

12+

Гала БазарАва

Болезнь – Друг

*Прими болезнь,
измени жизнь*

Гала БазарАва

Болезнь — Друг. Прими болезнь, измени жизнь

<https://litres.ru/74290868>

ISBN 9785007079068

Аннотация

Задумывались, почему таблетки не помогают, а болезни возвращаются?

Ваше тело — не враг, а последний друг, который орет вам в ухо, чтобы вы перестали наступать на грабли.

Эта книга — разговор с мудрой подругой, которая с иронией объяснит, как обиды превращаются в язву, гордыня — в травмы, а зависть — в онкологию.

Вы научитесь читать сигналы подсознания, миритесь с симптомами и поблагодарите свои болячки за ценные уроки. Измените мысли — и здоровье изменится следом. Легко, смешно и исцеляюще!

Содержание

Пролог: О чём молчит ваша печень	5
Глава 1. Ваш личный Голливуд	7
Глава 2. Внутренний программист, или Кто нажал «Delete»?	9
Глава 3. Диагноз: «Сам придумал»	11
Глава 4. Смертельные грехи и их житейские двойники	13
1. Гордыня (она же «Я — самый главный человек на этом празднике жизни»)	14
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Болезнь — Друг Прими болезнь, измени жизнь

Гала БазарАва

© Гала БазарАва, 2026

ISBN 978-5-0070-7906-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Пролог: О чём молчит ваша печень

Знаете, в чем главная подлость жизни? Нас с детства учат таблице умножения, но забывают выдать инструкцию к самому главному прибору — к собственной голове.

Мы умеем считать сдачу в магазине, но понятия не имеем, как считать свои мысли.

А они, между прочим, имеют привычку материализовываться.

Эта книга — не про «возлюби болезнь».

Это про «договорись со своим тараканом в голове, пока он не построил там целый зоопарк». Мы будем разбираться, почему мы сами пишем сценарии своих драм, как подсознание ставит нам подножки и, главное, как перестать лечить последствия, а начать чинить причину.

Представьте себе: вы идёте по жизни, как по минному полю, и каждое ваше «я злюсь», «мне обидно» или «всё бесит» — это не просто эмоции, а строительные блоки для ваших будущих болячек.

Мы привыкли думать, что болезни приходят извне — вирусы, сквозняки, плохая экология.

А на самом деле это всего лишь декорации.

Главная сцена — внутри.

У каждого нашего негативного чувства есть **светлая цель**.

Да-да!

Подсознание никогда не делает нам гадостей просто так.

Оно всегда пытается нас спасти, уберечь или направить.

Но, как заботливая бабушка, которая вместо того, чтобы научить внука переходить дорогу, просто привязывает его к кровати, — подсознание часто перебарщивает.

Оно создаёт блоки, болезни и кризисы, чтобы мы наконец остановились и подумали.

В этой книге мы пройдемся по всем основным «внутренним вирусам».

Узнаем, **какую благородную миссию** они несут, и чем расплачивается наш организм, если мы позволяем им хозяйничать.

И, конечно, дадим простые и смешные рецепты, как договориться с собой.

Глава 1. Ваш личный Голливуд

Каждый из нас живет в своем маленьком кинотеатре.

Сознание — это режиссер, который любит вырезать из реальности всё лишнее (и, как правило, самое интересное), оставляя только мыльную оперу с нашим участием.

Мы думаем, что мир — это суровая реальность.

На самом деле, мир — это наш собственный кривой фотешоп.

— **Уровень 1 (Сознание):**

— «Боже, какой ужасный день, всё валится из рук, начальник — крокодил, в кошельке ветер свистит».

— **Уровень 2 (Подсознание):**

— «Я вижу реальную ситуацию.

— Это просто набор энергий.

— Но так как парень (ты) считает себя неудачником, я сейчас покажу ему, где лежат его ключи, чтобы он опоздал, и где сидит его начальник, чтобы тот наорал.

— Ой, как я люблю делать сюрпризы!»

Ум — это великий иллюзионист.

Он не хуже Копперфильда умеет скрывать от нас слона в комнате, подсовывая нам вместо него мышку.

Он притворяется тюремщиком, но на самом деле он просто перестраховщик.

«А вдруг ты увидишь Вселенную такой, какая она есть?»

— думает он. — С ума сойдешь! Давай-ка я тебе нарисую уютненькую клеточку, где всё понятно и безопасно».

Но есть нюанс: отпечатков пальцев нет, и миров тоже.

Каждый из нас носит с собой свой «персональный ад» и «эксклюзивный рай».

И то, что вы считаете кошмаром, для соседа — просто пятница.

Глава 2. Внутренний программист, или Кто нажал «Delete»?

Как мы становимся такими странными? Ответ: нас «прошили» в детстве.

Вспомните: ребенок рождается как чистый лист (или как компьютер с кучей файлов, но без пароля).

Он видит мир как безумный фейерверк цветов и энергий. А тут приходят родители с шаблонами:

«Это — стол, это — хорошо, это — в рот не бери, а это — дядя плохой».

И ребенок, как губка, впитывает это описание мира.

С этого момента он запускает бесконечный внутренний диалог:

«Я — бедный, но гордый»,

«Мне не везет, потому что я — Овен»,

«Мужики — козлы».

И этот диалог — ваш личный баг в системе.

Главная программа человека звучит так (но мы ее не слышим из-за шума):

«Жить в этом мире и сделать свою модель реальности максимально крутой и жизнеспособной — вот мой главный квест».

Но мы часто забиваем на квест и бегаем по второстепен-

ным заданиям: ищем волшебную таблетку, виноватых или смысл жизни на дне бутылки.

Глава 3. Диагноз: «Сам придумал»

Итак, мы подходим к главному хиту нашей программы — болезням.

Представьте, что ваше тело — это квартира, а подсознание — управляющая компания.

Когда вы начинаете мусорить в голове (обижаться, злиться, завидовать), в квартире прорывает трубу (боль).

Боль — это не кара Господня.

Это просто сигнал:

«Эй, хозяин! Ты там куришь в голове? У нас задымление! Выходи из образа „Жертва обстоятельств“!».

Когда вы пьете таблетку, вы просто говорите управляющей компании:

«Заткнись, я дым не чувствую».

Компания (подсознание) обижается и прорывает трубу посильнее.

Так появляется хроническая болезнь.

Болезнь — это не враг, а ваш последний друг, который орет вам в ухо, чтобы вы не наступали на грабли.

Многие медики сейчас, скажем честно, работают как курьеры: привезли «костыль» (таблетку) — и до свидания.

Причину не лечат.

Они не объясняют пациенту: «Слушай, твоя аллергия — это просто твоя нелюбовь к собственной жизни, убери кота

в конце концов, но кота жалко, а себя — нет? Ну, и чеши глаза».

Главный закон:

Лечит природа.

Врач — просто помощник, который должен прошептать телу:

«Давай, дружок, ты сильнее, у тебя есть ресурс».

А мы вместо этого запугиваем диагнозами.

Глава 4. Смертельные грехи и их житейские двойники

В Библии есть 7 смертных грехов.

Их называли «смертными» не потому, что Бог такой злой, а потому что они — как вирусы для нашей души.

Давайте пройдемся по ним быстро и без скучных нотаций.

1. Гордыня (она же «Я — самый главный человек на этом празднике жизни»)

Она же «Я — пуп земли». Смертный грех

Это когда вы считаете, что все вокруг дураки, а вы — Д'Артаньян.

Да, это дает вам чувство уникальности.

Но на тонком уровне вы посылаете в мир программу: «Вы все ниже меня».

Мир отвечает: «Ок, тогда смотри, как высоко ты упадешь».

Падения, травмы, одиночество — вот плата за «корону».

Доброе намерение:

Ваша душа хочет чувствовать уникальность, ценность и своё предназначение.

Ей важно осознавать, что она не просто винтик, а важная часть вселенского пазла.

Гордыня рождается из стремления к совершенству — вы хотите быть лучше, сильнее, умнее, чтобы мир вокруг стал гармоничнее.

Как она превращается в зло:

Но вместо того чтобы развиваться, вы начинаете сравнивать себя с другими и возвышаться над ними.

Вы говорите себе: «Я умнее этого коллеги, я красивее этой подруги, я более порядочный, чем сосед».

И вот вы уже не просто чувствуете свою ценность, а строите свой мир на костях чужих недостатков.

Вы подсознательно отправляете в мир программу уничтожения других миров.

Потому что, если я лучше, значит, другие хуже — и они должны исчезнуть или страдать.

Образ:

Представьте воздушный шарик, который надувают гордыней.

Чем больше вы хвалите себя и унижаете других, тем выше он взлетает.

Но у любой иголки есть остриё — реальность.

И как только вы сталкиваетесь с неудачей или критикой, шарик с оглушительным хлопком лопаётся.

И вы падаете вниз, разбивая нос о твёрдую землю.

Поговорки, которые это описывают:

«Придёт гордость, придёт и посрамление, а со смиренными мудрость».

«Перед падением возносится сердце человека, а смирение предшествует славе».

Чем заканчивается:

Гордыня приводит к одиночеству и смерти — не обязательно физической, но уж точно духовной.

Вы закрываетесь от других, потому что никто не достоин

вашего круга.

Ваш мир становится бедным и убогим.

На тонком уровне вы запускаете программу самоуничтожения: травмы, несчастные случаи, неизлечимые болезни — это не наказание свыше, а просто отражение вашей внутренней агрессии, которая возвращается к вам бумерангом.

Что делать:

Осознайте, что есть просто люди, и мы делаем их такими, какими хотим видеть.

Научитесь брать ответственность за свою судьбу, перестаньте обвинять себя или других.

И главное — находите позитив в любой ситуации, даже в неудаче.

Тогда и корона спадет, и земля под ногами станет твёрже.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.