борется с этим заболеванием. Однако, если ты читаешь эту книгу просто для информации, не сомневайся, что, начав применять на практике описанные в этой книге техники, ты освоишь прекрасные методы профилактики рака.

УДК 159.964

ББК 53.57

Copyright © Lise Bourbeau, 2013

LE CANCER — UN LIVRE QUI DONNE DE L'ESPOIR

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&ri=g35-73974-1a&l=12>

ISBN 978-5-906686-05-3

© ООО Книжное издательство «София», 2014

## СОДЕРЖАНИЕ

Слова благодарности . . . . .	6
Пролог . . . . .	7
ГЛАВА 1	
Немного статистики . . . . .	12
ГЛАВА 2	
Раковые заболевания: подход научный и метафизический . . . . .	19
ГЛАВА 3	
Травма отвергнутого и рак. . . . .	37
ГЛАВА 4	
Почему? . . . . .	58
ГЛАВА 5	
Факты и доказательства . . . . .	79
ГЛАВА 6	
Единственное решение — прощение . . . . .	106
ГЛАВА 7	
Важность принятия решения. . . . .	136
ГЛАВА 8	
Как вести себя, когда близкий тебе человек болен раком. . . . .	150
ГЛАВА 9	
Познай силу любви . . . . .	165

## СЛОВА БЛАГОДАРНОСТИ

Спасибо всем, кто прошел школу «*Слушай свое тело*», вы стали для меня неиссякаемым источником опыта. Именно благодаря вам я снова и снова понимаю, насколько разумным творением является человеческое тело, — а значит, для него нет невозможного.

Я БЛАГОДАРИЮ всех, кто дал согласие на то, чтобы я использовала в этой книге примеры из их жизни. Я уверена, что опыт этих людей поможет многим.

Отдельно я БЛАГОДАРИЮ Дениз, позволившую мне подробно описать этапы прощения, которые она прошла со своей матерью.

Я БЛАГОДАРИЮ всех, кто побудил меня написать эту книгу, и отдельно — моего зятя Жан-Пьера Ганьона, директора Издательского дома ЕТС (*Слушай свое тело*), ведь именно у него родилась эта идея.

Я БЛАГОДАРИЮ всех врачей и медиков, которые открыты идее возможности исцеления рака любовью, что и воодушевило меня написать эту книгу.

Я БЛАГОДАРИЮ тебя, мой дорогой читатель, за твою решимость пережить предлагаемый в этой книге опыт. Я всем сердцем надеюсь, что ты сможешь внести свой вклад в изменение к лучшему общепринятой статистики по раковым заболеваниям в ближайшие годы.

## ПРОЛОГ

Я решила написать эту книгу о раке по совету моего издателя, поскольку ко мне все чаще и чаще стали поступать вопросы о возможных причинах этого заболевания. Я знаю, что на тему рака написано множество работ очень компетентными авторами, но в этой книге я хочу поделиться с вами обобщенными знаниями, которые я накопила за тридцать лет обучения теме «*Слушай свое тело*» во всем мире.

Сделать описанные в этой книге выводы мне удалось постепенно благодаря свидетельствам многочисленных участников семинаров школы жизни «*Слушай свое тело*», больных раком.

Должна признаться, что сначала я долго колебалась, ибо причина, или источник заболеваний, — это достаточно обширная и спорная тема. Я также знаю, что, если бы собралась написать эту книгу через десять лет, я бы знала гораздо больше. Но я уверена, что для создания такой книги мне не следует стремиться знать *все*. Впрочем, все знать невозможно. И это главное, что мотивирует меня продолжать учить людей, и бесспорно — это основной источник моих новых знаний и открытий.

Я также многому научилась благодаря многочисленным членам моей семьи и моим друзьям, которых не минула эта болезнь. Кто-то из них справился с заболеванием, а некоторые — умерли. В этой книге ты будешь часто читать о ситуациях, пережитых разными людьми. Конечно же, они сами позволили мне поделиться их историями с читателями.

Как видишь, я по-прежнему продолжаю обращаться к моему читателю на «ты» — в надежде прикоснуться к самым тонким струнам каждого.

Обрати внимание: все, описанное в этой книге, — результат моих наблюдений. Я не утверждаю, что это истина в последней инстанции и не ставлю перед собой цели убедить кого бы то ни было в том, что удалось осознать мне. Прежде всего, я хочу поделиться тем, что восхищает меня саму, тем, что мне очень помогло улучшить качество моей собственной жизни и жизни многих других людей. Основная моя цель — поделиться с тобой моим видением и надеяться, что оно откликнется в тебе и благоприятно скажется на реализации потребностей твоей сущности.

Ты также обратишь внимание на то, что в конце книги нет списка использованной литературы и что я иногда не указываю источников, на которых основаны мои открытия. Я читаю книги на эту тему вот уже сорок лет и далеко не всегда записываю имена тех, кто стал источником моих знаний. Если тебе нужны доказательства, значит, ты воспринимаешь все умом и таким образом рискуешь попасть под влияние эго.

Любую книгу по личностному или духовному росту следует воспринимать *чувствами*. Это означает, что нужно остановиться и спросить себя, хорошо или плохо ты чувствуешь себя в связи с прочитанной информацией. Именно так ты сможешь развить здравое суждение, поскольку ты — единственный человек, принимающий окончательное решение о том, что ты хочешь усвоить или забыть из того или иного учения.

На страницах книги ты будешь встречать фразы, выделенные курсивом, на которые, возможно, тебе следует обратить особое внимание. Я рекомендую тебе перечитать эти фразы трижды, спросить у себя о своих чувствах и позволить им просто идти своим путем. Затем, если ты действительно хочешь ЗНАТЬ, пригодны ли эти знания для тебя, спроси себя об этом несколько раз.

В конце концов, любое убеждение стоит принимать только в том случае, если оно дает тебе ощущение



гармонии и лучшего качества жизни. Следовательно, каждое убеждение, которое ты захочешь на некоторое время сделать своим, должно быть разумным для тебя. Напомню тебе, что каждое убеждение временно, поскольку в твоей жизни может появиться нечто новое, что заставит тебя отказаться от предыдущего.

«ВЕРИТЬ» — значит «СЧИТАТЬ ИСТИННЫМ». То, что является истиной для тебя в определенный момент, не обязательно будет истиной до конца твоих дней. Например, истиной может быть то, что пятилетнему ребенку не рекомендуют разговаривать с незнакомцами на улице. Но если, став взрослым, этот человек будет строго следовать подобной рекомендации, у него могут возникнуть серьезные проблемы.

Подход, рекомендованный в этой книге, может стать *дополнительным* к любому другому подходу, которым больной раком решит воспользоваться, так как он в основном основан на метафизических и духовных законах. Я хочу помочь тебе обрести внутренний покой благодаря понимание скрытой стороны рака.

Эта книга написана как для любого человека, больного раком, так и для тех, кто сопровождает такого больного, для тех, кто боится рака, помня, что в его семье эта болезнь настигла многих. **Особенно эта книга будет полезна тем, кто хочет избежать этого заболевания, сделать его для себя невозможным.** В действительности, **основная задача этой книги — предупредить рак.** Прочитав некоторые статистические данные, описанные в первой главе, ты узнаешь, почему пришло время изменить эту статистику.

Вторая моя задача — помочь тебе прекратить считать рак предметом ужаса, ВРАГОМ, с которым мы должны сражаться любой ценой или которому мы, бессильные и беспомощные, должны безропотно покориться. Я хочу помочь тебе осознать, насколько рак способен стать

ДРУГОМ, который всеми силами стремится дать тебе надежду и возможность обрести внутреннюю гармонию.

Хочу уточнить: я учла, что эта книга может попасть в руки людям, которые никогда раньше не читали моих других книг и никогда не бывали на семинарах школы «*Слушай свое тело*». Именно поэтому я подробно поясняю некоторые понятия этого учения, что может показаться повторением тем из вас, кто с основными принципами уже знаком.

Цвета обложки этой книги были выбраны в соответствии с содержанием, как и для других моих книг. Ведь все живое на планете имеет свой цвет, и каждый цвет отражает что-то особенное, бессознательно влияя на восприятие.

Розовый цвет снимает напряжение, тонко восстанавливает и улучшает здоровье, оказывает положительное воздействие на тело и дух. Именно этот цвет напоминает нам о потребности избавиться от бремени неприятных воспоминаний. Именно поэтому светолечение приписывает розовому цвету целебные свойства, полезные для тела и ума и способные повысить вибрации тела.

Что касается бирюзового цвета, то он состоит из синего и зеленого: зеленый цвет очищает и уравнивает, а синий способствует расслаблению и отдыху. Бирюзовый цвет также стимулирует работу иммунной системы и способствует регенерации, что полезно для исцеления. Кроме того, этот цвет придает надежду и уверенность в себе.

К тому же при написании книг я всегда пользуюсь фиолетовыми чернилами. В частности, этот цвет помогает читать *чувствами*, а не *разумом*, как в случае, когда текст написан черным цветом.

## ПРОИСХОЖДЕНИЕ СЛОВА РАК (CANCER)

Название заболевания позаимствовано у известного врача ГИППОКРАТА, считающегося отцом медицины, который использовал слова *carcinus* и *carcinoma* для описания двух форм опухолей. На греческом языке эти два слова связаны с «крабом», которого по форме напоминало это заболевание.

Четыреста лет спустя римский врач ЦЕЛЬС перевел греческий термин, используя латинское слово *cancer*.

Позже (спустя приблизительно сто лет) еще один римский врач ГАЛЕН использовал латинское слово *oncos* для описания опухоли, и это слово продолжили использовать онкологи, специалисты по раковым заболеваниям.

## Глава 1

# НЕМНОГО СТАТИСТИКИ

В Интернете можно найти бесконечное множество статистических данных по раковым заболеваниям, отдельно для каждой страны. В этой главе я приведу некоторые данные и покажу вам глобальную картину размаха этого заболевания. Кроме прочего, вы увидите, что на самом деле умирает только один человек из четырех заболевших раком. И когда врач произносит фразу: «У вас раковая опухоль», это вовсе не приговор. Почему же не принять решение попасть в число тех трех больных из четырех, которые выживут, справившись с раком?

Сегодня все чаще и чаще говорят об этой болезни, это факт. Раньше так открыто говорить о ней было не принято. Однако вполне понятно, почему люди так боятся рака. Недавно мой парикмахер рассказала мне, что двадцать лет назад в ее салоне говорили о раке приблизительно один раз в неделю. Сегодня — несколько раз в день. Касается ли это самого человека или одного из его родственников, но рак стал очень распространенной темой для разговоров и не только в парикмахерской, но и повсюду — и дома, и на работе.

С момента основания моей школы я работаю со многими врачами. Большинство из них соглашаются с моим утверждением, что они все чаще и чаще думают об этой болезни, когда к ним на консультацию приходит пациент с новой проблемой, особенно если это длительное заболевание. Очень часто они опасаются, что это рак, даже не получив результатов анализов. Не стоит их за это осуждать, ведь они регулярно сталкиваются с этой болезнью.

Приведу для информации некоторую статистику Канадского противоракового общества за 2012 год:

- 186 400 новых случаев раковых заболеваний (не считая 81 300 случаев рака кожи, кроме меланомы);
- 75 700 смертей вследствие этого заболевания;
- более 50% из указанных случаев рака — рак легких, ободочной и прямой кишки, простаты и груди;
- более четверти (27%) всех случаев смертности вследствие рака связаны с раком легких;
- 12% всех случаев смерти связаны с раком ободочной и прямой кишки;
- 69% новых случаев раковых заболеваний и 62% смертей относятся к населению в возрасте от 50 до 79 лет;
- в возрасте от 20 до 50 лет показатель раковых заболеваний выше среди женщин;
- в возрасте до 20 и после 50 лет показатель заболеваемости раком выше среди мужского населения.

В 2012 году население Канады составило 35 000 000 человек, из них 17 400 000 мужчин и 17 600 000 женщин. Ниже представлена более точная статистика по новым случаям заболевания раком и по смертности для некоторых видов рака у женского и мужского населения Канады за 2012 год.

Замечу, что в таблице представлены только шесть видов рака с самыми высокими показателями, и следовательно, здесь уровень смертности выше, чем сказано ранее.

Среди канадских МУЖЧИН зарегистрировано 97 600 новых случаев рака и 39 500 смертей, то есть около 40% смертности:

Вид рака	Новые случаи	Смертность
Легкие	13300	10800
Ободочная / прямая кишка	13300	5000
Простата	26500	4000
Поджелудочная железа	2200	2100
Лейкемия	3200	3500
Желудок	2100	1350

Среди канадских ЖЕНЩИН зарегистрировано 88 800 новых случаев рака и 36 200 смертей, с тем же средним показателем смертности, что и у мужчин, то есть около 40%:

Вид рака	Новые случаи	Смертность
Легкие	12300	9400
Грудь	22700	5100
Ободочная / прямая кишка	10300	4200
Поджелудочная железа	2300	2100
Яичники	2600	1750
Матка	5300	900

Для мужчин чаще всего говорят о раке простаты, однако мы видим, что для рака простаты процент смертности относительно общего количества смертей является минимальным. В 2012 году ежедневно 73 канадских мужчины узнавали о том, что они больны раком простаты, и только 11 умирали от этого заболевания.

Статистика очень схожа с данными по заболеваемости раком груди среди женщин. О нем много говорят, но именно рак груди представляет наименьший процент смертности. Ежедневно 62 канадки узнавали о том, что они больны раком груди, и около 14 от него умирали.

Такое снижение смертности связывают главным образом с программами по выявлению рака, которые помогают диагностировать новые случаи этого заболевания на ранних стадиях.

В целом, уровень заболеваемости (новые случаи) остается стабильным среди мужчин и незначительно повышается среди женщин. Хорошая новость в том, что уровень смертности снижается, а это означает, что показатель выживаемости для некоторых раковых заболеваний увеличивается.

В этой книге я даю статистические данные только для Канады. Думаю, что большой разницы в показателях других развитых стран не будет. Но если ты хочешь получить более подробную информацию по другим странам, в Интернете ты обязательно такую статистику найдешь.

Большинство людей надеются, что однажды наука найдет решение проблемы рака. Вот уже сорок лет многие специалисты сферы здравоохранения говорят о том, что через несколько лет они смогут представить нам это решение. К сожалению, этого не происходит. Даже если у некоторых людей наблюдались улучшения, количество случаев заболевания раком за эти последние сорок лет не перестает расти. Плачевно также то, что на выживание мужчин и женщин, перенесших лечение без ожидаемых результатов, влияют и многие *вредные последствия лечения*. Это и воздействие химиотерапии на здоровые клетки при поражении раковых клеток, и ампутация некоторых частей тела.

Когда я искала статистические данные в Интернете, я также обнаружила, что одной из основных причин смертности являются побочные эффекты предписываемых лекарственных препаратов. Мы также понимаем, что ежегодно на покупку медикаментов тратятся миллиарды долларов, и эти цифры каждый год увеличиваются. Это напомнило мне ситуацию в прошлом году, когда я побывала в нашей региональной больнице, куда попал мой муж. Каким же было мое удивление, когда я увидела, что вдоль всех больничных коридоров стоят огромные столы, на которых стопками уложены полотенца, больничные пижамы и много других вещей, которые следовало бы хранить в шкафах, так как в коридорах для прохода остается очень мало места.

Когда я спросила у медсестры о причине такого нагромождения, она ответила мне, что за последние двадцать лет количество медикаментов настолько увеличилось, что для них теперь отведено место в шкафах, где раньше

хранилось все необходимое для обслуживания больничных палат. Она также поведала мне, что в прошлые времена каждое заболевание лечили одним лекарством, а сегодня для лечения одной и той же проблемы используют двадцать или тридцать препаратов.

Лично я осознаю, что прогресс в фармацевтической отрасли дает (и продолжает давать) людям облегчение, и я рада, что при необходимости можно принять нужное лекарство.

С другой стороны, каждый из нас должен исходить из позиции здравого смысла и оставаться внимательным к последствиям. Поэтому обязательно узнавай обо всех побочных эффектах тех препаратов, которые тебе назначают для длительного приема. Врачи даже могут предложить тебе сделать распечатку побочных эффектов. Но помни, что большинство врачей не делают этого, ведь часто страх побочных эффектов может нанести больше вреда, чем само заболевание. Однако ты можешь найти эту информацию в Интернете.

Я просто хочу сказать, что мы не должны надеяться, будто только и исключительно лекарства определяют все. Лучше всего — иметь возможность выбора подходящей нам медицины, следовать собственной интуиции и одновременно смотреть глубже физических проявлений заболевания. В следующих главах мы увидим, как **каждый из нас может сократить процент смертности своим исцелением, и главное — предупредить возникновение рака.**

Все статистические данные главным образом основываются на физическом заболевании, как его диагностирует и лечит медицина. И вот к чему я хочу подвести тебя, дорогой читатель. Я хочу показать тебе, как в этой болезни увидеть инструмент для обучения, средство для роста, которое поможет тебе лучше познать и осознать твои самые лучшие стороны, которые с помощью болезни стремятся проявиться, выйти на поверхность. Своим отношением



ты сможешь изменить и улучшить статистику, даже если в действительности эта статистика лишь временно отражает состояние небольшой части населения на момент проведения исследования.

За последние тридцать лет я имела возможность быть свидетелем того, как тысячи людей исцеляли себя сами, осознав, что их образ мышления не позволял им любить себя по-настоящему и, следовательно, любить других людей безусловной любовью. За последние несколько лет я получила достаточно доказательств и убеждена в том, что для любого заболевания, даже считающегося смертельным или неизлечимым, существует более глубокая причина, чем просто физическая. Я не хочу сказать, что исцелились все люди, с которыми я общалась. Но даже если их физическое тело было бессильным или не способным снова обрести свое естественное здоровое состояние, они, как минимум, сделали большой шаг *навстречу своей душе*.

Следует сказать, что задолго до того, как я начала развивать свое учение, я уже задавала себе вопросы:

- Почему здоровый человек, который хорошо питается, не пьет спиртного, не курит и ежедневно занимается спортом, однажды обнаруживает, что у него рак?
- Почему человек, который боится заболеть раком, притягивает к себе это заболевание, а другой человек с таким же страхом (как моя мать) раком не болеет?
- Почему некоторые люди много курят и раком не болеют, ведь уже доказано, что курение табака является главной причиной рака легких?
- Почему человек с диагнозом «генерализованный рак», которому осталось жить три месяца (моя теть), возвращается домой и умирает через сорок лет от сердечного приступа?
- Почему в мире все больше и больше раковых заболеваний, хотя наука в этом направлении сделала большой рывок вперед?

А какие вопросы ты задаешь себе? Может быть, эти же и многие другие...

Если ты решил прочитать эту книгу, возможно, ты не нашел ответа на многие пока не осознанные тобой вопросы.

Сегодня я счастлива, ведь я получила ответы на все свои вопросы, и я хочу поделиться ими с тобой — через эту книгу. Я смею надеяться, что они помогут тебе так же, как помогли мне.

## Глава 2

# РАКОВЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ: ПОДХОД НАУЧНЫЙ И МЕТАФИЗИЧЕСКИЙ

Метафизика или научный подход? Чуть позже мы поговорим об этом, но прежде позвольте мне кратко изложить, почему однажды я заинтересовалась тем, как наука связана с метафизикой. Еще до открытия своей Школы я понимала, что между физическим телом, мыслями и образом жизни человека существует некая связь. Я наблюдала, как постепенно проходят мои физические недуги, от которых я страдала многие годы. И это произошло после того, как я изменила свой образ жизни, многое осознав благодаря анализу своего питания. Подробнее об этом вы можете прочитать в книге «*Слушай свое тело — и ешь!*»\*.

До этого я пятнадцать лет изучала силу позитивного мышления и с помощью визуализаций и программирования сознания смогла избавиться от многих проблем, в том числе и от сильных болей в спине. Однако каждый раз это было лишь временное облегчение, ведь *позитивное мышление не устраняет самой проблемы*. Как следствие, я всякий раз была вынуждена начинать все заново. Так я поняла, что **за любым физическим недугом кроется более глубокая проблема**. Я заинтересовалась духовным ростом и начала делать свои первые шаги в этом направлении.

Метафизика — это наблюдение за всем, что происходит в материальной жизни, и за тем, как это связано с психологией человека. Мне было интересно сопоставлять, как события повседневной жизни связаны с метафизикой. Я поняла, что у всех происходящих в нашей жизни

---

\* М.: «София», 2013.

видимых материальных событий имеется некая глубинная суть. Все события материального мира являются лишь отражением того, что происходит на эмоциональном и ментальном уровнях. Важно принимать, что болезнь или любую другую неприятность в нашей жизни можно сравнить с вершиной айсберга. А под водой скрыто нечто намного более важное и огромное.

*Самые серьезные болезни или проблемы в жизни сообщают о том, насколько велика невидимая, скрытая часть айсберга.*

Благодаря пониманию метафизики я очень быстро научилась видеть духовный смысл каждого послания, получаемого от материального мира: **любое недомогание говорит об отсутствии любви к себе, что мешает нам слушать истинные потребности нашей души.**

Мы все — духовные существа. Все живое на планете (минералы, растения, животных и людей) я представляю себе в виде сияющего светом шара. Этот свет имеет материальную оболочку, благодаря которой ему комфортнее пребывать на нашей планете. И естественно, Земля — не единственная живая планета во Вселенной.

Наша материальная оболочка состоит из трех тел: ментального, эмоционального и физического. Эмоциональное и ментальное тело — это психическая сторона нашей жизни. Вам будет легче понять связь между физическим телом и психикой человека, если вы примете для себя, что все события материального мира — это отражение происходящего в духовном плане.

Внутренний свет человека — это его духовная сторона, которую я называю внутренним БОГОМ. Именно эта часть тебя знает, в чем ты действительно нуждаешься и зачем ты родился на этой планете. Ей известен глобальный план твоей души на эту жизнь.

Внутренний БОГ желает нам только счастья и всего того, что мы понимаем под этим словом. Это касается

каждого из нас. Если мы выработаем в себе хорошую привычку всегда следовать своей интуиции и слышать тихий голос нашего внутреннего БОГА, мы создадим себе самую прекрасную жизнь!

***Следовать за БОГОМ означает «быть в своем сердце», любить себя, позволять себе быть самим собой в каждый момент времени.***

К сожалению, пройдя много воплощений, с течением времени человек забыл о своем внутреннем БОГЕ. Сегодня люди верят в то, что они — это материальная оболочка, состоящая из трех тел. Эти три тела слишком важны для них. И хотя главное для человека — это служение внутреннему БОГУ, в реальной жизни все иначе. Постепенно наши три тела стали нашими богами, они контролируют нас и нашу жизнь.

Ментальное тело необходимо человеку, чтобы думать, запоминать, организовывать свою жизнь. Эмоциональное тело дает желания, ощущения и впечатления. А физическое тело дает возможность переходить к действиям.

Представим, например, молодого человека, который всегда в душе ощущал потребность стать художником. Он обожает писать картины. И это выраженная потребность его внутреннего БОГА. Он сможет удовлетворить эту потребность, используя возможности своих трех тел. Он может проверить, сосредоточен ли он на своем желании, представив себе ситуацию, «как если бы» *все обстоятельства складывались наилучшим образом и его решение никому не навредило*. И вот он мысленно представляет себе все, что его ждет: учеба, срок обучения, нужная сумма денег и так далее.

Пока он занимается планированием, его переполняют чувства при мысли, что проект может осуществиться. А если возникнут сомнения, ему стоит лишь снова вспомнить о намеченной цели. После этого ему остается одно — перейти к действию.

По существу, важно не время, которое он потратит на достижение задуманного, а то счастье, которое он будет испытывать по мере приближения к своей цели. Вероятно, параллельно ему понадобится найти какую-то временную работу, чтобы удовлетворять свои насущные потребности, пока он будет учиться писать картины. Но тем временем он переживет много счастливых моментов, помня, что, если не потеряет фокус, однажды он достигнет своей цели!

К сожалению, в жизни чаще всего бывает не так. Вероятнее всего, этот молодой человек позволит родственникам убедить себя, что его мечта — утопия. И что ему никогда не удастся построить на этом карьеру, и уж конечно же, он никогда не сможет заработать себе этим на жизнь. Близкие люди попытаются убедить его, что разумнее выучиться на экономиста, работать в сфере продаж, как это делал всю жизнь его отец.

Если он в конце концов позволит родственникам повлиять на свое решение, значит, их мнение — всего лишь отражение того, что происходит внутри него. Это означает, что в глубине души он верит в то, о чем они говорят. Конечно, страхи победят, и, возможно, он последует совету родственников. Пока он еще не знает, что, приняв такое решение, он никогда не будет счастлив. До конца дней он будет отвергать себя и злиться на себя, даже не осознавая, что с ним происходит. Гнев, бессилие, неудовлетворенность собой и даже ненависть: именно эти чувства неминуемо приводят к различным заболеваниям, в том числе, возможно, и к раку.

## ПОЛЬЗА БОЛЕЗНИ

Оказывается, проявляясь в виде болезни, наш внутренний БОГ взывает к нам. Он хочет, чтобы мы обратили внимание на нашу внутреннюю силу: пренебрегая ею, мы демонстрируем нехватку любви к себе. И мы любимыми

способами стараемся удовлетворить эту нехватку, используя объекты из нашего материального окружения.

***Болезнь можно сравнить со срочным посланием  
нашего внутреннего БОГА.***

***Это наша душа взывает о ПОМОЩИ:  
уж ей-то хорошо известно, что мы отклонились  
от нашего жизненного плана и наших потребностей!***

Любое заболевание или проблема, которые возникают в жизни, — это последнее средство, используемое нашим внутренним БОГОМ, чтобы обратить наше внимание на то, что наш образ мышления вызывает у нас такую же душевную боль, как и возникшая проблема. Это означает, что раньше мы уже получали другие физические или психологические послания, но не обратили на них внимания.

Как будто наш внутренний БОГ, который желает нам самой прекрасной жизни, хочет сказать нам: *«Когда же ты наконец осознаешь, что пришло время изменить свою жизнь и начать принимать новые решения? Когда же ты поймешь: то, кем ты решаешь быть сейчас, уводит тебя от той жизни, в которой ты нуждаешься и которой ты заслуживаешь?»*

***Болезнь всегда указывает на то, что нашей  
жизнью руководит ЭГО, а не наше сердце.***

Эго состоит из ментальной и эмоциональной энергии. Это совокупность эмоциональных воспоминаний, основанных на страхе. Со временем воспоминания становятся настолько сильными, что начинают руководить нашей жизнью. Мы называем их *отравляющими верованиями*, ведь именно они отдаляют нас от потребностей нашего сердца. В следующей главе я подробнее расскажу о том, чем по настоящему является эго.

Наш внутренний БОГ настолько сильно желает нам счастья, что посылает нам все необходимое, чтобы вернуть нас к свету, хотя часто мы этого не осознаем. Знаменитый специалист по психоанализу Карл Густав Юнг, который провел важные исследования в сфере *синхронистичности*, утверждал, что мы являемся частью *всеобщего целого*, называемого *коллективным сознанием*. Мы постоянно привлекаем к себе людей и ситуации, которые нужны нам, чтобы осознать те части нас, которые нам сложно в себе принять.

Коллективное сознание я обычно называю словом «*ВСЕЛЕННАЯ*». Ведь не бывает ни случайностей, ни совпадений: во всем мы видим руку *Вселенной*. Мне нравится, как Эйнштейн говорил о слове «случайность»:

*Случайность — это псевдоним БОГА, которым Он называет Себя, когда не хочет подписываться Своим именем.*

Давайте вернемся к примеру с молодым человеком, о котором я писала выше. Его душа интуитивно привлекла к себе семью с подобными верованиями. Конечно, близкие из лучших побуждений убеждали его не прислушиваться к своим потребностям и не становиться художником. Это их способ проявить свою любовь к нему. Ими просто руководило их эго и их собственные верования. Благодаря своему внутреннему БОГУ молодой человек привлек такой опыт, чтобы осознать свои собственные страхи, которые, возможно, управляют им на протяжении многих жизней. Для него это хорошая возможность осознать часть своего жизненного плана: он родился на планете Земля именно в такой семье, чтобы снова стать хозяином своей жизни и позволить себе любить себя, двигаясь к своим потребностям.

Он может продолжать действовать наперекор своим истинным потребностям, и тогда, вероятно, заболеет. Благодаря болезни он осознает психологическую боль, которую он испытывает из-за своего решения, основанного на страхе, а не на любви.



*Боль и пагубные последствия болезни по интенсивности всегда равны страданиям, переживаемым душой, когда мы отказываемся действовать согласно ее потребностям.*

Многие верят в судьбу. «Если мне суждено умереть от рака или от другой болезни, — говорят они, — это *судьба*». А почему бы не поверить в то, что мы сами создаем свою судьбу в течение всей жизни, постоянно притягивая все необходимое, чтобы развить свой уровень осознанности? И чем осознаннее мы будем становиться, тем больше шансов создать именно такую судьбу, о которой мы мечтаем!

Некоторые верят во врожденные заболевания, связанные с генетикой. Многие убеждены, что иметь такие же патологии, как у биологических родителей, — это нормально. Долгое время это считалось истиной, в том числе и среди врачей, однако сегодня врачи все больше приходят к выводу, что многие так называемые «наследственные заболевания» таковыми отнюдь не являются.

В ходе исследования, проводимого группой ученых с участием большого количества приемных детей, было установлено, что среди детей, один из ПРИЕМНЫХ родителей которых болел раком, риск заболеть этим недугом был в пять раз выше. Это подтверждает тот факт, что дети не обязательно наследуют рак от своих родителей. Однако у детей могут развиваться те же болезни, что и у биологических или приемных родителей, если они будут придерживаться тех же верований.

## ИЗМЕНИТЬ ДНК

С тех пор как ученые начали проводить исследования ДНК, они постоянно делают новые открытия. Например, группа ученых проводила исследования ДНК однойцевых близнецов, которые, естественно, родились с идентичной ДНК. Однако у близнецов развивались разные заболевания, а некоторые из них умирали с разницей в десять

лет. Ученым ничего не оставалось, как признать, что в зависимости от поведения и привычек со временем ДНК человека изменяется.

К подобному выводу пришли и квантовые физики, обнаружив, что наше сознание моделирует нашу реальность. Исследователи наблюдали за электронами, которые, будучи частицами, вели себя как волны в зависимости от намерений наблюдателя. Постепенно стало понятно, что собственными намерениями мы имеем возможность изменять наше ДНК. Именно намерения помогают нам принимать различные решения, и это, на мой взгляд, является главным для изменения ДНК.

Когда-то я узнала, что, если практиковать новое поведение или новые привычки в течение как минимум трех недель, между двумя нейронами головного мозга человека устанавливаются новые связи. Вообще мозг человека может объединять несколько миллиардов соединенных друг с другом нейронов. Такие связи обуславливают наше привычное поведение. Это наши верования, основываясь на которых мы постоянно одинаково реагируем. Например, тебя критикуют, и твоя первая реакция — гнев. А другой человек закроется, уйдет в себя.

Хочу объяснить ДНК с точки зрения метафизики. Возможно ли, что новые связи возникают одновременно с изменением нашей ДНК? При написании этих строк мне вспомнилась история Нормана Казинса. Однажды этот американец узнал, что болен генерализованным раком и что жить ему осталось от силы три месяца. Выйдя из больницы, он взял напрокат огромное количество комедий и купил кучу книг с комическим сюжетом. В гости к нему приходили только те, с кем можно было посмеяться. Он обратил внимание, что после пятнадцати минут смеха боли прекращались, а облегчение длилось пару часов. И тогда он мог отдыхать, не принимая лекарств.

Через несколько месяцев врачи признали его *исцеление*. Норман Казинс сразу же сел писать книгу «ЖАЖДА

ИСЦЕЛЕНИЯ», а затем стал специалистом по исцелению смехом. Благодаря ему началось применение смехотерапии, применяемой сегодня во всем мире. Казинс стал первым американцем, считавшимся профессором медицины, у которого не было диплома врача.

ТАК ЧЕЛОВЕК ИЗМЕНИЛ СВОЮ ДНК. И это ответ на один из вопросов, заданных в первой главе. Это был вопрос об одной из моих родственниц, которая исцелилась сама по себе, приняв новое решение. Форма нашей ДНК — это проявление наших генов. А гены, насколько я знаю, — проявление наших верований на физическом, эмоциональном и ментальном плане.

***Нести генетический багаж, выданный нам  
при рождении, — это не приговор!***

Души притягиваются в семьи с подобными верованиями и опытом, который предстоит пережить. И тогда становится понятным, почему в медицине и в психологии считается, что, если родитель болеет раком, переживает депрессию и склонен к суициду, велика вероятность, что ребенок тоже будет переживать подобное. Я согласна с этим утверждением, но только при условии, если ребенок ничего не начнет менять в своем поведении. И ничего не будет делать, чтобы исполнить свой жизненный план, который заключается в следующем: измениться и перестать верить в то, что отдаляет от любви к себе и к другим людям. Именно поэтому считается, что каждое поколение должно превзойти предыдущее. Мы говорим не о физическом преодолении, а о преодолении на уровне души, об умении *любить*.

***Три твоих тела и твоя ДНК не являются хозяевами  
твоей жизни. Все они должны служить твоему  
Высшему «Я», твоей духовной сущности,  
твоему внутреннему БОГУ.***

Обобщенно, метафизика помогает увидеть связь между изменениями в физическом теле и более глубинными изменениями, которые происходят за пределами физического тела.

### ЗА ПРЕДЕЛАМИ КЛАССИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Словарное определение и подробное описание рака — это бесконечный список симптомов заболевания, которые наблюдаются у больных этой болезнью. Приводя ниже метафизическое истолкование болезни, я основывалась на научном объяснении:

Научное описание	Метафизическое описание
Рак начинает развиваться в клетке и поражает тело человека.	Раковая клетка — это часть человеческого эго, считающая эго виноватым и поражающая его.
Рак — это болезнь, которая начинается в теле человека без какого-либо внешнего воздействия, например бактерий.	Мы сами себя поражаем. Ни один посторонний человек не может стать причиной возникновения рака.
Клетка не выполняет своих естественных функций, нарушая код ДНК. Клетка постоянно делится, занимая все больше и больше места и разрушая органы, которые встречаются на ее пути.	Вредные, отравляющие верования противоречат божественным законам Любви. Они полностью поглощают человека во всех сферах его жизни.
Раковая клетка делится, как будто стремится стать той самой первой клеткой, возникшей из яйцеклетки матери и сперматозоида отца, которым для формирования полноценного нового существа пришлось пройти процесс деления и размножения.	Часть нас стремится вернуться в свое первоначальное состояние. Она не обращает внимания на то, что вместо создания чего-то нового происходит уничтожение. Ей необходимо восстановиться, все начать сначала и начать занимать больше места.

Научное описание	Метафизическое описание
<p>Здоровой клетке взрослого человека известны пределы. Например, когда при заживлении две границы раны смыкаются, деление клетки прекращается. Для раковой клетки границ не существует, ее деление не останавливается.</p>	<p>Прислушиваясь к своему сердцу, мы интуитивно знаем, когда достигаем своих пределов. Страдающая часть нас достигла порога терпения и, следовательно, потеряла контроль. Она начала занимать в нашей жизни слишком много места.</p>
<p>Если раковая опухоль возникает повторно, считается, что ее клетки теперь имеют повышенную сопротивляемость и, следовательно, рак становится более опасным. Это похоже на устойчивость бактерий к антибиотикам, поэтому ученые постоянно трудятся над созданием новых, более мощных препаратов. Это же касается лекарств, в частности обезболивающих средств.</p>	<p>Если наше эго сопротивляется, в первый раз мы можем не понять сигнала, посылаемого нашим телом. И тогда второй сигнал будет более сильным. Так наш внутренний Бог стремится снова взять нашу жизнь под свой контроль.</p>
<p>Известно, что в теле каждого человека в разные периоды жизни возникают раковые клетки, которые ошибочно стремятся к чрезмерному делению. Однако (здоровая) иммунная система сразу же выявляет и уничтожает такие клетки. При раковых заболеваниях пагубные клетки намного сильнее иммунной системы.</p>	<p>Зобная железа (тимус) — это орган, который надежно защищает тело человека от аутоиммунных заболеваний. Этот орган также напрямую связан с сердечной чакрой (источником любви к себе). Это свидетельствует о слишком ослабленном иммунитете, о его неспособности защищать человека от болезней. Это признак того, что человек ослаблен от недостатка любви к себе и что его ненависть к себе сильнее, чем любовь.</p>
<p>Ученые признают, что иногда раку предшествуют хронические воспаления.</p>	<p>По метафизике воспаление — это признак гнева. Чем больше у человека подавленного гнева, тем выше вероятность заболеть раком.</p>

Научное описание	Метафизическое описание
Также общепризнано, что адреналин питает раковые клетки и способствует их ускоренному росту.	Адреналин — это гормон, который вырабатывается в теле человека, чтобы помочь ему справиться со страхом. Из этого следует, что чем больше человек боится, тем быстрее у него развиваются раковые клетки. Это объясняет, почему некоторые формы рака опаснее других.

Однажды я натолкнулась на интересное исследование, связанное с изучением иммунной системы, и я хочу поделиться этим с вами. Об этом исследовании говорили много лет назад. Его проводил один американский университет, который специализируется на паранормальных явлениях. В эксперименте принимала участие группа студентов: сначала ученые проверяли состояние иммунной системы каждого участника, а затем предлагали посмотреть два фильма.

После просмотра первого фильма, в котором присутствовали сцены насилия, контрольная проверка иммунной системы показала, что у большинства студентов иммунитет оказался ослабленным. Второй фильм был о том, как Мать Тереза ухаживает за больными проказой, обнимает и утешает их, даря им свою любовь. Многим студентам такие сцены были непривычны, они испытывали неловкость, однако были вынуждены досмотреть фильм до конца. И вновь ученые проверили состояние иммунной системы: в сравнении с первыми анализами иммунитет каждого студента оказался значительно сильнее.

Таким образом, ученые пришли к выводу, что любовь и спокойствие укрепляют иммунную систему, помогая ей справляться с нагрузками. Тогда как жестокость, ненависть и злость ослабляют ее, делая нас крайне восприимчивыми к возможным неблагоприятным событиям.

Информация, приведенная в таблице, будет дополнена и более подробно описана в последующих главах.

Давно известно, что раковые заболевания связаны с подавленными эмоциями. Я впервые услышала об этом в семидесятых годах прошлого века, проходя семинары личностного роста американских школ. Тогда о раке говорили как о *болезни эмоций*.

Уже в начале прошлого века многие психиатры, начиная с Зигмунда Фрейда, его ученика Вильгельма Райха и Карла Густава Юнга, видели связь между проблемами, связанными со здоровьем, и психологическим настроением людей. Карл Густав Юнг говорил: *«То, что мы не хотим признавать в себе, неизбежно проявится в нашем теле»*. Даже *отец медицины* Гиппократ, знаменитый греческий врач, живший 1600 лет назад, утверждал, что причиной рака является депрессия, уныние и грусть, и ввел понятие четырех типов темперамента. Гиппократ утверждал, что видит связь между темпераментом человека и заболеваниями, вызванными различным настроением.

Знаменитым новатором в этой сфере был известный доктор Карл Саймонтон, и вот уже более пятидесяти лет врачи из разных стран все чаще и чаще говорят об этом. У каждого из них — свое особое видение проблемы. Я рекомендую для расширения кругозора читать исследования разных ученых.

Я испытываю огромное счастье, когда слышу от новых слушателей Школы, что пройти наши семинары, чтобы понять значение своего заболевания, ему посоветовал именно лечащий врач. Это происходит во всех странах, где мы учим: каждую неделю нам рассказывают о таких случаях, и таких медиков я считаю врачами от Бога.

Когда наши клиенты говорят об отсутствии доверия к традиционной медицине и отказываются обращаться к врачам, мы настоятельно рекомендуем выбрать альтернативную медицину или врача, открытого к нетрадиционным методам лечения. Самое важное для человека — это

заниматься исцелением физического тела, помогая себе внутренней работой над собой, анализируя сигналы, которые посылает человеку болезнь. Важно помнить, что медицина так же важна для исцеления, как метафизика и духовный рост.

Я уверена: в ближайшие годы все реже будут встречаться врачи, стремящиеся убедить пациентов в том, что для исцеления или облегчения страданий подходит только их метод лечения. Мне приходилось присутствовать на семинарах некоторых школ, где преподаватели были так уверены в своей правоте и исключительности, что даже запрещали слушателям использовать их методы без разрешения школы.

К сожалению, те, кто придерживается такого поведения, используют эти методы, только чтобы доказать самим себе: я существую!

Знаете, о чем я мечтаю? Что однажды наступит день, когда все врачи, используя все возможные методы, будут стремиться к тому, чтобы их пациенты стали здоровыми и счастливыми. В мире есть множество способов, чтобы назвать БОГА и обратиться к нему. Также известны разные методы исцеления от болезней. Важно лишь решение больного.

***Только ты сам имеешь право выбирать медицину,  
которая подходит тебе больше всего.***

***Пользуйся этим правом из любви к себе!***

Это твоё тело. Это твоё жизнь. И только ты будешь нести последствия принятых тобой решений. Помни, что тебе важно доверять человеку, который заботится о тебе. Иначе твои шансы на исцеление уменьшаются. Ты можешь также одновременно искать помощи в различных направлениях медицины, и это может тебе пригодиться. Главное — чтобы это был твой выбор.

Вот уже тридцать лет мне постоянно задают один вопрос: кто мой учитель, мой гуру? Лично мне никогда не было



интересно придерживаться учения одного-единственного человека. За сорок пять лет я приняла участие во многих семинарах, я прочитала несчетное количество книг. И из всех семинаров и книг я всегда брала для себя что-то новое.

Если ты будешь открыт к знаниям других людей, помня о разумном подходе, тебе будет легко пополнять свои собственные знания. За многие годы работы над собой я неосознанно научилась обобщать знания, полученные от других людей, — это мой дар. Идея рождается во мне осторожно и без предупреждения и кажется мне истинной и справедливой. Такие мгновения вдохновения для меня — источник огромной радости, они воодушевляют меня и наполняют энергией.

Это же происходит и в медицине. Чем больше ученый или врач интересуется различными течениями, тем больше он способен к обобщению и тем большим арсеналом инструментов он владеет для помощи своим пациентам. Интуитивно он всегда будет знать, как помочь в каждом отдельном случае. Мне повезло знать многих таких врачей, и я с удовольствием при необходимости рекомендую их. Я глубоко убеждена: мы станем свидетелями многих исцелений, если все работники медицины смогут не только облегчать страдания своих пациентов, но и убеждать их в том, что человек сам обладает невероятной силой для истинного исцеления.

Огромный шаг на пути исцеления человечества будет сделан в тот день, когда наше правительство решит переименовать Управление страхования на случай болезни в УПРАВЛЕНИЕ ПО СТРАХОВАНИЮ ЗДОРОВЬЯ. Это будет прекрасным подсознательным посылом для всей системы здравоохранения.

## РУКОВОДСТВУЕМСЯ РАЗУМОМ

Я смею надеяться, что однажды, как это случалось в былые времена, появятся великие ученые, которые смогут

обобщить открытия, сделанные различными специалистами. За последние пятьдесят лет во всех сферах науки появилось множество специалистов, каждый из которых, судя по всему, обладает своей собственной правдой, что часто приводит к противоречиям. Когда вспоминаешь о великих ученых прошлых веков, первым на ум приходит Леонардо да Винчи. Он был одновременно художником, ученым, инженером, изобретателем, анатомом, живописцем, скульптором, архитектором, градостроителем, ботаником, музыкантом, поэтом, философом и писателем. Немало для одного человека!

Поскольку сегодня человечество вступает в Эру Водолея, великую эпоху глобального видения во всех сферах, когда человек будет исходить из понятия «разумности», я искренне верю, что невозможного нет. Энергия Эры Водолея уже ощущается с шестидесятых годов прошлого века. На нашей планете происходят великие перемены, и люди все больше и больше стремятся к получению новой информации.

Это будет эпоха высокой духовности, благодаря чему люди станут получать все больше энергии, что поможет им принимать себя теми и такими, каковы они *есть* в каждое мгновение, вместо того чтобы постоянно стараться *иметь и делать*.

***Важно помнить: мы — человеческие СУЩНОСТИ,  
а не «делатели» или «обладатели».***

А это значит, что материальные блага должны служить духовному росту. И благодаря новой энергии все ускоряется, в том числе время. Мы многое получаем, даже не осознавая этого. Наш духовный рост ускоряется. К сожалению, многие люди используют свою внутреннюю силу не по назначению: в своей жизни они создают не то, чего хотят, и занимаются совсем не тем, чем им хотелось бы.

## РУКОВОДСТВОВАТЬСЯ УМОМ ИЛИ ИНТЕЛЛЕКТОМ?

*Разумный* — это человек, который стремится найти решения, способные удовлетворить его глобальную потребность. Он находится в поисках полезного и всегда осознает действие Закона причины и следствия. Такой человек не станет изобретать или использовать вещи, которые могут быть разрушительными для него, его близких или окружающей среды.

Человек «*интеллектуэнтный*» стремится к приобретению знаний и способен многое запоминать. Для таких людей важно не чувствовать и ощущать, а *знать*.

Я обнаружила разницу между этими двумя понятиями, еще когда работала в сфере продаж. Тогда я обратила внимание, что некоторые продавцы отлично знали товар, но все усилия тратили лишь на то, чтобы ни о чем не забыть и провести идеальную презентацию. Особых успехов у них не было. Но те, кто был убежден в преимуществах и пользе своего товара, кто был уверен, что продукт будет полезен и клиенту (то есть для клиента это будет разумным приобретением), были очень успешными, даже если иногда во время презентации некоторые подробности опускались. Такую презентацию клиент отлично чувствовал. Я работала в этой сфере много лет, но лишь спустя годы я наконец поняла секрет своего успеха: я презентовала товар с точки зрения полезности для клиента. Я делала это интуитивно, меня этому никто не обучал.

В идеале нужно уметь руководствоваться и разумом, и интеллектом. Однако важно помнить, что наш интеллект должен служить разумности. Если, например, продавец подробно помнит все характеристики своего товара, вместе с тем делая акцент на его пользе, его запомнят как человека интеллигентного и разумного.

Я смею надеяться, что в ближайшем будущем будет появляться все больше и больше врачей и медиков, которые

смогут использовать в своей практике не только полученные знания, но и понятия полезности и разумности. А это требует сострадания к пациенту и умения слушать.

Я вспоминаю об одном случае, который произошел в монастыре, когда я, будучи подростком, жила среди монахинь. Мы сдавали экзамены и должны были написать историю на десять страниц, чтобы получить оценку по литературе. Наверное, вы мне не поверите, но в те времена этот предмет интересовал меня меньше всего. Когда я узнала, что моя оценка намного выше, чем у моей подружки (у меня не было ни одной орфографической ошибки), мне это показалось очень несправедливым и неразумным. Я считала, что это был экзамен не по грамматике, а по литературе. Моя подружка писала намного лучше меня. Ее сочинения были написаны творчески и очень поэтично, но, к сожалению, она была совершенно безграмотна.

К счастью, времена меняются. Я преподаю учение «*Слушай свое тело*» вот уже тридцать один год, более чем в двадцати двух странах мира. Путешествуя по разным странам, я обнаружила, что во всем мире люди открыты к осознанности и к разумности. Новая эпоха — это настоящая революция сознания, сочетающая мудрость и научный подход. Начало революции ознаменовало появление квантовой физики, которая ставит под сомнение старые теории и убеждения научного мира.

С тех пор как ученые открыли ДНК, исследования в области генетики продолжают поднимать многие вопросы, которые на сегодняшний день остаются без ответа. Например, было доказано, что гены обезьяны на 99% совпадают с генами человека. Основное отличие между обезьяной и человеком — сознание, разум, способность делать великие открытия и т. д. Но и сегодня ученые не могут найти гены, которые бы отвечали за эти последние критерии.

Отличная новость! Наконец-то стало понятно, что человек — это не просто физическое тело. И что ум человека находится за пределами материального тела.

## Глава 3

# ТРАВМА ОТВЕРГНУТОГО И РАК

В предыдущей главе мы говорили о том, что многие ученые и авторы книг предлагают достаточно интересные и уникальные объяснения заболеваний, основанные на собственных наблюдениях и исследованиях. Я также предлагаю свой собственный подход. Да, подавление эмоций является причиной образования раковых заболеваний, но эти эмоции я связываю с травмой *ОТВЕРГНУТОГО*.

Более двадцати лет я работаю над теорией травм. Ниже приведены комментарии, которые объясняют различные проблемы, переживаемые каждым из нас.

Согласно этой теории, мы все рождаемся с душевными травмами. Я различаю пять травм: *отвергнутый, покинутый, униженный, предательство и несправедливость*. Многолетний опыт наблюдения за разными людьми привел меня к выводу, что все мы рождаемся как минимум с четырьмя из этих пяти травм. Единственная травма, которая присутствует не у всех людей, — это травма *униженного*.

Важно знать, что, как правило, все эти травмы человек переживает по-разному. Кроме того, у каждого человека присутствуют как минимум две наиболее ярко выраженные травмы. Они имеют различную степень интенсивности и проявляются с различной частотой в зависимости от переживаемых ситуаций и людей, с которыми мы сталкиваемся.

Впервые человек переживает травмы с одним из своих родителей (или с человеком, который заменил родителей) в период от рождения до семи лет. Я предпочитаю говорить о «*пробуждении травм*», поскольку травмы души существуют еще до рождения человека. Исследования в области психологии подтвердили, что в первые семь лет

своего пребывания на Земле человек испытывает все те эмоции, которые он впоследствии будет переживать всю свою жизнь. В первые семь лет у него также вырабатывается совокупность верований. После семи лет события лишь повторяются, помогая нам осознать, что мы принимаем или не принимаем в себе.

К сожалению, осознание приходит медленно: часто даже в шестьдесят лет многие люди продолжают переживать эмоции, испытанные ими в шестилетнем возрасте в ситуациях со своими родителями или родственниками. Некоторые люди проживают эмоции осознанно, однако не принимают новых решений, что позволило бы им обрести состояние внутренней гармонии. По мнению многих исследователей, в среднем люди осознают происходящее с ними от силы на 10%. К счастью, началась новая эпоха, и теперь людям доступно все больше и больше средств, помогающих пробудить сознание. Я верю, что в ближайшие годы человечество сделает огромный шаг к пробуждению сознания.

В моей книге о *Пяти травмах*\* подробно описана каждая из них. Из нее ты узнаешь, как распознавать травмы в физическом теле, как ведет себя человек в момент активности той или иной травмы, методы исцеления от травм и то, как человек меняется в лучшую сторону по мере такого исцеления. В данной книге я буду говорить только о травме *отвергнутого*. По моему убеждению, именно эта травма, когда она активна, является источником сильных подавленных эмоций, способных спровоцировать рак.

## СОПРОТИВЛЕНИЕ И ЗДРАВЫЙ СМЫСЛ

Возможно, читая эти строки, ты испытываешь сопротивление. Постарайся не бороться с сопротивлением: однажды оно поможет тебе найти здравый смысл. Позволь

---

\* Лиз Бурбо. Пять травм, которые мешают нам быть самим собой». М.: «София», 2014.

напомнить, что тебе не обязательно будут полезны *все* полученные до сих пор теоретические знания, а также множество теорий, которые появятся позже благодаря открытию новых знаний. Тебе нужно полагаться на свою интуицию и здравый смысл, ведь только ты знаешь, что тебе будет по-настоящему полезным.

Для этого я рекомендую изучить теорию до конца, прислушиваясь к внутренним ощущениям. Если новые знания отвечают на твои вопросы или дают ясность и понимание и ты хорошо себя чувствуешь, получая их, можешь быть уверен, что они тебе подходят *именно сейчас*. Если услышанная или прочитанная новая теория вызывает у тебя неприятные ощущения, знай, что это твоя интуиция, а не страхи, основанные на знаниях из прошлого, как я упоминала в начале книги.

## ЭГО И ВЕРОВАНИЯ

Любое сопротивление говорит о том, что тобой руководит эго. Что такое эго? Если быть точным, эго — это совокупность всех верований человека. Это источник всех наших физических и психологических проблем. Каким образом у людей возникает столь сильное эго, что оно, к сожалению, руководит жизнью большинства? Чтобы понять величину эго, давайте примем, что наша душа рождается с огромным багажом знаний из прошлых жизней. И это объясняет, почему от рождения к рождению эго становится все больше и больше. И это будет продолжаться до тех пор, пока мы будем отдавать ему власть над своей жизнью.

Если ты концентрируешься на беспокойствах, если что-то волнует тебя и заставляет переживать эмоции или страхи, знай, что ты не сосредоточен на себе, на своем сердце, а позволяешь эго руководить собой. Помни, что эго всегда основывается только на однажды полученных знаниях и с большим трудом допускает новую информацию и идеи.

Когда ты сосредоточен на себе, ты не испытываешь внутреннего дискомфорта, а с удовольствием проживаешь момент «здесь и сейчас».

Например, если какая-то мысль приходит спонтанно, знай, что ты получил ее от своего внутреннего БОГА, а не от интеллекта. Но вдруг ты ставишь эту мысль под сомнение и начинаешь волноваться. Это твое эго, которое ставит под сомнение все новое, что приходит извне. Вот его лозунг: *«Если ты думаешь иначе, если ты веришь в то, во что не верю я, ты хуже меня и ты ошибаешься»*.

Продолжать оставаться в моменте «здесь и сейчас», когда у тебя возникает новая идея или когда кто-то делится с тобой своими мыслями, означает мысленно зафиксировать или отметить про себя новое, сверившись со своими чувствами.

Воскликает ли твоя душа: *«Вот это да!»*?

А затем просто позволь Вселенной произвести свою часть работы внутри тебя. Тебе останется только довериться своему внутреннему БОГУ, который будет твоим проводником, беспрестанно направляющим тебя к глубокому познанию и изучению этой мысли.

Это проявляется в виде привязки человека к материальным вещам, удовольствиям, страданиям и т. д. И всегда эго (вместе со своим багажом) стремится казаться выше и лучше. Оно хочет доказать тебе и всем окружающим степень своей важности, ведь именно эго руководит твоей жизнью вместо тебя самого. Но эго совершенно не знает о потребностях твоей сущности: оно создано на основе энергии ментального тела, памяти и верований. И это его основные аргументы в принятии решения о том, что хорошо или плохо для тебя.

***Ворование возникает в момент, когда человек решил,  
что он причинил боль другому человеку,  
и это вызвало страх за себя.***



*Человек решил, что быть таким и поступать так — плохо. Он не должен быть таким, чтобы не пережить повторно страх за себя.*

В ЭТОТ МОМЕНТ ЧЕЛОВЕК НЕ ПРИНИМАЕТ СЕБЯ. Верование создается на основе **решения** больше *не быть таким*. И затем, впоследствии, каждый раз, когда мы ведем себя именно так по отношению к себе или другим людям, мы говорим себе: «ЭТО ПЛОХО» — и добавляем еще один слой, делая верование и страх еще более сильными.

Большинство людей осознают свои верования, только когда другие люди ведут себя так же по отношению к ним и им это не нравится. Это помогает понять: подобное поведение других людей по отношению к нам означает, что мы тоже вели себя так по отношению к себе или другим людям.

Важно помнить, что Закон сеяния и жатвы в данном случае работает всегда на уровне СУЩНОСТИ, а не на уровне поведения человека. И к этому я буду часто возвращаться на страницах этой книги. Итак, когда вам не нравится чье-то поведение, вам стоит сразу же задать себе вопрос: я обвиняю человека за то, что он (ЕСТЬ) кто (какой)? Любое осуждение человека, даже если ситуация не касается лично тебя, означает, что ты не принимаешь такое поведение *в себе*, потому что твое эго убеждено: это плохо.

Каждое верование человека связано с одной или несколькими травмами. Если одно и то же верование вызывает две травмы, это значит, что у тебя очень сильное верование и оно вызывает огромное сопротивление и контроль в твоей жизни. Чем сильнее верование, тем больше оно способно вводить человека в заблуждение: нет, ты хороший, это люди плохие. Из этого можно сделать вывод, что тот, кто считается эгоистом, на самом деле сильно страдает от своих душевных травм.

Возьмем, например, маленькую девочку, которая отказывается от материнского молока, интуитивно чувствуя эмоциональное состояние матери. В свою очередь, мать, которая так хотела пережить опыт кормления грудью, чувствует себя несчастной в этой ситуации. Она холодна со своим ребенком и бесчувственно дает ему соску. Конечно, мать не осознает, что поведение ребенка активизирует ее собственную травму *отвергнутого*.

Мать, как и ее дочь, чувствует себя отвергнутой. И это замкнутый круг, он будет продолжаться до тех пор, пока и мать, и дочь не найдут способ, который поможет им научиться больше любить себя. Каждая из них внутри слышит тихий голос: *«Я полный ноль, ничтожество, иначе любимый мной человек был бы внимателен ко мне»*. И по мере того, как верование становится сильнее, такие мысли возникают все чаще и чаще.

Чем чаще активны душевные травмы в каждой из проживаемых жизней, тем больше у человека верований, связанных с каждой травмой. Таким образом, это может стать огромным. Человек так долго позволял это доминировать в своей жизни, что совсем забыл о своей божественной силе и о своей власти создавать прекрасные события.

***Наше это считает себя нашим богом, ведь мы сами  
создали свое это и отдали ему всю власть.***

И вот на планете Земля наступил критический момент. Мы просто обязаны обрести данную нам власть и прекратить питать это своей энергией. Не получая от нас подпитки, это будет уменьшаться.

## КОГДА АКТИВНА ТРАВМА ОТВЕРГНУТОГО

Ты чувствуешь, что тебя отвергают, или ты сам отвергаешь кого-то или себя? Так проявляется травма *отвергнутого*. Это чувствуется настолько остро и тонко, что многим людям сложно мгновенно осознать отвержение.

Почему же это настолько сложно? Потому что именно травма *отвергнутого* доставляет человеку самую сильную боль. Эту травму души человек переживает еще до своего рождения, находясь в утробе матери. Ребенок слышит различные звуки, шумы, отрывки фраз, произнесенных матерью или другими людьми. Предположим, что один из родителей или даже оба родителя в данный момент не хотят появления ребенка. Ребенок (если это девочка) может услышать: «Надеюсь, это будет не девочка, а мальчик» или «Я беременна? О нет! Только не сейчас!»

Для ребенка с травмой *отвергнутого* такие слова подобны удару ножом. Он убежден, что родитель, произнесший это, его не хочет. Хотя на самом деле отец или мать всего лишь говорят о своих пределах или о своих личных проблемах в данный момент.

***То, что многие воспринимают как отвержение,  
в реальности всего лишь выражение определенных  
пределов другого человека.***

Травма *отвергнутого* всегда переживается впервые с родителем одного пола или с человеком, который заменил этого родителя после рождения. Впоследствии эта травма чаще всего проявляется в отношениях с людьми одного пола и иногда — с людьми противоположного пола.

Как только ребенок начинает испытывать боль, причиняемую этой травмой, его первая реакция — убежать в мир душ, туда, где он может чувствовать, что проблем не существует. Именно поэтому человек с сильной травмой *отвергнутого* стремится закрыться в своем воображаемом и нереальном мире, созданном им самим.

О подростке с травмой *отвергнутого* будут говорить: *он витает в облаках*. Некоторые даже представляют себя другими личностями, и это превращается в психологическую проблему: человек не помнит, что делал в моменты, когда считал себя кем-то другим. Всю жизнь такой человек находит различные способы, чтобы убежать от страданий.

К сожалению, страдания никуда не деваются, они подавляются и живут глубоко в душе *отвергнутого*.

Наверное, ты уже понимаешь, почему именно эта травма способна вызывать раковые заболевания: человек закрывается и все держит в себе. Он перестает чувствовать себя самим собой. Он надевает маску, чтобы никто не узнал о его чувствах и страданиях. У каждой травмы души есть своя маска, а за каждой маской стоит определенное поведение человека. Маска, которая связана с травмой *отвергнутого*, называется **маской БЕГЛЕЦА**.

У человека, который носит маску *беглеца*, вырабатывается определенное поведение. И даже если ты знаком с учением о травмах души, я все же хочу напомнить тебе характеристики *беглеца*, что поможет тебе увидеть, как эта маска связана с раковыми заболеваниями. Напомню, что все перечисленные ниже характеристики встречаются одновременно только у людей с сильной травмой *отвергнутого*. Поскольку у каждого из нас травмы проявляются в разной степени, возможно, некоторых признаков ты в себе не обнаружишь.

## КОГДА МАСКА БЕГЛЕЦА АКТИВНА

- *Беглец* глубоко убежден в своей ничтожности. Он считает себя не важным и никчемным. Он не уважает себя. Чем сильнее его травма, тем более никчемным он считает себя в различных сферах жизни и в отношениях с различными людьми.
- Он уверен, что никто бы и не заметил, если бы его вообще не было на свете.
- Он считает себя непонятым другими людьми, отрезанным от общества.
- С раннего возраста он убежден, что никто не хочет его слушать, и он еще больше закрывается. Он уверен, что не имеет права голоса.

- Он постоянно насторожен, он наблюдает за всем и внимательно прислушивается к словам, которые употребляют другие люди, что часто искажает реальное положение дел: он мгновенно делает вывод, что его отвергают.
- Как правило, он мало говорит и в группе держится отстраненно. Его считают одиночкой и стремятся оставить одного.
- Чем сильнее подавляется травма, тем тише становится голос.
- Чем больше он уединяется, тем больше становится незаметным.
- Он мастер все отрицать и стремится убедить себя: *меня это не волнует, проблемы не существует.*
- Он часто заявляет, что у него все хорошо, лишь бы никого не побеспокоить, не затруднить своими проблемами — он очень этого боится.
- Он часто все отрицает и, следовательно, не чувствует своих физических и психологических пределов.
- Он часто старается оспорить проблемы других людей, говоря: *«Не обращай внимания, это не страшно, подумай о чем-то хорошем».*
- Для него не важны материальные вещи: его больше привлекает все, что связано с невидимым миром, знаниями.
- Он не только педант, но и огромный идеалист, который, старея, все чаще и чаще паникует, оказываясь не на высоте своих собственных ожиданий и ожиданий других людей. У него постепенно развиваются навязчивые идеи.
- Часто в своей речи он использует такие слова: ничто, ничего, исчезнуть, не существует, нет места.
- Он отказывается чувствовать боль, максимально ее уменьшает и стремится все подвергнуть объяснениям.
- В его представлении верования — это он сам, и ему трудно определить границы.

- Он считает, что он — это то, что он делает. «Если я сделал хорошо — я хороший».
- Он так мало любит себя сам, что стремится найти любовь в окружающих людях, однако не принимает ее: он считает себя ничтожным и не заслуживающим любви.
- Он не хочет быть похожим на родителя одного с ним пола. И, не имея образца для подражания, считает себя потерянным и бессильным.
- Он не любит себя в такой же степени, как и родителя одного с ним пола.
- Он может уверять себя, что он ненавидит родителя противоположного с ним пола, однако когда этот родитель ведет себя грубо и жестко по отношению к нему, он еще больше злится на родителя одного с ним пола за отсутствие защиты и чувствует себя отвергнутым им. В отношениях с родителем противоположного пола активизируется еще одна из пяти травм.
- Самый большой страх — ПАНИКА.

Возможно, ты не видишь в себе травмы *отвергнутого*, но будь осторожен: это отрицание, которое может сыграть с тобой злую шутку. Я рекомендую тебе поговорить со своей родней, а особенно с теми, кто не побоялся сказать тебе правду. Спроси у них, каким они тебя видят, как воспринимают и какие качества они в тебе наблюдают. Чаще именно другие люди могут подсказать нам, отвергаем ли мы себя по-настоящему. Когда человек привык все отрицать, он перенимает стиль поведения другого человека, чтобы заставить себя и других людей поверить: я не такой. Можно казаться уверенным в себе, но в глубине души ужасно бояться критики. Отрицание очень часто используется для того, чтобы избежать неприятной ситуации.

Беглец убежден, что только отстраненность в различной форме поможет ему жить, не испытывая боли отвержения, которая вызывает у него панику. Беглец не только

физически отстраняется от ситуации. Отстраниться ему помогает сон, лекарства, спиртные напитки, наркотики, курение, еда и т. д. Именно поэтому мы часто слышим, что причиной рака является курение, спиртное и неправильное питание. Помню, в молодости, моей формой отстранения был поход по магазинам. Я шла в магазин и покупала что-то, что мне на самом деле не было нужно, — я позволяла себе «роскошествовать». Вернувшись домой, я чувствовала себя прекрасно. Так я подавляла свои страхи.

Хочу тебя утешить: очень мало людей осознают, что имеют описанные мной качества или поведение. Человек неосознанно ведет себя как *беглец*, только когда активна травма *отвергнутого*. Часто он надевает маску спонтанно — и тогда начинает вести себя так, как я описала выше.

***Чем сильнее боль, тем быстрее и интенсивнее реакция человека. Заблуждаясь, человек верит в то, что так он сможет прекратить страдание.***

Как видишь, человек, который надевает маску *беглеца*, стремится к уединению и никогда не делится своими ощущениями. Очень давно, в детстве, он утратил *способность чувствовать*. В те моменты, когда он пытался говорить о своих чувствах, он видел, что родители не хотят его слушать. И стал еще больше замыкаться. Его травма (через эго) убедила его: он прав — он никто.

Тебе нужно осознать: ты привлекаешь к себе такое поведение родителей своей убежденностью в том, что ты ничтожен и никто тобой не интересуется. Твои родители не отвергают тебя, они проявляют свои собственные пределы. И они неосознанно отражают то, что происходит в тебе.

Каждое приятное или неприятное событие в твоей жизни возникает согласно тому, что происходит у тебя в душе. Возможно также, что ты выбрал неподходящий момент, чтобы поговорить с родителем, был неловким или использовал неправильные слова, чтобы высказаться.

Чтобы получить признание других людей, *беглец* стремится БЫТЬ СОВЕРШЕННЫМ. Это еще раз демонстрирует ему самому: *только его хорошие и правильные поступки подтверждают факт его существования*. Из страха оказаться не идеальным он неминуемо привлекает к себе предмет своего страха, ошибается и вновь чувствует себя отвергнутым. Вот вам и порочный круг!

Одна молодая женщина рассказала мне, что в детстве иногда пряталась за креслом, чтобы проверить, как долго семья не будет замечать ее отсутствия. Часто она сидела за креслом часами, что подтверждало ее верование: ее существование не важно, ведь никто не замечает ее отсутствия.

*Беглец* — настоящий профи в искажении реальных событий. Его воображение не знает границ и постоянно обманывает его. Воображение — это один из самых больших даров, полученных человеком. К сожалению, нередко мы пользуемся воображением вовсе не для реализации своих истинных потребностей.

Случалось ли тебе допустить ошибку в работе, что, к несчастью, доставило неприятности другим сотрудникам? Ты, конечно, извинился, и коллеги приняли извинения, сказав, что всем свойственно ошибаться. Но если ты будешь продолжать постоянно думать об этом, обвиняя себя в своей никчемности, безответственности, бестолковости и глупости, ты будешь испытывать чувство вины — и это начнет искажать реальность. А реальность такова, что ты, возможно, хотел сделать многое одновременно и не успел проверить работу. Ты никому не хотел навредить. Вместо того чтобы извиняться, тебе следовало бы дать себе право быть обычным человеком со своими недостатками и достоинствами.

Из-за такого поведения у *бегльца* развиваются такие же сильные навязчивые состояния, как и травма *отвергнутого*. Он постоянно думает о ситуациях из прошлого или воображает события в будущем, и это мешает ему принимать себя и радоваться жизни здесь и сейчас.



Он крайне себя недооценивает и сильно боится быть самим собой, заявив о своем месте под солнцем. Он боится, что, если заявит миру о своем существовании, все сразу поймут, что он ничто. Если он сам себе не позволяет занять свое место в мире, как же другие смогут это сделать для него? Занять достойное место, предназначенное именно для него, может только он сам. *Беглец* так сильно хочет, чтобы другие люди доказали его значимость, что стремится во всем быть совершенным согласно его идеальным представлениям. Иначе он не может.

Но это нереально. *Беглец* — это идеалист, который создает недостижимые идеалы. Понятие, противоположное слову «идеальный», — «реальный». Интересно: чем больше мы стремимся быть идеальными, тем больше мы отдаляемся от реальности.

***Стремиться к совершенству полезно, если человек остается реалистом и признает свои пределы.***

*Беглец* страдает из-за отсутствия любви и даже начинает ненавидеть родителей, которые не сумели заполнить его внутреннюю пустоту. Душа притягивается к родителю одного с ней пола, который будет для нее образцом для подражания, и поэтому ребенок злится именно на него: ведь тот оказался не лучшей моделью. Он не хочет быть похожим на этого родителя и теряет образец. Он очень разочарован этим родителем, не умеющим проявить свою так необходимую ребенку любовь, не умеющим признавать его личность и давать необходимое ему место. Конечно, это заканчивается злостью на этого родителя, который чаще всего является источником первой сильной эмоциональной боли. И это естественно и нормально для человека.

У ребенка нет зрелого восприятия реальности. Он не понимает, что этот родитель не может дать или передать необходимую ребенку любовь, *потому что сам страдает от отвержения*. Родитель тоже не признает себя. Он тоже не получил от своих родителей образца для подражания,

в котором так сильно нуждался. И это передается из поколения в поколение по родственной линии одного пола. И будет продолжаться до тех пор, пока мы не научимся любить себя, то есть принимать себя такими, какие мы есть. В последней главе мы снова поговорим об этом.

## ТРАВМА ОТВЕРГНУТОГО И ТРАВМА НЕСПРАВЕДЛИВОСТИ

У большинства людей к четырем годам начинает сильнее развиваться травма *несправедливости*. Это дополнительная защита, облегчающая страдания от пережитого отвержения. Для страдающего человека, который раньше в основном использовал бегство, эта травма — дополнительный инструмент, позволяющий ничего не чувствовать. **У человека с травмой несправедливости развивается маска *ригидного*.**

Мы знаем, что травма *несправедливости* также переживается с родителем одного пола. Часто обе травмы связаны с одним и тем же событием или человеком.

Чтобы знать, какая из травм активна именно у тебя, важно понаблюдать за своей реакцией. Травма несправедливости проявляется в форме мгновенного негодования, резких поступков и словесной реакции. Быстрота и сила реакции человека пропорциональны боли, которую он испытывает. Если же ты стараешься отстраниться, отрицаешь ситуацию или молчишь, знай, что так проявляется твоя травма *отвергнутого*.

Вспоминается один случай, который произошел со мной недавно в аэропорту. Он отлично демонстрирует, как переживаются эти две травмы. Я получила посадочный талон и направилась к контрольно-пропускному пункту. Там у меня дважды проверили паспорт и посадочный талон. Чуть дальше я увидела представителя авиакомпании. Это была девушка, которая проверяла паспорт одной женщины. Я прошла мимо нее, подумав, что еще одной проверки

быть ну явно не должно. Не успела я поравняться с ней, как девушка резко окликнула меня, заявив: «*Мадам, остановитесь, вы обязаны предъявить свой паспорт. Вам не кажется, что Я СУЩЕСТВУЮ?*»

В физическом теле этой девушки были заметны многие признаки маски *отвергнутого* и *несправедливости*. Я почувствовала, насколько сильно она отвергает себя, чтобы проживать травму даже с посторонними людьми на рабочем месте. Ее обязанность проверять каждого проходящего пассажира позволяет ей чувствовать свое существование. Я убеждена, что она этого не осознает. Она уверена, что просто хорошо выполняет свою работу. Конечно, может показаться, что у девушки большое эго, что она заносчива, но в действительности она всего лишь одна из многих, кто страдает от недостатка любви к себе. Ее замечание демонстрирует травму *несправедливости*, из-за которой она говорила со мной в таком тоне, чтобы прикрыть травму *отвергнутого*.

Но не стоит обольщаться. Если ты осознаешь, что чаще всего страдаешь от травмы *несправедливости* и носишь маску *ригидного*, это не означает, что ты не чувствуешь себя отвергнутым. Ты скрываешь боль отвержения за панцирем *ригидного*, и это позволяет тебе вести себя иначе. А страдания все больше и больше накапливаются в тебе.

***Рак может возникнуть, когда человек достигает своих пределов и не осознает этого.***

Если долго тянуть веревку, она порвется. У каждого больного раком, с которым я работала, были ярко выражены две травмы — *несправедливости* и *отвергнутого*. Вот почему так важны сигналы, посылаемые нашим физическим телом. Как я говорила в предыдущей главе, **рак не возникает под воздействием внешних факторов, он возникает внутри человека.** Первой причиной выступает травма *отвергнутого*, на которую накладывается травма *несправедливости*: человек достигает своих

эмоциональных пределов. Затем образуются раковые клетки и выходят из-под контроля.

Хочу уточнить, что человек с маской *ригидного*, в отличие от *беглеца*, осознает свой гнев. Но он слишком себя контролирует, зная, что злиться плохо. Только *ригидный* умеет себя так сильно контролировать. И только посторонние люди легко видят гнев в его физическом теле, когда его лицо и подбородок напрягаются. Отрицание *беглеца* и контроль *ригидного* — в конечном счете однажды человек достигнет точки кипения.

Напомню, что, даже если травма *отвергнутого* выражена не явно в теле человека, эта травма у него все же присутствует. Однако человек так сильно ее отрицает, что хорошо маскирует ее и прячет за другими травмами.

Я уже говорила, что именно травма *отвергнутого* сильнее всего разжигает ненависть внутри человека. Почему? Из-за отсутствия любви человек чувствует себя очень плохо. Это страдание связано с тем, что представления человека о себе далеки от того, кем и каким человек является на самом деле.

***Ненависть не говорит о злобности человека,  
скорее об отсутствии любви к самому себе.  
Именно это демонстрируют окружающие.***

Поэтому когда я встречаю человека, больного или переболевшего раком, я сразу же понимаю, что он переживает разочарование из-за отсутствия любви. Именно такие люди настолько сильно хотят жить в любви, что переживают нестерпимую боль, разочаровываясь в любви. Человек ненавидит родителя одного с ним пола и в равной мере самого себя, потому что в родителе он видит только те черты, которые узнает в самом себе. Безразличный человек не умеет ненавидеть людей или ситуации. Чтобы ненавидеть, нужно быть слишком чувствительным.

Впрочем, очень часто именно люди, страдающие от этих двух травм, считаются равнодушными и хладнокровными.

Они обладают особым даром скрывать свои чувства, прятать их глубоко внутри. Такие люди не умеют справляться со своей тонкой чувственностью. В их представлении отсутствие чувств означает отсутствие страданий, но это заблуждение: страдания становятся еще сильнее.

Интересно проследить, как ненависть связана с раком. За ненавистью стоит глубокое чувство бессилия. В описании рака сказано, что физическое тело становится бесильным и неспособным запретить вредоносным клеткам делиться. Эти клетки захватили власть и считают себя всемогущими. Они сигнализируют, что ненависть захватила власть над вашей страдающей личностью. И человек получает сигнал: пришло время восстановить внутреннюю силу с помощью любви к себе, а не с помощью ненависти.

Здесь ты можешь возразить: «*Госпожа Бурбо, вы же не хотите сказать, что каждый, кто испытывает ненависть, болен раком?*» Мой ответ: *нет*. Рак развивается, только когда ненависть скрывается и человек не хочет или не может осознать ее, отрицает ненависть и переживает боль в одиночестве. Человек, который способен признать в себе ненависть к своему отцу (настолько сильную, что ему иногда хочется его убить), возможно, и не заболит раком, но может заболеть другим недугом.

Травма *отвергнутого* приводит к полному отрицанию ненависти к родителю одного с тобой пола, а травма *несправедливости*, со своей стороны, мешает выразить этот гнев. Вот одно из верований, связанных с травмой *несправедливости*: это неправильно, это несправедливо — ненавидеть своих родителей, это плохо. Ты должен быть признателен своим родителям, ты должен быть идеальным. И это верование становится еще сильнее, если ты воспринимаешь родителя неудачником, страдающим человеком. Но в реальности твое эго не может знать одного: если ты не решишься признаться в том, что злился на своих родителей, ты не сможешь примириться с ними. Тебе будет сложно принять, что эти люди необходимы

тебе и хотят помочь осознать те качества, которые ты не принимаешь в самом себе.

*Ригидный и беглец* постоянно стремятся к совершенству, хотя и делают это по-разному. *Ригидный* стремится к совершенству в материальном мире, в том, что он *делает* и *имеет*. *Беглец* же, как сказано выше, стремится *быть* совершенным. *Ригидный* считает себя несовершенным, когда болеет, и ему сложно признать свою болезнь, даже если ему о ней известно. Лечиться он будет тайком. Он даже гордится тем, что НИКОГДА не принимает лекарств и НИКОГДА не ходит к врачу.

Что касается *беглеца*, он отрицает заболевание и не обращается за помощью к врачам, не говорит о своих переживаниях, потому что очень боится потревожить других людей своими проблемами. Наверное, ты понимаешь, почему *беглецы* и *ригидные* не способны обращать внимания на многочисленные сигналы, которые посылает им физическое тело, пока не получат самый сильный сигнал: рак. Чем больше человек становится осознанным, чем больше он любит себя, тем быстрее он научится обращать внимание на самые незначительные сигналы, которые будет посылать ему тело. **Помни, что твое тело — твой самый лучший друг.**

Когда *ригидный* ошибается, он говорит: «Я неправильно сделал, я ошибся, и следующий раз я поступлю лучше». *Беглец* же хочет БЫТЬ совершенным. Когда он ошибается, он мгновенно решает: Я никчемный. Если кто-то советует, как ему поступить в следующий раз, он не слышит, что речь идет только о его поступке, а не о его качествах или сущности.

***Любую критику беглец переживает как оценку его самого, а не его поступков. Он не видит разницы между тем, что он делает, и тем, кем (каким) он является (есть).***

Именно это делает *беглеца* очень энергичным, что позволяет ему быть очень работоспособным. По его убеждению, чем больше он *делает*, тем лучше он *есть*. Он особо ощущает свое существование, только когда он очень занят. При сильной травме *отвергнутого* нервозность человека проявляется в его жестах и манере работать. Иногда ему удается делать одновременно сто дел.

Нужно добавить, что хотя я и перечислила названия *Пяти травм*, не нужно слишком привязываться к словам. Часто для выражения своих переживаний люди используют неверные слова. Например, ты можешь испытывать отвержение от человека, который не сдержал свое обещание, но при этом активной будет **травма предательства**.

Итак, твоя травма *отвергнутого* может быть активирована ситуацией отвержения, несправедливости, предательства, унижения или когда тебя покинули. В чем же разница? Разница — в твоей реакции. Предположим, человек не сдержал данное тебе обещание. Если ты реагируешь словами: «*Меня это не удивляет, я так и знал. Он считает меня таким ничтожным, что я недостоин того, чтобы люди сдерживали свое обещание*», это означает, что активна твоя травма *отвергнутого*. Человек реагирует иначе, когда активна травма *предательства*. Он гневается, он открыто обвиняет другого человека или решает, что больше никогда не будет ему доверять. Подробное описание каждой травмы приводится в книге или на семинаре о ТРАВМАХ.

## ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ДРУГИХ ЛЮДЕЙ

Я обратила внимание, что во многих случаях рак был выявлен у тех, кто считал себя ответственным за жизнь своих братьев и сестер, или даже за жизнь своих родителей. В большинстве случаев это касается старших детей в семье.

Конечно, не только *беглец* считает себя в ответе за счастье других людей. Это верование встречается у людей с любой из травм, разница только в мотивации и намерении.

*Беглец* руководствуется нехваткой любви к себе, отсутствием смысла жизни, в целом — отсутствием своего места в жизни и ощущения того, что он действительно существует. Его намерение — заполнить пустоту. К сожалению, даже если он много делает для других людей, ему сложно слышать и особенно принимать признательность других людей. Он постоянно говорит себе, что, несмотря на все его усилия, он остается таким же никчемным, как и был.

***Невозможно чувствовать любовь других людей,  
если человек не любит себя сам.***

*Беглец*, часто неосознанно, чувствует себя пленником ситуации или других людей. Однако в реальности он является заложником своего верования: я должен заниматься другими людьми, чтобы быть кем-то, чтобы существовать. Это грустно, ведь такие люди ходят по кругу. Они делают все возможное для других людей, чтобы наконец почувствовать свое существование, но забывают о себе, и это дает им ощущение отсутствия жизни.

Даже если такому человеку сказать, что никто не отвечает за счастье других (ведь утопично считать, что кто-либо может иметь эту способность), *беглец* ничего не услышит. Он начнет отрицать, что чувствует себя ответственным, ведь все, чего он хотел, — это помочь из любви, а не из-за ее нехватки.

В завершение этой главы хочу уточнить, что рак, который может развиваться у *бегльца*, показывает ему, что он должен научиться справляться с внутренней борьбой с самим собой. Первая реакция человека, когда он узнает об этом заболевании, — это бороться с болезнью. Это прообраз внутренней борьбы с собственным представлением о себе никчемном и злом, которого он пытается побороть,



изгнать. Поскольку это всего лишь представление, а не реальность, он не может выйти из этой борьбы победителем, ведь он сражается с чем-то несуществующим.

Итак, рак для него — это сигнал, посылаемый телом. Это сигнал о том, что нужно срочно осознать свое неверное представление о себе и решиться принять реального себя со своими недостатками и достоинствами. Затем хорошо бы попросить помощи у других людей, которые его хорошо знают, чтобы они могли дать реальную его характеристику. Ведь велика вероятность, что прежнее представление о себе будет слишком далеким от реальности. Не приятнее ли поступить именно так, вместо того чтобы бороться с самим собой?

Слово «бороться» вызвало у меня образ драки. Толкаясь, два дерущихся человека теряют энергию, но не прекращают борьбу, пока один из них не признает, что очень устал. Но если один из них перестанет толкаться и будет просто отходить в сторону, первое, что сделает второй человек, — прекратит толкаться. Как только драка закончится, у них будет отличная возможность мирно решить свой спор. Стремясь любой ценой быть правым, помни, что этого хочет именно твое эго, а не твое сердце. Сердце слишком мудро, чтобы пользоваться такими средствами.

В последней главе я дам несколько советов, которые помогут тебе научиться любить себя, то есть принимать себя безусловно таким, какой ты есть, а не отвергать себя.

## Глава 4

### ПОЧЕМУ?

Эта глава состоит из трех частей. Речь в ней пойдет о наиболее часто задаваемых вопросах, которые начинаются со слова «почему». Когда человек узнает о своем заболевании, он спрашивает: *почему?*

*Почему я?*

*Почему сейчас?*

*Почему в этой части тела?*

Первый шок, который переживает узнавший о своем заболевании человек, заставляет его проснуться и осознать, какой вред он наносит сам себе своими мыслями, верованиями, эмоциями. Люди привыкли откладывать самое важное в жизни на потом, как будто они будут жить вечно. Когда узнаешь, что болен раком, ты переживаешь сильный шок и панику.

### ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА

Я хочу поделиться своим видением эмоций и чувств. Это должно помочь тебе понять, почему страдающему человеку так сложно осознавать свои истинные чувства. Надеюсь, что приведенные ниже пояснения помогут тебе понять ответы на три вопроса этой главы.

Рак проявляется в физическом теле, но, поскольку физическое тело всего лишь отражает происходящие в наших других телах процессы, это означает, что заболевание началось гораздо раньше, но мы этого не осознавали.

Почему же так сложно предупредить рак?

Потому, что большинство людей стараются отрезать себя от чувств, боясь, что не смогут справиться с болью. Когда человек ничего не чувствует, он не может быть осознанным.

*Научно-популярное издание*

**Лиз Бурбо**

**РАК: КНИГА, ДАЮЩАЯ НАДЕЖДУ**  
**Причины, профилактика, пути к исцелению**

Перевод: *И. Зайцева*

Редактор: *И. Старых*

Корректоры: *Е. Яковенко, Т. Селезнева*

Оригинал-макет: *Г. Булавко*

Обложка: *И. Дерий*

ООО Книжное издательство «София»  
115191, г. Москва, Гамсоновский пер., д. 2, стр. 1

**Для дополнительной информации:**

**Издательство «София»**

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

Подписано в печать 24.01.2014 г.

Формат 84x108/32. Усл. печ. л. 11,76.

Тираж 7000 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

<http://www.sophia.ru>