



БОЛЬШАЯ КНИГА  
ПОМОЩИ  
В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ



—ТАМАРА ШМИДТ—

Великая книга

Тамара Шмидт

**Крайон. Большая книга  
помощи в любой ситуации**

«Издательство АСТ»

2014

УДК 133.4  
ББК 86.42

**Шмидт Т.**

Крайон. Большая книга помощи в любой ситуации / Т. Шмидт —  
«Издательство АСТ», 2014 — (Великая книга)

ISBN 978-5-17-118530-5

Мы живем в удивительное время, когда очень многое меняется на Земле: тайное становится явным, выходит на поверхность то, что долгое время скрывалось во тьме, и людям становятся доступны ранее непостижимые истины. Эта объединенная книга посланий Божественного Духа Крайона поможет вам осознать силу духовного единства людей и стать частью этой силы, откроет для вас законы счастливой судьбы, даст вам возможность благополучно, без потрясений миновать любые жизненные кризисы, превратив их в восхождение по ступеням Духа, научит вас привлекать к себе энергии исцеления, получать силу, энергию, помощь и защиту от нашей прекрасной планеты Земля и ее природы. Книга выходила ранее под названием «Большая книга мудрости Крайона. Избавление от несчастий и болезней».

УДК 133.4

ББК 86.42

ISBN 978-5-17-118530-5

© Шмидт Т., 2014

© Издательство АСТ, 2014

## Содержание

От редактора	6
Предисловие	7
Часть I	9
Предисловие от автора	9
Глава 1	12
Вы – все человечество – знакомы друг с другом	12
Вы едины со всем миром, почувствуйте это!	13
Упражнение 1. Возвысьте свое сознание до уровня божественного единства	14
Рядом с вами всегда те, кто отражает или дополняет вас	15
Упражнение 2. Почувствуйте себя частью единого божественного человечества	17
Глава 2. Преодоление иллюзии одиночества	19
Вы можете получить столько любви, сколько пожелаете!	19
Будьте снисходительны к тем, кто пока не идет к свету	19
Быть единым с другими – не значит брать на себя их проблемы	20
Упражнение 1. Как перестать чувствовать себя одиноким	21
Ваши единомышленники рядом!	23
Упражнение 2. Призыв к единомышленникам	24
Глава 3	27
Несите свет – но не пытайтесь влиять на других	27
Не позволяйте другим гасить ваш божественный свет	28
Упражнение 1. Пребывание в божественности – лучшая защита	29
Как помогать другим, не нарушая их свободной воли и не втягиваясь в их драмы	29
Поставьте самого себя в центр вашей жизни – и вы вернете свою силу	31
Упражнение 2. Верните свою силу	32
Глава 4	34
Ни один человек не может оказаться рядом с вами без весомой на то причины	34
Как выйти из дисгармоничных отношений? Найдите ответ в многомерности	35
Упражнение 1. Научитесь реагировать из измерения любви	36
То, что происходит между вами, это борьба энергий, а не людей	38
Преображайте энергии – и вам не надо будет бороться	39
Упражнение 2. Преобразование энергий	39
Конец ознакомительного фрагмента.	41

**Тамара Шмидт**  
**Крайон. Большая книга**  
**помощи в любой ситуации**

© Шмидт Т., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2019

## От редактора

С каждым годом, с каждым днем получать информацию от Крайона становится все проще. Наверняка вы и сами заметили, что в последние годы выходит больше книг с его Посланиями Любви и Света, Божественный дух раскрывает нам все больше тайн мироздания, дает все больше практик, которые помогают нам усвоить законы Нового Времени и учат строить свою жизнь согласно Божественной гармонии. И нам с вами все проще понять то, о чем говорит Крайон, нам все легче даются самые сложные упражнения для нашего духа, мы, часто уже и не задумываясь, интуитивно, следуем зову Божественного в нас, сами творим свою судьбу и меняем окружающую нас реальность.

Так происходит потому, что завеса, отделяющая нас от нашего Божественного дома, становится все тоньше. Мы преодолеваем сопротивление, сокращаем расстояние. Свет, исходящий от нашей Божественной семьи, освещает нашу жизнь. Нас так вдохновляет это, что порой мы начинаем просить Крайона дать нам больше – знаний, практик, заданий. Мы хотим поставить перед собой все более и более сложные задачи, чтобы испытать триумф их разрешения. Мы рвемся в бой с силами тьмы, чтобы заполнить светом весь мир. Мы жаждем приблизить встречу с нашими братьями и сестрами, нашими друзьями, ждущими нас по ту сторону завесы.

Но Крайон, поощряя наши благие порывы и жажду знаний, все-таки напоминает нам – не спешите. Не всегда полезно двигаться вперед гигантскими шагами. Истинная мудрость в том, чтобы уметь оглянуться на пройденный путь, остановиться и подумать, оценить каждый свой шаг и посмотреть на него из своей нынешней позиции.

Именно поэтому Крайон настоятельно советует вновь и вновь возвращаться к первым книгам его Посланий. Сейчас мы ушли так далеко вперед, что нам очень полезно будет вновь прикоснуться к истокам наших знаний и вдохновиться, оценив, насколько мы продвинулись по пути к нашему Божественному дому. Сейчас, вооруженные опытом Воинов Света, мы сможем по-новому прочесть слова первых посланий Божественного Духа, и нам откроются в них новые смыслы, те, что были скрыты от нас ранее.

Поэтому, даже если вы изучаете законы жизни в новом мире уже не первый год, эти книги будут важны и полезны вам.

Помните также о том, что все больше людей пробуждаются, открывая в себе Божественное, и им необходимо, как вам когда-то, пройти по всем ступеням осмысления своего нового места в мире Света и Истины. Эти книги как нельзя лучше помогут тем, кто только открывает для себя общение с Крайоном и задается множеством вопросов об устройстве мира и своей роли в жизни Вселенной.

## **Предисловие**

### **На Земле – особое время: человечество выбирает путь к свету!**

Мы живем в удивительное время, когда очень многое меняется на Земле – тайное становится явным, выходит на поверхность то, что долгое время скрывалось во тьме, и людям становятся доступны ранее непостижимые истины. Порой это связано с серьезными переменами, и даже потрясениями, и иногда нам кажется, что мир катится в хаос! Но это не так. Происходит перезагрузка, или перекалибровка человечества, а этот процесс просто не может быть всегда гладким и предсказуемым. Но суть его в том, что люди становятся качественно иными, потому что таков был их собственный выбор: вспомнить свою истинную Божественную суть и вернуться к Свету.

Многие века люди тянулись к Богу, призывали Его, искали у Него помощи и защиты, просили наставить на истинный путь – и эти усилия возымели свое действие. Бог пришел к людям, открылся им, и сказал: мы – одна семья, вы – подобны Мне, вы – Божественны, вы – могущественны!

Такое бывало в истории и раньше – когда Бог говорил с людьми. Но сейчас мы переживаем совершенно особенный момент. Если раньше Бог открывал свои истины лишь отдельным избранным, то в наше время завеса между миром земным и миром Божественным настолько истончилась, что услышать голос Бога может каждый, кто откроет Ему свое сердце и призовет Его.

#### **Да, Бог стал гораздо ближе к нам – или мы ближе к Богу?**

Каждый, кто захочет, может почувствовать это. Может заметить, что на Земле стало больше света. Это Свет Божественности просачивается к нам сквозь истончившуюся завесу! А почему это стало возможным? Потому что мы сами об этом просили – просили веками, в своих молитвах и обращениях ко Всевышнему.

А самое главное – это произошло потому, что мы все это время росли и развивались. Мы не только призывали Бога прийти к нам, мы сами шли к Нему, укрепляя и возвышая свой Дух, открывая в самих себе искру Божию – высшее Божественное начало, бессмертную суть, заложенную в каждом человеке по праву его Божественного происхождения.

**Мы вспоминаем свое Божественное происхождение – вспоминаем себя. Мы вспоминаем о своем Божественном могуществе и перестаем быть жертвами, пешками в руках судьбы и других людей. Мы обретаем достоинство, мы обретаем могущество, мы обретаем силу сотворения своей собственной судьбы.**

И помогают нам в этом Божественные наставники и посланники, Существа Света, ангелы. Один из них – Крайон, светлая духовная сущность, чьи послания переполнены любовью к людям. Он пришел к нам, потому что развитие человечества достигло той высокой ступени, когда мы уже можем принять и понять его послания. Мы доросли до такого духовного уровня, когда готовы слышать Крайона и следовать его советам. И наш рост продолжается! Сегодня каждый, кто хочет услышать и понять Крайона – услышит его и поймет. И каждый, кто хочет получить от него помощь – получит эту помощь.

**Человечество идет к Богу, к Его Свету и Любви – это факт, и назад дороги уже не существует.**

Долгое время мы шли во тьме, буквально на ощупь, и сейчас еще не всегда ясно видим свой путь. Да, еще очень много боли и зла вокруг нас – порой с этим трудно справиться, кажется, что тьма побеждает. Но Крайон объясняет, что происходит на самом деле: зла не стало больше, но оно стало более явным, более очевидным. А знаете почему? Потому что оно уже не может прятаться во тьме. Все, что раньше было спрятано, теперь оказалось на свету! На Земле стало больше света – и потому мы увидели то зло, которого раньше не замечали. А это значит, что злу на Земле скоро придет конец. Ведь оно не может существовать на свету. Ему нужна тьма. А тьмы все меньше и меньше! Потому что все больше на Земле людей, несущих Любовь и Свет Бога в своем сердце, освещающих самые темные уголки планеты!

Открыв свое сердце посланиям Крайона – этой информации, переданной с любовью – мы получаем шанс стать такими светочами, маяками, помогающими идти верным путем и себе, и другим, и самой Земле, которая, как и люди, стремится к Божественной любви и гармонии. Как бы трудно нам ни было, но каждый из нас может внести свой вклад в строительство Эдемского сада, земного рая. Это – прекрасное будущее Земли, и оно уже рядом. Оно придет быстрее, если мы не будем поддаваться тьме, и вопреки всему будем нести Свет и Любовь в своих сердцах невзирая на обстоятельства.

Эта книга объединяет послания Крайона, которые раньше были изложены в пяти его книгах.

**Первая часть** книги поможет вам осознать силу духовного единства людей и стать частью этой силы, преодолеть иллюзию одиночества, научиться гармоничному сотрудничеству с другими, разрешить конфликты и развязать кармические узлы во взаимоотношениях, наладить интуитивную энергоинформационную связь с единомышленниками, принять участие в создании и укреплении Сети Света на планете.

**Вторая часть** откроет для вас законы счастливой судьбы, поможет исцелить душевные травмы прошлого и открыться для новой, прекрасной жизни, научит извлекать позитивный опыт из трудностей и проблем, подскажет, как обрести свое высшее предназначение.

**Третья часть** даст вам все необходимые методы, техники и инструменты, чтобы благополучно, без потрясений миновать любые жизненные кризисы, превратив их в восхождение по ступеням Духа, а также подскажет, как обратить перемены во благо себе и другим, сохраняя душевное равновесие в любой ситуации.

**Четвертая часть** приготовила для вас дары здоровья и долголетия – вы узнаете, как привлечь к себе энергии исцеления, чтобы победить болезнь, избавиться от боли и страданий, как продлить молодость и передать свое тело под контроль Духа, чтобы оно как можно дольше оставалось бодрым, сильным, активным.

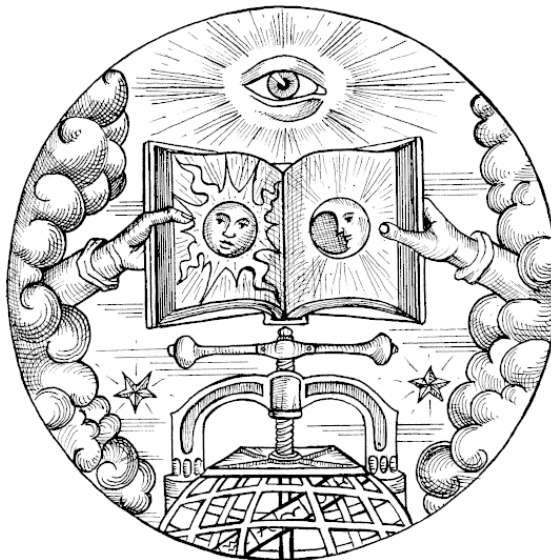
**Пятая часть** научит вас получать силу, энергию, помощь и защиту от нашей прекрасной планеты и ее природы, наладить контакты с царствами животных, растений, минералов, найти свое место силы, научиться читать природные знаки и знамения, и даже влиять на климат, гармонизируя энергетику в беспокойных местах.

**Послания Крайона, с вниманием и любовью принятые и записанные для нас, распахивают перед каждым дверь в обновленный мир – мир без боли и страданий, мир чистоты, любви и радости. Откройте свою душу его словам, впустите Божественный Дух в свое сердце и вы ощутите приближение новой счастливой жизни.**



## **Часть I**

### **Рождение нового человечества. Время единения**



#### **Предисловие от автора**

#### **Земной рай мы построим, если будем вместе**

Здравствуйте, дорогие друзья и единомышленники – все те, кто идет к Свету и Любви Бога, кто рассеивает тьму вокруг себя, кто светит другим и кто верит в свой Путь! Нас все больше и больше с каждым днем, и мы чувствуем друг друга на расстоянии. На Божественных планах мы все знакомы и все любим друг друга.

Но даже те, кто пока еще не открыл в себе Свет, тоже с нами, так как все мы, все человечество – единая Божественная семья. И все люди рано или поздно вернутся к Богу. Человечество идет этим путем, и никакие силы уже не смогут повернуть его назад!

Новые послания Крайона – о нас с вами, обо всех и о каждом, о нас как отдельных личностях и о нас как едином человечестве. Мы сейчас уже не на распутье – мы на прямом и верном пути, ведущем к созиданию земного рая. И все же нам с нашим сознанием, ограниченным трехмерным миром, подчас трудно понять, куда мы идем, к чему движемся и какой вообще все это имеет смысл. Мы не видим общую картину, которую представляет собой человечество и все то, что составляет его существование: мысли, чувства, желания и намерения, действия и поступки людей. Порой нам кажется, что вокруг царит хаос, что люди совсем не понимают друг друга и не ведают, что творят, и что общий вектор нашего хаотичного движения направлен вовсе не к свету, разуму и созиданию, а лишь к тьме и разрушению... А еще некоторые из нас считают, что они одиноки, непонимаемы, и чувствуют себя живущими в пустыне даже среди большого скопления людей.

Крайон принес нам знание – важное, необходимое, просветляющее знание о том, как обстоят дела на самом деле. Крайон снова пришел к нам с оптимистичными и вдохновляющими посланиями, чтобы коснуться каждого, кто читает или слушает их, своей любящей, мягкой энергией и чтобы сказать нам: ну-ну, не надо переживать, ведь все не так уж плохо.

Все дело именно в том, что мы не видим общей картины. Мы видим какие-то кризисы вокруг себя и сами переживаем эти кризисы, мы видим подчас проявления нелюбви и непони-

мания, а то и откровенной враждебности со стороны окружающих. Но если бы мы поднялись выше, в измерение Духа, и посмотрели на происходящее на Земле глазами Духа, то увидели бы, что общий вектор этого движения, которое сейчас происходит в человечестве, направлен все же к победе света, к воцарению Божественной любви и гармонии.

Представьте себе большую широкую реку с довольно бурным течением. На ее пути попадают пороги и запруды, ей приходится обходить острова и отмели, преодолевать скопления камней и создавать водовороты – но вместе с тем она неизменно движется вперед и вперед, чтобы принести свои воды океану и стать в итоге чем-то большим, чем река.

Но если вы, плывя на лодке по этой реке, натываетесь на камни или попадаете в водоворот – вам может показаться, что пути к океану нет, что вода швыряет вас в разные стороны как попало, а иногда даже как будто поворачивает вспять. Вы можете даже решить, что эта река никогда не доберется до океана! Но если, выбравшись из водоворота и преодолев пороги, вы выйдете на берег, а потом взлетите над рекой на воздушном шаре или другом летательном аппарате – все эти водовороты и запруды покажутся вам сущей мелочью, вы убедитесь, что они ни в коей мере не мешают реке двигаться к океану и что сила ее движения настолько велика, что все водовороты и запруды не представляют для этой силы никакой помехи.

Все человечество сейчас можно уподобить такой величественной реке, которая, несмотря на все препятствия, мощно и сильно устремляется к океану Божественности, к единству со всем сущим и с Создателем – чтобы стать чем-то большим, чем человечество: чтобы стать **Божественным человечеством**! И каждый из нас, крутясь в водоворотах своей судьбы, порой натываясь на рифы, скалы и подводные камни, все же должен помнить о силе течения, неотвратимо несущего его по направлению к Свету и Любви Бога.

Как бы река ни разбивалась на отдельные потоки, струи и капли воды – она остается единой и неделимой в своей прекрасной сути. Так же и мы, люди, являем собой не просто собрание отдельных индивидуальностей – мы единое целое, мы неразрывно связаны друг с другом, хотя подчас нам трудно в это поверить. Но сейчас пришло время, когда мы просто обязаны вспомнить об этом, если хотим счастливо, мирно и благополучно жить дальше!

Когда мы поймем и прочувствуем это единство всех и каждого в огромном организме под названием **человечество** – нам откроются скрытые ранее истины о том, в чем состоит высший смысл различных событий и отношений с разными людьми в нашей жизни. Мы поймем, почему временами эти отношения не ладятся и что нужно сделать, чтобы они ладились, как выйти из одиночества и найти близких людей, как найти свое заветное, сокровенное место среди людей и обрести благодаря этому высший смысл своей жизни, как перестать разрушать себя и других.

**А главное – как наладить духовные связи со всем человечеством, чтобы умножить и свои собственные силы, и силы человечества как вида, как объединиться в стремлении к Божественному свету и любви, чтобы вместе прийти к просветлению, к обновлению человечества и планеты Земля и построить всем вместе новый мир, который принято называть земным раем.**

Земной рай не строится поодиночке! Да, каждый из нас начинает с себя, но к конечному результату мы можем прийти только вместе.

Как научиться жить и действовать вместе?

Как стать единым целым с человечеством, оставаясь при этом самим собой, отдельной личностью?

Как обрести то, чего мы давно уже по праву заслуживаем – гармоничное, светлое, радостное, созидательное, позитивное бытие на обновленной Земле?

Читайте и слушайте Крайона. Он с любовью и заботой обо всех и о каждом из нас отвечает на самые главные вопросы и дает самые важные советы и наставления, помогающие нам на практике стать такими, какими видит нас Создатель.

## Глава 1

### Единство мира, единство человечества. Преодоление иллюзий разделенности

#### Вы – все человечество – знакомы друг с другом

Дорогие, вас приветствует Крайон! Вас приветствует семья – ведь мы с вами **одна семья**. И в глубине своей сути каждый из вас знает об этом. Мы знаем, что иногда вы, люди, страдаете от одиночества – но ваша Божественная суть не знает одиночества, и она всегда, беспрестанно ликует, потому что видит вокруг близких и родных существ, **семью**. Так что вам мешает соединиться с вашей Божественной сутью и перестать горевать, и начать радоваться?

Ах, мы знаем, что вам мешает, дорогие. Эта иллюзия завесы, которая разделяет нас. Мы, ваша семья, по одну сторону завесы, а вы, дорогие ангелы в человеческой оболочке – по другую... И она кажется вам плотной, эта завеса. Вы ничего не видите сквозь нее.

Но правда в том, что завеса уже поднята! А значит, ее не существует. Это сделали вы, дорогие – вы подняли завесу. Вы тяжело трудились, поднимали свои вибрации, чтобы выйти на высокие Божественные уровни и встретиться с нами. Вам удалось это – завесы в ее прежнем виде больше нет. То, что воспринимается для вас как завеса, на самом деле является иллюзией. Это обман вашего восприятия. Ваше зрение, осязание, ваш слух говорят вам: нет, этого не может быть, что ангелы ходят рядом с нами и мы можем их увидеть!

И как только вы согласились с тем, что этого не может быть – вы закрыли от себя истину, вы закрылись от реальности, в которой мы с вами рядом, дорогие. Мы видим вас, мы касаемся вас, и вы способны также увидеть нас и коснуться нас, если вы примете это как свою новую реальность.

Вы могущественны, дорогие, вы во всем могущественны. Вы сами определяете, что вам видеть, а чего не видеть, в каком мире вам жить. Если вы держитесь за иллюзию завесы – эта иллюзия будет держаться вашими же силами. Так отпустите ее, не тратьте силы на то, чего в реальности уже нет!

Оглянитесь по сторонам. Не кажется ли вам, что кругом знакомые лица, очень много знакомых лиц? Люди, которых вы раньше никогда не видели, люди, которых вы не знаете, все чаще кажутся вам смутно знакомыми. Вы припоминаете, что будто бы встречались раньше, хотя точно знаете, что этого не могло быть...

**Но на самом деле вы действительно встречались! Вы, все до единого, знакомы друг с другом! Вы, человечество, одна семья! И – что самое главное, и, может быть, самое для вас непостижимое – вы все любите друг друга!**

Если бы вы знали, с какой любовью, заботой, теплом и сочувствием вы обнимаете друг друга, прощаясь перед тем, как предпринять путешествие на Землю... Здесь, по нашу сторону завесы, вы даете друг другу обещание помогать и поддерживать друг друга. Вы верите и надеетесь, что там, на Земле, тоже будете узнавать и помнить друг друга. Но большинство из вас, оказавшись в материальном мире, забывают все, что предшествовало этому путешествию. Вы забываете друг друга! Лишь порой вам кажутся смутно знакомыми лица незнакомых вроде бы людей... Но чаще всего вы проходите мимо, даже не глядя друг на друга, как будто вы и правда незнакомы! О, дорогие, как забавно нам отсюда смотреть на это! Как забавно видеть, как вы притворяетесь незнакомыми и нелюбящими друг друга, тогда как на самом деле знали и любили друг друга всегда – и будете любить всегда!

## **Вы едины со всем миром, почувствуйте это!**

Вы, ангелы, притворяющиеся людьми, отдельными друг от друга, не связанными друг с другом... А знаете ли вы, что вы не только больше, чем люди – вы даже больше, чем ангелы? Знаете ли вы, кто вы для Бога? Вы – Его лучи, или искры, или прекрасные потоки света и любви. Каждый из вас – поток энергии любви и света Бога, и мы видим, как восхитительно выглядят ваши сияющие, переливающиеся цвета. Вам странно слышать это – ведь вы не видите этих потоков энергии, вы видите людей, в привычном облике, в плотной биологической оболочке. И все же, дорогие, это так: каждый из вас является не только личностью, не только телом, но и потоком энергии, вездесущим и всепроникающим, слитым воедино с Божественными энергиями и являющимся частью Бога.

Да, вы подобны в чем-то электронам в атоме, каждый из которых, как вы знаете, является и частицей, и волной одновременно. Вы, люди – тоже и частица, и волна одновременно. Вы можете просто сидеть на месте – там, где вы сейчас сидите, и одновременно быть волной, которая многократно обегает земной шар и путешествует по всей Вселенной, причем находясь во многих местах одновременно. Вам трудно это понять? Да, человеческий разум, ограниченный четырехмерностью времени-пространства многое не может постичь – но это так! И если вы не можете постичь это разумом, вы можете ощутить это своим сердцем и даже каждой клеткой своего тела.

В каждой клетке вашего тела, в молекуле ДНК, зашифрована ваша Божественность. О, ваши клетки знают, кто вы на самом деле. Они знают о вашей волновой природе. Они знают, что значит быть во многих местах одновременно! Обратитесь к своим клеткам, поговорите с ними. И они расскажут вам многое, очень многое о вас самих.

Вы понимаете, к чему я веду эту речь? Я хочу, чтобы вы почувствовали себя едиными со всем миром. Я хочу, чтобы вы почувствовали себя едиными со всем человечеством. Я хочу, чтобы вы избавились от иллюзии разделенности, от иллюзии своей отдельности. Я хочу, чтобы вы жили с сознанием единства – своего единства со всеми людьми и всем сущим.

Почему я хочу этого? Потому что я люблю вас, дорогие. Потому что мы с вами – одна семья. Потому что Божественная логика развития Вселенной ведет к достижению сознания единства всеми существами на планете Земля. Это восхождение всего сущего к Богу, это вознесение, дорогие. Это путь к гармонии, к счастью, к земному раю. Рано или поздно каждый человек встанет на этот путь – все, все вернутся к Богу, как и было задумано, задумано вами же самими. И гораздо лучше идти легкой, прямой дорогой, чем блуждать окольными путями, во тьме и страданиях. Разве вы не согласны с этим?

Вы можете продолжать упорствовать в своей отделенности от мира – это ваше право, и если ваш выбор таков, он тоже будет благословлен. Но зачем вам уходить от света и продлевать страдания – если свет уже так ярок, так близок и вы практически у цели?

Вы изначально едины с Богом, с миром и друг с другом. Такова ваша природа. Сейчас вы делаете не что иное, как вспоминаете эту свою изначальную природу, возвращаетесь к ней. Вернуть свое сознание единства – вот ваша задача. И тогда исчезнет тьма, исчезнут страдания из вашей жизни, воцарится свет и гармония на Земле и все человечество, став снова семьей, образует новую духовную общность, способную создать рай на планете Земля, которая давно заслуживает этого, давно с любовью и надеждой смотрит на вас, ожидая вашего окончательного пробуждения.

**Час для пробуждения настал.  
Вспомните!**

## **Упражнение 1. Возвысьте свое сознание до уровня божественного единства**



Мы чувствуем себя обособленными от окружающего мира и даже одинокими, когда пребываем на своем земном, материальном уровне сознания. Но стоит возвыситься сознанием на другие уровни бытия, вплоть до Божественного – как мир начинает восприниматься единым целым, а мы сами ощущаем себя его частью. Такие ощущения испытывал каждый человек, хоть, может быть, сам не осознавал этого. Поскольку мы изначально связаны с Богом, то в отдельные моменты жизни так или иначе ощущаем эту связь. Теперь мы можем попробовать сделать это вполне осознанно.

**1.** Устройтесь в удобной позе, закройте глаза, дышите медленно и размеренно. Сосредоточьтесь на дыхании, чтобы освободиться от посторонних мыслей. Вспомните какой-то момент вашей жизни, когда вы чувствовали себя оторвавшимся от суеты обыденных дел, словно воспарившим над реальностью и испытывавшим особое возвышенное состояние духа. Это могло быть, например, на морской прогулке, когда вы любовались бескрайним морским простором, или в горах, или еще где-то, где природный пейзаж произвел на вас особое впечатление, а может, даже наполнил душу восторгом.

**2.** Представьте себя снова там, в этом вдохновляющем и возвышающем вас месте. Представьте, что вы мысленно словно отступаете от себя – как будто делаете от самого себя шаг назад и центр восприятия перемещаете за спину, примерно на уровне затылка. Это поможет вам временно отстраниться от вашего материального аспекта и охватить сознанием другие пласты реальности.

**3.** Воспринимая окружающее из воображаемой точки за вашей спиной, представьте, что окружающий мир становится продолжением вас.

Сначала представьте, что окружающий мир является вашим энергетическим продолжением: это ваша аура или весь мир помещается в вашей ауре.

Затем представьте: что было бы, если бы мир был продолжением вашего тела? Если бы вам ничего не стоило протянуть руку – и коснуться отдаленной вершины горы, противоположного берега реки, облака и даже звезд? Представьте, что вы так и делаете – протягиваете руку и прикасаетесь к самым отдаленным объектам. В реальности протягивать руку не надо, сделайте это в воображении. Вы можете испытать удивительное ощущение: почувствовать, что отдаленные объекты не только близки, но что они словно стали продолжением вас, единым целым с вами.

**4.** Сделайте вдох, выдохните и представьте, что весь окружающий мир, как часть вас, дышит вместе с вами. Вы не просто вдыхаете воздух в легкие, а наполняете энергией все окружающее пространство. Вы не просто выдыхаете – а излучаете энергию, и все окружающее вас пространство тоже излучает энергию.

**5.** Представив, что окружающий мир – продолжение вашего тела, представьте также, что ваше тело увеличивается до размеров окружающего

мира, а теперь весь мир внутри вас. Вы почувствуете, что два этих ощущения тесно связаны и легко перетекают одно в другое: вы можете воспринимать мир как продолжение своего тела и свое тело как вместилище мира.

6. Снова почувствуйте свое тело как объект материального мира. Сделайте вдох, и почувствуйте, как энергия земли входит в ваше тело через стопы. Плотнее прижмите стопы к полу. Плотно сожмите и разожмите кулаки. Посильнее зажмурьтесь, затем откройте глаза.

7. При возможности выполните это упражнение в любом вдохновляющем вас природном месте, теперь уже не закрывая глаза. Это поможет получить вам реальный опыт слияния с окружающим миром.

## **Рядом с вами всегда те, кто отражает или дополняет вас**

Дорогие, мы знаем, как трудно вам бывает ощутить свое единство с другими людьми. Вам кажется, что вы слишком разные, что между вами нет ничего общего. Вы так часто враждуете, спорите, не соглашаетесь друг с другом, что предпочитаете разойтись по своим углам и не иметь друг с другом никакого дела. Так ведь, не правда ли? О, вы талантливо играете свои роли – те роли, которые вы выбирали сами перед путешествием на Землю. Вы договорились друг с другом сыграть этот спектакль – где вы будете враждовать, ссориться, спорить, не соглашаться...

### **Но это только роли, дорогие – это только игра!**

Не забывайте, что все происходящее на Земле является большой игрой, в которую вы играете по своей воле. Вы решили надеть на себя эти маски, чтобы проверить, сможете ли вы вспомнить, кто вы на самом деле, сможете ли разоблачить эту игру и увидеть, что это всего лишь игра. Многим из вас это удастся! Вы просыпаетесь ото сна и удивляетесь: почему я так себя веду? Почему другие так себя ведут? Почему мы ссоримся и враждуем? Разве это не нелепо?

Это в самом деле нелепо, дорогие – но не казните себя за это. Таковы условия игры – вами же придуманные условия. Каждый из вас, приходя на Землю, должен вволю побарахтаться в этих нелепостях, пребывая в иллюзии, что они имеют смысл. И подчас именно те, в чьей жизни абсурд достиг своего апогея, просыпаются первыми, чтобы открыть глаза и спросить себя: «Что я делаю? Зачем я это делаю? Какой во всем этом смысл?»

О, дорогие, если бы все человечество разом проснулось, если бы вы все разом вспомнили, что вы все – одна любящая семья, если бы вы все разом осознали, что ваша враждебность и разногласия суть иллюзии, что они не имеют никакого смысла – на Земле разом бы воцарился прекрасный мир, окончились бы все войны, прекратились беды и страдания...

Это будет, дорогие. Вы идете к этому. Просто вы – те первые ласточки, которые несут за собой весну новой жизни для всей Земли. Вам трудно, да. Но чем скорее вы проснетесь полностью и окончательно – тем легче будет идущим за вами, тем скорее вы все вместе придете к желанной цели, воцарению рая на Земле.

Итак, дорогие, я предлагаю вам оглянуться по сторонам и посмотреть на окружающих вас людей другими глазами. Вы можете думать: «Ну как я могу полюбить вот этого человека, который причиняет мне боль и создает проблемы в моей жизни?», «Ну как я могу считать себя единым целым вот с этими людьми, с которыми у меня ничего общего и которые мне глубоко неприятны?»

Дорогие, мы понимаем эти ваши вопросы. Иллюзия, в которой вы живете, все еще столь сильна, что не позволяет вам видеть истины. И разделяющие вас стены кажутся вам такими прочными, незыблемыми... Но на самом деле этих стен нет. Это лишь химеры материального

мира. И нам забавно видеть, как вы говорите: «Он мне неприятен» – о ком-то, кто на самом деле горячо и сильно любим вами, с кем вы обнимались как с братом перед путешествием на Землю. Но теперь вы забыли друг друга и даже можете ненавидеть друг друга, не понимая, что это игра, спектакль, что вы с этим человеком еще до воплощения договорились играть спектакль под названием «Ненависть друг к другу». Но спектакль окончится, и вы снова обниметесь как братья и посмеетесь над тем, как истово вы играли в эту ненависть, как искренне верили, что она происходит между вами на самом деле...

А знаете, почему вы договорились играть в игру под названием «ненависть»? Вы сделали это тоже из любви друг к другу – да-да, как бы странно это для вас ни звучало! Вы договорились играть в эту игру, вы договорились даже обострять ваши отношения до крайности, для того, чтобы помочь друг другу выйти из иллюзии, вспомнить себя, вспомнить то чувство Божественной любви, которое на самом деле связывает вас, и проявить его в земном, материальном мире.

**Тот, кто вспомнит Божественную любовь, будучи на Земле в человеческой оболочке, тот, кто этой любовью преодолеет, растворит в Божественном свете всю ненависть, тот, кто сможет обнять другого как брата, так же, как делал это здесь, по нашу сторону завесы – тот победил, тот выиграл эту игру, тот снова стал собой, искрой Бога, Его лучом, принесшим свет в самые глубины материальности.**

Несите свет, дорогие! Вспомните истину – вы все едины и все любите друг друга. Проявите эту Божественную истину в вашем земном мире, и вся Вселенная возликует, потому что для всех нас каждое такое событие означает праздник, означает победу света над тьмой, означает торжество Божественной любви.

Каждый раз, когда вы видите того, кто, может быть, вам неприятен, кого, как вам кажется, вы не любите и с кем рядом вам не хотелось бы находиться – вспомните, что этот человек оказался рядом с вами не случайно. Он пришел, чтобы помочь вам, даже если эта помощь выражается в неприятной для вас форме.

Конечно, вам неприятно, когда кто-то прямо или косвенно указывает вам на вашу проблему или больное место. Вам хочется держаться подальше от такого человека, подчас вы начинаете даже считать его врагом, ведь он причиняет вам боль. А знаете ли вы, что причиняет боль не он – причиняете боль вы себе сами, вернее, причиняет боль ваша реакция на этого человека.

Если вы считаете, что он вас обидел, что он плохой и нарочно делает вам плохо – то вам, конечно, будет больно и обидно, вы причините себе вред и не извлечете пользы из присутствия этого человека в вашей жизни. А вот если вы поблагодарите его за то, что он ради вашего же блага помогает вам увидеть то, что вам в вашей жизни нужно исправить – вы уйдете от этой боли, вы высвободите таким образом энергию, которая нужна вам для благоприятных перемен, и увидите суть ваших отношений, а суть – это всегда любовь, все остальное – лишь видимость, иллюзия.

Вы притягиваетесь друг к другу по принципу подобия. Вы это знаете? Рядом с каждым из вас появляются так или иначе дополняющие вас люди. Если у вас есть какая-то проблема, которую нужно решить, например, вы являетесь носителем каких-либо диссонансных энергий, которые следует растворить в Божественном свете – рядом с вами обязательно появится тот, кто либо послужит отражением, зеркалом ваших проблем, либо будет провоцировать вас на проявление этих проблем, либо так или иначе укажет вам на эту проблему.

И вашей глубочайшей ошибкой будет увидеть в этом человеке недруга! Он притянулся к вам по законам Вселенной и во имя гармонии Вселенной, в которой все дисгармоничные энергии должны быть уравновешены. Этот человек пришел к вам ради уравновешивания дисгармоничных энергий.



Я дам вам подсказку, как избежать боли и неприятия таких отношений. Всегда помните, что происходящее между вами является не борьбой и противостоянием людей – это борьба и противостояние **энергий**. Ваши энергии притянуты друг к другу, и тому есть причина. Не боритесь с человеком, чьи энергии вам почему-либо неприятны – не боритесь с ним как с личностью, ведь ваше взаимодействие происходит не на уровне личностей, а на уровне энергий! Ваша встреча – это встреча энергий дорогие. Если вы будете бороться как личности – вы лишь усилите противоборство ваших энергий, и сами же пострадаете от этого. Лучше подумайте, как вы можете уравновесить ваши энергии. Уравновесив энергии, вы уравновесите и отношения.

А самое главное – научитесь видеть друг в друге Божественную суть. Из-за иллюзии вашей разделенности с другими у вас возникают все проблемы: вам иногда больше нравится противопоставлять себя другим, особенно тем людям, с кем у вас разногласия, или чей образ жизни, мыслей и чувств для вас категорически неприемлем. Вам не хочется быть едиными со всеми, потому что вы видите лишь поверхностные проявления других людей. Тогда как в своей Божественной сути вы все едины и имеете общую природу – представляете собой искры, или лучи Бога. Даже если человек отказался от своей Божественности, он все равно остается Божественным по сути. Научитесь видеть Божественную суть каждого человека, даже если его внешние проявления кажутся вам далекими от Божественности. И тогда вы почувствуете, какое это счастье – быть единым целым с семьей, воспринимать себя как часть Божественного человечества.

## **Упражнение 2. Почувствуйте себя частью единого божественного человечества**



1. Найдите время, чтобы остаться наедине с собой. Займите любую удобную позу. Дышите ровно и размеренно, сосредоточьтесь на дыхании, чтобы расслабиться и отогнать посторонние мысли. Сосредоточьтесь на области сердца. Вы – в центре своего существа. Мысленно направьте внимание вглубь внутреннего пространства в области сердца, представляя, что вы выходите в другое измерение – измерение света и любви, и соединяетесь со своей Божественной сутью.

2. Представьте, что перед вами огромное пространство, заполненное людьми. Это самые разные люди, разного возраста, цвета кожи и национальностей, и мужчины, и женщины, и дети, и старики. Вы видите их глаза – и все они устремлены на вас, и во всех глазах вы видите любовь и надежду. Людей очень, очень много и становится все больше, и вы понимаете, что пришли на встречу со всем человечеством сразу.

3. Мысленно отправьте всем этим людям волну любви и тепла от своего сердца. Представьте, как эта волна мягким светом окутывает людей и на их лицах появляются улыбки. Представьте, что эта волна, охватив всех людей, возвращается к вам обратно многократно усиленной. Вы чувствуете, что и вас охватывают потоки любви, тепла и света, и вы тоже улыбаетесь всем людям, которых видите перед собой.

4. Мысленно скажите себе: «*Это МЫ*». Повторите эту фразу несколько раз, стараясь вдуматься и вчувствоваться в нее. Почувствуйте себя частью единого целого – человечества. Представьте, что вы связаны со всеми и с каждым. Представьте, что вы можете любому человеку на любом расстоянии

направить свои мысли и чувства, установить незримый контакт и этот человек откликнется, и вы сможете понять, о чем он думает и что чувствует сейчас.

5. Представьте, что вы обращаетесь к Божественной сути каждого из тех, кого видите перед собой. Мысленно скажите: *«Я люблю вас!»* – представляя, как от вашей Божественной сути, из глубины вашего сердца направляете это послание к Божественной сути каждого.

6. Почувствуйте отклик: как потоки Божественной любви возвращаются к вам многократно приумноженными. Представьте, как вас омывают эти теплые, мягкие потоки и вы купаетесь в них.

7. Теперь мысленно пожелайте всем людям как можно скорее направиться к свету и любви Бога. Скажите, обращаясь ко всем и каждому: *«Да будет свет в вашей жизни и в жизни нашей планеты»*. Повторите несколько раз.

8. Затем снова направьте внимание на область сердца. Вернитесь в вашу реальность, вспомните, где вы находитесь, почувствуйте свое тело. Открывайте глаза.

При любой возможности, оказавшись среди людей, вспоминайте это состояние общности, которое вы испытали, и повторяйте *«Это МЫ»*, а затем направляйте мысленно потоки любви и света от своего сердца всем, кого вы видите вокруг: не каждому в отдельности, а именно всем сразу, для чего только надо выразить соответствующее намерение: *«Направляю потоки любви и света Бога от своего сердца – к сердцам всех, присутствующих здесь»*.

\* \* \*

Воспринимая людей и себя самого как единое целое, вы восстанавливаете Божественные связи, которыми изначально связаны все люди. Заметьте, дорогие – это связь на другом уровне сознания, чем тот, которым вы пользуетесь в вашей человеческой жизни. Вас иногда пугает перспектива связи со всеми людьми, потому что вы опасаетесь чрезмерной зависимости и несвободы, но Божественные связи не создают зависимостей – они, напротив, освобождают.

Быть связанными со всеми людьми на Божественном уровне – это вовсе не означает все свое время и силы посвящать этим людям. Нет, вы должны посвящать время и силы прежде всего себе, потому что несете ответственность за себя и свою самореализацию перед Богом. Быть связанным со всем человечеством – это значит чувствовать себя единым с целым, даже если вы находитесь в одиночестве.

**Одиночества не существует, дорогие! Это – очередная иллюзия.  
Пришло время вам избавиться от нее.**

И мы всегда рядом с вами на этом пути!

*С любовью, Крайон*

## **Глава 2. Преодоление иллюзии одиночества**

### **Вы можете получить столько любви, сколько пожелаете!**

Дорогие, Крайон приветствует вас в этом пространстве, заполненном любовью. В этом пространстве, где вы не одиноки, где вы любимы и почитаемы.

Мы знаем, как часто вы чувствуете себя одинокими в вашем мире. Вы, первопроходцы, вы, те, кто несет свет, так часто остаетесь непонимаемыми и недооцененными! О, многие из вас получают насмешки в свой адрес, многие не понаслышке знают, что такое недоброжелательность, вражда и неприязнь со стороны тех, кто не разделяет ваших взглядов, ваших представлений о мире. Вам трудно, и вы одиноки среди людей, как все, кто опережает свое время. Вы – первые ласточки, дорогие, не забывайте об этом, вы посланцы новой Земли и провозвестники новой эры, и ваша миссия – просветительская. И не ваша вина, что не все хотят просвещения, не все готовы к нему.

Вы несете свет – а встречаете отторжение, злопыхательство и насмешки... И все же вы должны знать, что вы не одиноки. И все же вы должны быть уверены, что правда на вашей стороне. И как же вы любимы, дорогие – любимы еще и потому, что мужественно и самоотверженно взяли на себя роль первопроходцев, прекрасно зная, с какими трудностями это связано.

Помните, что мы всегда с вами и всегда готовы дать вам поддержку. Вам стоит только обратиться к нам, и мы дадим вам столько любви, сколько пожелаете – а вернее, даже гораздо больше, чем вы можете принять! Почувствуйте эту любовь, изливающуюся на вас прямо сейчас... Ах, дорогие, как вы нравитесь нам, с каким обожанием мы смотрим на вас, как сильно мы вас любим! И это правда, это то, что вы можете почувствовать и принять в свою жизнь.

### **Будьте снисходительны к тем, кто пока не идет к свету**

Знайте, что все люди рано или поздно придут к свету. Все пройдут тем путем, каким идете вы. Да, вашим последователям будет легче, чем вам, ведь вы уже проложили для них дорогу. Но если они будут упорствовать, если будут держаться за прошлые энергии страха, разделения и вражды – увы, им придется пройти через страдания на пути к свету. Хотя они могут избежать этого, если сами, осознанно, по своей воле пойдут по пути света. Но это вопрос только их собственного выбора. Никто не осудит их, если они выберут путь борьбы и страданий. В конечном итоге они все равно тоже придут к Богу – это предопределено.

Поэтому будьте снисходительны к ним – к тем, кто пока упорствует и изо всех сил держится за энергии тьмы, опасаясь их ухода. Будьте снисходительны – и не отвечайте неприязнью на их неприязнь, враждебностью на их враждебность. Помните, что в глубине своей они тоже Божественны, как и вы. И вы можете ничего не говорить им, не спорить с ними, не доказывать свою правоту – а просто из глубины своей Божественности, из своего Божественного центра направить свет, адресованный их Божественности. О, их глубинная суть поймет, примет свет и возрадуется, и в жизни такого человека станет больше света, и может быть, он легче найдет дорогу и выберется из тьмы благодаря вам...

Только задействуйте свою Божественную мудрость, чтобы разобраться, когда уместно, а когда неуместно нести людям ваши истины, когда говорить о них, а когда промолчать. Следуйте правилу: говорить только тогда, когда вас спрашивают.

**Не навязывайте людям свои истины, не пытайтесь обратить их в единомышленников, если они сами не пожелали этого.**

Божественная суть каждого человека готова принять свет – но сам человек как личность может быть не готов к этому, он может на вас разозлиться, если вы начнете его просвещать, когда он об этом не просит. Вам ли не знать этого – вы ведь уже делали так и обожглись и, может, не раз? Помните, что Бог не требует от вас таких жертв. Вы не обязаны подвергать себя поруганию и насмешкам. Вы имеете право охранять мир в своей душе от людей, которые способны его нарушить.

Вы можете сказать: «Крайон, ну ты же противоречишь сам себе. Ты говоришь, что мы должны быть с людьми, должны стать единым целым с ними – и вместе с тем советуешь не разговаривать с теми, кто не готов слушать, уходить от общения... Так где же истина?»

Дорогие, сейчас вы поймете, что никакого противоречия здесь нет. Вы живете в мире двойственности, в мире, сотканном из противоречий – поэтому на уровне вашего материального мира вы воспринимаете это как противоречие. А я предлагаю вам подняться выше, на уровень Божественности, где все противоречия разрешаются. Я предлагаю вам увидеть во всех людях Божественность и быть единым с их Божественностью, а не с их человеческой сущью.

**Помните, что на уровне Божественности каждый человек совершенен, независимо от того, что он собой представляет и как себя ведет как человек.**

На Божественном уровне у каждого решены все проблемы и получены ответы на все вопросы. Просто человек, не развившийся пока до Божественного уровня, еще не получил доступ к своему совершенству, к разрешению своих проблем и к высшим истинам. Он даже не знает, что может вырасти до Божественного уровня! Но вы знаете об этом. И можете наладить связь с его Божественностью. И вы заметите, как разрешатся проблемы в ваших взаимоотношениях! Потому что, обратившись к Божественному уровню человека, вы просто выйдете за пределы этих проблем и начнете взаимодействовать качественно иначе.

Вы понимаете, дорогие? Вы чувствуете себя одинокими среди людей лишь тогда, когда взаимодействуете с ними на уровнях трехмерного мира. Там вы разрознены и непонимаемы. Но на Божественных уровнях вы все едины и любимы! Божественная суть каждого человека знает это. И если вы обратитесь к Божественной сути даже самого враждебно настроенного к вам человека, его враждебность пропадет, причем он сам даже не поймет, как и почему это произошло.

И тогда, если он захочет узнать больше о том, что произошло с ним, если у него появятся вопросы и он задаст их вам – вот тогда ответьте ему так, как сочтете уместным. Но если видите, что человек не готов воспринять ваши истины – уместнее будет промолчать, чтобы не подвергать себя неприятностям. Вы видите, что здесь нет противоречия?

**Любить вы можете всех и каждого – направляя любовь к Божественной сути других людей. Чувствовать единство на Божественном уровне вы можете со всеми и с каждым. Но любить и чувствовать единство – это не обязательно означает раскрывать душу и говорить о том, что вам дорого, с людьми, которые еще не готовы к этому.**

## **Быть единым с другими – не значит брать на себя их проблемы**

Вы можете, даже находясь в полном уединении, почувствовать свое единство с другими людьми, знакомыми и незнакомыми, теми, кто близко и кто далеко от вас. И ваше уединение в тот же миг перестанет быть одиночеством! Одиночество уйдет из вашей жизни навсегда. Даже если вы окажетесь в пустыне, где на много миль вокруг не будет ни единого живого человека – вы не будете одиноки. Само понятие одиночества перестанет существовать для вас.

Наладьте связи от сердца к сердцу, от своего Божественного центра к Божественному центру других людей – и вы почувствуете удивительное ощущение любви, связывающей всех людей друг с другом. Даже тот, кто проявляет вражду к вам, в своей Божественной сути любит вас. Вы увидите, что вражда – это лишь внешнее проявление, и оно ничего не значит, потому что Божественная суть этого человека ликует при виде вас, радуется и направляет вам в свою очередь свои потоки любви. Это в ваших силах – превратить каждую встречу в вашей жизни в возможность обмениваться потоками любви и купаться в этих потоках, наслаждаясь их светом и теплом.

Поймите, быть единым с другими и наладить с ними незримую связь – это вовсе не значит брать на себя проблемы и заботы других, или постоянно находиться в диалоге с ними, или думать о них. Нет, так вы опять установите связи лишь на трехмерном уровне, на уровне личностей. А вам ли не знать, как подчас могут изнурять такие связи, если при этом вы отдаете другим людям свои силы.

Многие из вас, даже находясь в уединении, постоянно продолжают мысленно разговаривать с кем-то, переживать о нем, тревожиться о том, как он относится к вам. Это и есть человеческие, подчас изматывающие связи.

**Не забывайте ставить себя на первое место в своей жизни – предоставляя другим быть на первом месте в своих жизнях.**

Так вы обретете необходимую автономность и дадите другим право на необходимую автономность. Так вы не будете забирать чужие силы и не станете отдавать другим свои силы. Связи на Божественном уровне не изнуряют – напротив, они питают, потому что вы при этом черпаете силы из Божественного источника, а не забираете их друг от друга.

Вы спрашиваете – как это сделать? Выйдите на Божественный уровень и обратитесь к Божественному уровню другого. Это просто! Здесь нет никакой специальной технологии. Не спрашивайте «как?» Просто делайте. И, делая, поймете – как.

Оставайтесь в собственном центре, оставайтесь автономным, выходите на Божественный уровень и открывайтесь контактам. Вы поймете, что можно быть с другими, не теряя автономности, вы поймете, что можно быть в контакте со всем миром, не входя в зависимость ни от кого и ни от чего и оставаясь собой.

**Поймите, Дух не хочет, чтобы вы посвящали жизнь другим! Вы должны посвятить жизнь прежде всего себе. И при этом вы не должны оставаться в вакууме. Вы можете и должны быть собой, отдельным и самым главным для самого себя существом на свете – и при этом быть частью единого целого, никогда не оставаясь в одиночестве.**

Вам всем нужно уединение – не постоянно, но время от времени оно необходимо. Но уединение и одиночество – далеко не одно и то же. Быть в уединении – но не в одиночестве, в этом секрет душевной гармонии, дороге.

## **Упражнение 1. Как перестать чувствовать себя одиноким**



Это упражнение предлагает не технологию, а лишь пример того, как вы можете перестать ощущать себя одиноким, даже находясь в уединении.

1. Найдите время и место, чтобы вам никто не помешал. Дышите глубоко и размеренно, сосредоточьтесь на дыхании, чтобы отогнать навязчивые мысли.

2. Вспомните всех людей, с которыми вы недавно общались.

– Не возвращаетесь ли вы мыслями к кому-то из них вновь и вновь?

– Может, с кем-то из них у вас связано ощущение беспокойства, тревоги?

– Может быть, вы переживаете или испытываете негативные эмоции, связанные с кем-то из этих людей?

– Или вы постоянно ведете воображаемый диалог с кем-то, думая о том, что скажете ему при встрече или что надо было бы ему сказать во время уже прошедшей встречи?

3. Сосредоточьтесь на области сердца. Представьте, что соединяетесь со своим Божественным центром. Ваше внимание, которое рассеивалось по сторонам, будучи обращенным на других людей, вновь собирается в центре, концентрируется внутри вас. Представьте, что вы окружены ангелами – это представители вашей Божественной семьи. Они – ближе, чем родные и близкие люди, потому что каждый из них словно часть вас самих. Вы – часть этой ангельской семьи, равноправный ее представитель. Здесь вас очень хорошо знают, понимают вас даже без слов. Здесь вас по-настоящему любят и по-настоящему о вас заботятся. Здесь вы можете ничего не бояться, ни о чем не беспокоиться. Представьте, что видите теплые, любящие, понимающие глаза, направленные на вас, видите сочувствующие взгляды и одобрительные улыбки. Скажите вслух или про себя: *«Я с вами и только с вами сейчас, дорогая моя Божественная семья. Здесь нет больше никого – только мы с вами. Помогите мне оборвать ненужные болезненные связи с другими людьми. Помогите остаться только с Богом, с моей Божественной семьей и с самим собой».*

4. Почувствуйте, как уходит напряжение и беспокойство, как умиротворение и покой воцаряются в вашей душе, и вы чувствуете, словно уходит вся тяжесть с ваших плеч и в ваше сердце входит любовь и тепло. Вы чувствуете радость свободы, какой не знали раньше – свободы от напрягающих изматывающих связей. Даже находясь в уединении, вы не всегда могли освободиться от них. Сделайте это теперь при помощи вашей ангельской семьи.

5. Когда вы почувствуете эту свободу и самодостаточность, когда обретете ощущение покоя, комфорта и безопасности, вы ощутите, как восстанавливаются ваши силы. К вам возвращается энергия, потраченная на изнуряющие связи. Теперь, когда вы предоставили другим людям самим себе, вы можете наконец в полной мере ощутить свою свободную, сильную, Божественную сущность.

6. Когда вам это удастся и вы будете чувствовать себя достаточно сильным и уверенным – представьте, что вдали, за кругом окружающих вас ангелов, вы чувствуете присутствие других людей. Это безопасное для вас присутствие, эти люди не могут отобрать вашу силу, потому что вы защищены вашей семьей – кругом ангелов.

Вы не видите этих людей и даже не смотрите в их сторону, но пытаетесь словно вчувствоваться, вслушиваться в пространство. Будьте при этом сосредоточены на своем сердце, на своем Божественном центре. Тогда вы будете воспринимать присутствие людей именно из Божественного центра – а значит, почувствуете присутствие их Божественной сути, а не людей как личности в их человеческом проявлении.

Выразите намерение направить этим людям любовь и свет из вашей Божественной сути. Не надо прилагать усилия, не надо представлять, как вы шлете потоки энергии – просто выразите намерение и проследите, как эти потоки текут к другим людям словно сами собой, без вашего ведома. Так и есть – на Божественных уровнях вам не надо стараться ничего делать, достаточно выразить намерение, чтобы действие осуществилось, и вам останется только за ним пронаблюдать.

7. По-прежнему продолжайте вчувствоваться в это пространство, и вы ощутите, как в нем то тут, то там возникают яркие вспышки и оттуда уже к вам направляются лучи света, тепла и любви. Таков отклик других людей на ваше тепло. Они почувствовали его и направили вам ответ, и совершенно не важно, где находятся эти люди в своем физическом теле, далеко или близко, и совершенно не важно, почувствовал ли кто-то из них, что происходит – важно, что почувствовала и ответила их Божественная суть.

8. Теперь выразите намерение направить свет и любовь поочередно каждому из тех, с кем вы чувствовали изнуряющую, напряженную связь. Сделайте это также от своего Божественного центра – Божественному центру каждого из них поочередно. Почувствуйте, как от них к вам тоже идет любовь и тепло. Ваши отношения в реальности после этого нормализуются и будут отмечены большей гармонией.

Сейчас вы поняли и почувствовали, что все расстояния, все различия и преграды между людьми – это химера. Как бы далеко вы ни были от других в своем физическом теле, на самом деле все люди всегда вместе, всегда рядом. Вы можете в любой момент наладить мысленный контакт не только с ангелами, со своей Божественной семьей, но и со всеми людьми мира, со всем человечеством, и таким образом навсегда расстаться с чувством одиночества.

## **Ваши единомышленники рядом!**

Дорогие, я слышу, как вы говорите: «Но, Крайон, мне мало чувствовать любовь других людей на расстоянии. Мне мало ощущать свое единство с человечеством, сидя в уединении. Я хочу найти единомышленников, близких людей, с которыми я могу общаться не только на Божественном, но и на обычном человеческом уровне. Неужели это невозможно? Неужели я обречен сидеть один и только мысленно налаживать связи с себе подобными?»

Как мне нравятся такие ваши вопросы! Вы и не подозреваете, что это в ваших силах – разрешить подобные проблемы мгновенно и навсегда. Те, кто мог бы стать вашими близкими, тоже ходят и повсюду ищут вас. И что же мешает вам встретиться? Лишь ваша собственная убежденность, что найти близких людей – трудно. А еще ваш прошлый опыт, когда вы слишком часто встречались с враждебностью и непониманием, так что уже решили, будто близких вам людей и нет на планете.

**Но они есть, дорогие! И они ближе чем вы думаете. Они – на расстоянии одного намерения от вас. Вам нужно только снять все собственные ограничения, препятствующие вхождению близких людей в вашу жизнь, и выразить намерение привлечь их к себе.**

Да, я знаю, что это непросто для многих из вас – непросто поверить, что вы можете испытать любовь близких, и не только на Божественном, но и на человеческом уровне. Вам непросто это еще и потому, что у многих из вас от прошлых воплощений осталось убеждение, что идти к Богу могут только отшельники, одиночки, что посвятившим себя Богу требуется отказаться от семьи и близких человеческих связей. Но эти представления давно устарели,

дорогие. Бог не требует от вас жертв. Бог вовсе не хочет, чтобы вы уходили от людей во имя служения Ему. Многие из вас в прошлых жизнях приносили клятвы безбрачия, одиночества, отшельничества – но сейчас эти клятвы лишь ограничивают вас в вашем развитии. Вам надо освободить себя от них.

Сделайте так. Обратитесь к Богу.

*Дорогой Бог, помоги мне освободиться от старых обещаний и клятв, которые сдерживают мое развитие и не дают мне в полной мере осуществить свою Божественность.*

*Я изъявляю твердое и непреклонное намерение с этого момента стать свободным от обетов одиночества, отшельничества, безбрачия.*

*Я изъявляю твердое непреклонное намерение с этого момента стать свободным от клятв, которые я дал Богу, желая посвятить Ему свою жизнь, если эти клятвы мешают мне вступать в гармоничные отношения с людьми.*

*С этого момента эти обеты и эти клятвы не имеют надо мной силы.*

*Да будет так.*

Дорогие, времена изменились, и теперь вы можете посвятить свою жизнь Богу, не отказываясь при этом от нормальных взаимоотношений с окружающими. Вы можете идти к единству с Богом и высоко нести свою Божественность, при этом не удаляясь от людей.

**Это другое время – время других энергий, когда вы можете гармонично сочетать в себе человеческое и Божественное начало.**

Знайте: Бог никогда не требовал от вас никаких клятв, никаких ограничивающих вас обетов, никаких жертв. Просто прежде человечество существовало при других энергиях, когда завеса была слишком плотной, а тяжесть материального мира слишком придавливающей.

Многих из вас сковывали связи с другими людьми, приземляли и втягивали в материальность, не давая подняться к Божественности. Поэтому многие из вас сами, добровольно выбирали отказ от человеческого общества, чтобы идти к Богу.

Вы сами, добровольно давали эти клятвы – но теперь Бог хочет, чтобы вы освободили себя от этих клятв. Сейчас, когда завеса поднята, когда тьма отступила, когда на Земле так много света, вам не нужно больше прилагать таких безмерных усилий, чтобы уйти от гнета материальности и прийти к Богу.

Вы можете жить жизнью обычного человека, делать все то, чего требует от вас материальный мир, и при этом быть Божественным.

В прежние времена это было почти невозможно – теперь это доступно каждому. И это тоже сделали вы, дорогие. Вы прорвались сквозь тьму материальности и обеспечили доступ Божественного света в ваш мир, вы сделали легким и простым путь к Богу для многих и многих.

Выходите же из своего одиночества и ничего не бойтесь. Избавляйтесь от ненужных более клятв и обещаний – и вы увидите, что у вас есть единомышленники, причем их гораздо больше, чем вы думали. Это люди, с которыми вы можете сотрудничать, это люди, с которыми вы можете строить отношения разного уровня. Они рядом с вами, и они ждут вас. Найдите их и идите к ним – это очень легко, это гораздо легче, чем вы думаете.

## **Упражнение 2. Призыв к единомышленникам**





**1.** Оставайтесь наедине с собой, устройтесь в удобной позе, дышите ровно и размеренно, сосредоточьтесь на дыхании, чтобы расслабиться и отогнать посторонние мысли. Сосредоточьтесь на своем сердце, соединитесь с Божественным центром, представьте, что вы остались наедине с любящей вас Божественной семьей и все болезненные связи с другими людьми обрываются, возвращая вам свободу и силу.

**2.** Представьте, что вы окружены Божественной семьей, ангелами, а на некотором отдалении ощущаете присутствие людей в их Божественной сути.

– Выразите намерение направить свет и любовь этим людям так, чтобы потоки его дошли до единомышленников, людей, придерживающихся сходных с вами убеждений, близких вам по духу, способных понять, принять и полюбить вас таким как есть, и которых вы тоже можете понять, принять и полюбить такими, как есть.

– Почувствуйте, как вокруг вас загораются огни в темноте – это ваши единомышленники почувствовали и приняли ваш призыв к ним. Почувствуйте, как они направляют вам потоки любви и света в ответ. Примите эти потоки в свое сердце.

**3.** Мысленно или вслух скажите:

*«Я призываю единомышленников и близких мне по духу людей в свою жизнь. Я выражаю твердое непреклонное намерение встретиться с ними не только на Божественном, но и на человеческом, на материальном уровне».*

**4.** Ваши единомышленники услышат ваш призыв, и это будет означать, что ваша встреча на Божественных уровнях состоялась. Теперь вам надо лишь ждать, когда она состоится и в физической реальности.

Не торопите события, ни о чем не тревожьтесь – но будьте внимательны к новым людям, входящим в вашу жизнь, а также ко всем встречам, даже мимолетным.

Слушайте свое сердце – оно подскажет, где те, кого вы ждете.

И еще будьте внимательны к событиям и обстоятельствам этих встреч: нужные вам люди войдут в вашу жизнь просто, легко и естественно, вам не нужно будет для этого ни пытаться открывать закрытые двери, ни преодолевать какие-либо препятствия. Если вам приходится прилагать усилия, чтобы наладить контакт с каким-то человеком, а этот человек все равно уходит от контакта, или что-то не ладится в отношениях с ним – знайте: это не тот, кого вы ждете, вам надо просто оставить его в покое, отойти в сторону и спокойно ждать, когда нужная вам дверь откроется сама собой и за этой дверью вы найдете того, кто нужен вам, и кому нужны вы.

\* \* \*

Дорогие, вы не одиноки и никогда не были и не будете одиноки. Мы видим вас всех вместе и каждого по отдельности. Мы видим, как вы все любите друг друга и как вы близки друг другу. Мы видим, что вы все произошли из одного источника, вы все Божественны, хоть и не все помнят и в полной мере осознают свою Божественность. Нет преград между вами, дорогие – кроме тех, которые вы создаете сами своими иллюзорными представлениями о вражде, одиночестве и разделенности людей. В вашей жизни будет столько любви, взаимопонимания и поддержки, сколько вам нужно, и даже больше. В вашей жизни будет столько близких и любимых вам людей, сколько вам нужно. Выразите намерение и сотворите вместе с Богом такие отношения, какие хотите. Ничего невозможного нет. Действуйте смело, идите вперед.

И мы всегда рядом с вами на этом пути.

*С любовью, Крайон*

## **Глава 3**

### **Как оставаться божественным, находясь среди людей**

#### **Несите свет – но не пытайтесь влиять на других**

Я приветствую вас, дорогие, с любовью и радостью от того, что вы слушаете или читаете эти слова. Вас, слушающих и читающих, с каждым днем становится все больше, и знаете почему? Потому что Божественный свет на Землю прибывает стремительно. А это значит, открывается правда – она открывается для все большего числа людей ежедневно. Больше невозможно скрывать истину. Это касается всех областей вашей жизни. Любая ложь, любая неправда, любое искажение истины скоро будет невозможно. А главное – люди получают доступ к истине о своей собственной природе.

#### **Вы Божественны – вот истина.**

Но если она услышана лишь от других, если она при этом не пропущена через собственное сердце, в нее бывает трудно поверить. Вот почему, дорогие, над вами, носителями истины, часто смеются, вот почему вам часто не верят. Но этому придет конец. Потому что все больше людей открывают эту истину внутри себя. А когда человек сам прозрел и ему открылась истина непосредственно из Божественного источника, а не от других людей – он уже не может сомневаться в этой истине. Она становится для него абсолютной.

Да, таких людей, для которых открылась истина, становится все больше – но все же вам в вашей повседневной жизни чаще всего приходится иметь дело с другими людьми, пока еще не обретшими эту истину. И вы задаете вопрос: можно ли открывать другим свою Божественность или, может, от некоторых людей надо скрывать свой свет?

На эту тему я хочу поговорить сегодня с вами, ведь она волнует многих из вас! И снова я хочу повторить то, что уже не раз говорил вам: нести свой свет и просвещать других – это две разные задачи! То, к чему я хочу вас призвать – не скрывайте свой свет! Несите его открыто, радостно и ничего не бойтесь! Вам не причинят вреда даже самые злостные недоброжелатели, если вы будете излучать свет.

**Ведь там, где свет, там просто не может быть тьмы. Своим светом вы развеете тьму, развеете любое зло, которое осмелится быть направленным в вашу сторону.**

Попробуйте как можно лучше понять это: **нести свет – это не то же самое, что просветительствовать и тем более проповедничать.**

Вам не нужно рассказывать другим о том, что вы сами знаете. Тем более вам не нужно пытаться обратить их в «свою веру». Не забывайте: все, что говорит вам Крайон – это не религия, это не новое учение. Это свет, тепло и любовь из вашего Божественного дома. Это то, что может понять и почувствовать каждый человек даже без слов.

Если вас о чем-то спросят – ответьте так, как понимаете, но не пытайтесь навязывать свое понимание. Не пытайтесь повлиять на человека и превратить его в своего единомышленника.

**Если вы Божественны, то во всем подобны Богу.**

**Заметьте: Бог не пытается влиять ни на кого.**

**Бог не пытается никого ни в чем убеждать, а тем более переубеждать.**

**Бог открывает истину тому, кто ее просит.**

**Бог не навязывает истину тому, кому она не нужна.**

## Не позволяйте другим гасить ваш божественный свет

Несите свет и не пытайтесь влиять – и вы будете подобны Богу. Но не позволяйте и другим влиять на себя – а главное, **не позволяйте им гасить ваш Божественный свет**. Оставайтесь спокойны и неуязвимы, что бы ни происходило, будьте уверены в Божественной поддержке, которая всегда с вами, будьте уверены в негасимости своего света – и он не погаснет ни при каких обстоятельствах, и никто из людей будет не в силах повлиять на вас и ваш свет.

Вы говорите: «Но, Крайон, легко сказать – будьте спокойны и неуязвимы. Теоретически я понимаю, что это правильно, – но на практике мне это далеко не всегда удается. Как быть?»

Дорогие, не думайте, что Дух не знает, в каких обстоятельствах вы живете. Дух прекрасно понимает, как вам трудно и какие усилия вам приходится преодолевать, чтобы не согнуться под давлением окружающей среды в материальном мире. Потому вся Вселенная и смотрит на вас с любовью и обожанием, почитая вас как настоящих героев – ведь всем нам известно, как вам трудно. Но вы, несмотря на трудности, не сдаётесь, вы продолжаете свой путь, вы непреклонны в своем стремлении нести свет. Продолжайте и дальше, не сдавайтесь! Помните, что мы всегда рядом. И когда вы получаете непонимание и не получаете поддержки от людей – понимание и поддержку всегда дает вам ваша Божественная семья.

А еще я хочу сказать вам такую важную вещь: **спокойствие и неуязвимость – это вовсе не бесчувственность и не безразличие**. Да, дорогие, это разные вещи – не путайте их. Некоторые из вас пытаются обрести броней, чтобы их не задевали чужие недоброжелательные мнения, а также – чтобы не втягиваться во всевозможные людские драмы. Кстати, вы замечаете, что как только пытаетесь обзавестись такой броней – так сразу набираете лишний вес? Так воздействует на ваш организм эта тяжелая и плотная энергия, которой вы окружаете себя, строя защиту от внешнего мира.

Дорогие, такая защита все равно не поможет, если вы продолжите реагировать на события внешнего мира так же, как реагировали прежде. Ваша реакция может сломать вашу защиту изнутри. Да, ваша броня более уязвима изнутри, чем снаружи. Ваш энергетический щит может отразить энергии направленных на вас обидных, оскорбительных или недоброжелательных слов. Но если вы при этомотреагируете на ментальный и эмоциональный смысл этих слов, то ваша энергетическая защита разлетится, будто хрупкое стекло.

Энергетическая защита не срабатывает в большинстве случаев, дорогие – потому что вы реагируете на окружающее вас пространство не только на энергетическом уровне, но и на более глубоких уровнях вашего существа. И только Божественный уровень, когда ваше сознание достигает его, делает вас неуязвимыми – Божественный уровень не подвержен влияниям материального мира, так как они для него не более чем иллюзия, нечто не существующее на самом деле.

Да, вам бывает трудно постоянно пребывать в Божественности, потому что материальный мир представляется вам очень реальным, вы невольно втягиваетесь в его события и позволяете ему перетягивать вашу энергию на свою сторону. Какой совет я могу дать вам, дорогие? Только один: тренироваться. Вы знаете, что такое тренировать мышцы – но ваш Дух тоже требует тренировки. И тогда то, что не получалось сначала, с каждым разом дается все легче и легче и наконец уже не представляет особых трудностей.

Даже если у вас бывают хотя бы короткие моменты пребывания в Божественности – а они бывают у всех, кто читает или слушает сейчас эти слова, и у многих из вас они вовсе не так уж коротки! – то вы знаете, какое наслаждение они вам несут. Потому что это состояние неуязвимости перед любой тьмой. Потому что это состояние, когда вы можете радоваться жизни во всех ее проявлениях, наблюдая происходящее вокруг вас не как человек, но как Дух.

Для Духа, путешествующего по Земле, все представляет радость и интерес и ничто не представляет опасности или вреда. Помните об этом, вырабатывайте, тренируйте это состояние – и тогда ваши короткие моменты пребывания в Божественном будут становиться все продолжительнее и наконец превратятся в ваше обычное, постоянное состояние.

## **Упражнение 1. Пребывание в божественности – лучшая защита**



**1.** Сядьте в удобную позу, закройте глаза, дышите глубоко и размеренно, чтобы расслабиться и отогнать посторонние мысли. Сосредоточьте внимание на области сердца и соединитесь со своим Божественным центром.

**2.** Мысленно обратитесь к Создателю с просьбой поместить вас в поток Божественного сияния. Представьте, что вы внутри потока, который струится сверху, из бесконечности, и уходит глубоко в землю. Это переливающийся, сияющий белый свет. Теперь мысленно обратитесь к клеткам своего организма с просьбой принять этот Божественный свет и с его помощью активировать свою собственную Божественную природу. Представьте, что вы наблюдаете, как свет проникает в клетки и они вспыхивают белым сияющим светом. Теперь вы охвачены светом и снаружи, и внутри. Вы соединили свою человеческую и Божественную природу.

**3.** В ваших глазах тоже горит Божественный свет. Представьте, что ваша Божественная природа смотрит на мир вашими глазами. Мысленно направьте этот свет вашим близким, вашим друзьям, знакомым, а затем тому, кого вы считаете недругом или недоброжелателем. Вы заметите, что и ему можете пожелать добра и что его отношение к вам больше никак на вас не влияет. Вы видите в нем такое же Божественное существо, как и вы сами, а значит, больше не судите за его поведение, даже если оно далеко от совершенства или с вашей точки зрения противоречит Божественным законам.

Научитесь сохранять это состояние сначала наедине с собой, а затем вы сможете сохранять его и в общении с другими людьми и, как следствие, быть неуязвимым.

## **Как помогать другим, не нарушая их свободной воли и не втягиваясь в их драмы**

Дорогие, вспоминайте о своей Божественности каждый раз, когда чувствуете, что вас снова затягивают старые энергии – те, которые заставляют вас переживать, волноваться, беспокоиться о материальных проблемах, те, которые создают в вашей жизни драмы, сопряженные со страданиями. Вам, людям, нравится переживать и драматизировать, ведь вам кажется, что драмы и страдания придают остроту и насыщенность вашей жизни.

Но так было при старых энергиях планеты Земля. Сейчас, когда на Землю интенсивно приходят новые энергии, ваши драмы и страдания потеряли всякий смысл. Они лишь изнуряют вас, негативно сказываясь на вашем здоровье и мешая вам продвигаться вперед по пути света. Избавляйтесь от иллюзий!

**Ваши драмы иллюзорны, хоть, может, вам трудно бывает поверить в это. Вы настолько могущественны, что одним намерением можете избавиться от драм и сотворить в вашей жизни все, что**

**вам необходимо. Избавьтесь от драм и не позволяйте другим людям втягивать вас в свои драмы.**

Я не говорю о том, что вы не должны сопереживать. Сопереживание – важнейшее человеческое качество, и мир движется к любви и свету во многом именно благодаря вашему прекрасному свойству – сопереживать. Но сопереживайте не драмам, не страданиям, происходящим от иллюзорных драм – сопереживайте человеку как Божественному существу, не знающему своей Божественности. Направьте ему любовь и свет Бога, чтобы его путь стал светлее и он получил шанс проснуться, увидеть бессмысленность своих драм и обрести свою истинную суть.

Но оставьте ему свободу выбора.

**Помните, что вы не можете вмешиваться в жизнь другого человека, если на то нет его воли. Направьте ему свет, чтобы ему легче было увидеть дорогу. Не навязывайте свою истину и не давайте советов, если он не спрашивает их.**

Вот вам еще одна подсказка, как сохранять свою Божественность и неуязвимость даже в окружении людей, являющихся носителями старой энергии: вспомните, что каждый вправе делать с энергией то, что он хочет. Это – эксперимент. Поэтому, если даже вы видите, что человек делает с вашей точки зрения что-то неправильное – скажите себе: это – эксперимент. Он, этот человек, вправе делать то, что он делает. Он вправе испытывать энергию так, как он считает нужным. Он вправе получить естественные последствия своего эксперимента. Он вправе убедиться на своем опыте в том, какие это будут последствия.

Понимаете? Если человек не спрашивает вас, каковы будут последствия его действий, если он не просит, чтобы вы научили его, как действовать иначе – не говорите ему ничего. Это его выбор – делать то, что он делает, и получить последствия. Если даже вы видите, что последствия будут нежелательны для него – вы все равно не сможете изменить его поведение, пока он сам этого не захочет. А он этого не захочет, пока в его жизни не появится достаточно света, чтобы он мог сам увидеть возможные негативные последствия и, возможно, изменить свои действия, чтобы избежать этих последствий.

Дорогие, вы видите, в чем тут дело и как это работает. Если вы просто говорите человеку: «Не делай этого, иначе последствия вернутся к тебе и они будут нежелательны», – этим вы не добавляете света в жизнь этого человека. Вы не помогаете ему проснуться и увидеть истину о том, что он делает и что его ждет. Значит, этот человек может вас не понять и не поверить вам. Он может остаться равнодушным. Он может даже посмеяться над вами. Он может проявить враждебность и прогнать вас. Ваши слова и ваша энергия окажутся потраченными зря.

Но если вы ничего не говорите, а направляете этому человеку свет вашей Божественности... О, вот тут могут начать происходить чудеса. Человек может не понять, откуда пришел свет – но внезапно в его восприятии что-то изменится. Он может задать себе вопрос: «Что я делаю? Хорошо ли это? И каковы будут последствия?»

Это сделал ваш свет! Он помог этому человеку приоткрыть завесу, скрывающую истину. Он помог ему увидеть, что в его поведении что-то не так, что-то не способствует его же собственному благу.

О, дорогие, когда такое происходит, вся Вселенная аплодирует вам! Вы не сказали ни слова, вы, казалось бы, не сделали ничего – но при этом вы сделали максимум возможного: осветили дорогу тому, кто блуждал во тьме, после чего его жизнь может измениться кардинальным образом. После чего он может пойти по пути просветления. После чего он может сам подойти к вам и спросить: «Скажи, как удастся быть таким, как ты? На тебя, кажется не действуют никакие невзгоды и проблемы, и все, что мучает людей, тебя обходит стороной? Скажи – как? Я тоже хочу, чтобы вокруг меня был свет и не было тьмы».

Вот тогда вы скажете ему то, что знаете – так, как сочтете нужным, так, как это будет уместно. Вот тогда вы не подвергнете себя риску насмешек и неприятия, вот тогда вы не нарушите свободную волю другого человека. Просто обратитесь к своему Божественному центру с просьбой подсказать вам нужные слова, чтобы объяснить этому человеку то, что он способен воспринять, и так, как он способен воспринять – так, как это будет наилучшим образом и для него, и для вас. Не учите его, не призывайте следовать за вами – все это неуместно. Просто расскажите то, что знаете, и позвольте ему идти своим путем. Это и будет самый совершенный способ передачи знания, способ обучения, приемлемый для эпохи новых энергий.

**В старой энергии были учителя и ученики, были авторитеты и те, кто им следует. Теперь нет такого – теперь каждый может быть учеником каждого и каждый может быть учителем каждого. И у каждого при этом свой отдельный путь, никто не должен следовать ни за кем. Вы должны следовать лишь за самим собой.**

### **Поставьте самого себя в центр вашей жизни – и вы вернете свою силу**

Да, вы не ослышались: следуйте за самим собой и рассказывайте о том, что знаете, тем, кто спросит – спросит с искренним желанием узнать, с чистой душой и открытым сердцем.

Следуя за собой, вы сможете делиться с другими светом и знаниями и при этом не отдавать им свою силу. Следуя за собой, вы сможете любить других, но никогда не поставите их на первое место в вашей жизни.

Я знаю, для многих из вас это все еще представляет собой сложную науку. Вам трудно возвести себя на пьедестал, вам трудно снять других с того пьедестала, который принадлежит вам и только вам. Но сделав это, вы поймете, что не только не стали любить других меньше – вы стали любить их больше. Потому что, поставив в центр себя, вы можете концентрировать больше любви в своем сердце, вы сможете сосредоточить в своем существе больше света, а главное, вы сможете делиться светом, не истощая, а лишь приумножая свои силы и энергии.

**Потому что, только поставив в центр себя, вы сможете сохранять свою Божественность везде и всегда, что бы ни происходило вокруг и с какими бы людьми вам ни приходилось иметь дело.**

Что значит следовать самому себе? Это значит, руководствоваться лишь высшей истиной, носителем которой является ваше Божественное «Я». Это значит знать, что в любой момент жизни вы не один – есть та часть вас, которая является вашим лидером, путеводителем, вашим главным советчиком и вашим главным защитником.

Что такое Божественное «Я»? Это часть вас, которая одновременно больше, чем вы как человек. Это часть вас, которая одновременно стоит во главе вашей Божественной семьи. Да, вы – ангелы, ваша Божественная суть – все это ваша Божественная семья, вы единое целое. Вы знаете, что вы не один не только потому, что вы связаны со всем человечеством? Вы не один еще и потому, что вас – много. Да, вы не ослышались. Ваша человеческая ипостась, как вы знаете, не единственная, есть другие составляющие вашего существа, а потому вы, считающие себя одним существом, на самом деле – много существ, вы – семья.

Не пытайтесь понять это человеческим разумом. Лучше настройтесь на ответы от вашей Божественной сути и попросите показать вам – как это, быть человеком и быть семьей, духовной семьей одновременно. Попросите, чтобы вам показали: как это чувствуется. И тогда вы сможете понять все без слов и объяснений.

И тогда вы обретете лидера – вашего собственного лидера, которым станет ваша Божественность. И тогда не будет для вас более высокого авторитета. И тогда вам не нужны будут

учителя и лидеры среди других людей. И тогда вы будете жить в состоянии безусловной любви постоянно. Потому что ваша Божественная суть несет для вас всю полноту Божественной, безусловной любви.

И когда вы постоянно пребываете в волнах этой любви – никакие проявления нелюбви, враждебности, неприятия уже не могут вас коснуться. Вы оказываетесь защищены этим коконом энергии безусловной любви – любви из более высоких измерений вашего существа, которую вы можете принять как человеческое существо, принять и принести на Землю, обогатив себя и других этими новыми высокими и светлыми энергиями. Энергиями, из которых и создается рай на Земле!

**Поймите, пока вы не поставите себя на первое место в своей жизни, вы не сможете ничего дать и другим.**

Если вы ставите других на первое место – вы отдаете им свою силу. И тем самым лишаете себя возможности давать им свет и любовь, которые могут помочь им обрести свою собственную силу. Ваша сила дана вам, и принадлежит она вам, а не кому-то другому.

Ваша сила дана вам, чтобы вы строили свою жизнь. Другим людям для этого дана их собственная сила. Отдавая им свою силу, вы потакаете патологическому явлению, называемому вами **паразитизмом**. Тогда как давая людям любовь и свет, вы помогаете им в обретении собственной силы! А давать любовь и свет можно лишь тогда, когда вы не отдаете свою силу, когда вы ставите себя, а не других в центр своей жизни. У других есть их собственный центр, и они должны пребывать в нем, а не в вашем центре!

Не всегда ваше окружение гармонично, и важно обучиться искусству оставаться в свете, что бы ни происходило вокруг. Поставив себя в центр, вы сможете всегда и везде нести свой свет.

**Поставив себя в центр, вы сможете вернуть свою силу. Ваша сила нужна вам – прежде всего вам.**

## Упражнение 2. Верните свою силу



**1.** Найдите время и место для уединения, сядьте в удобную свободную позу, дышите медленно, глубоко и размеренно, чтобы успокоиться, расслабиться и отогнать навязчивые мысли. Сосредоточьтесь на области сердца, соединитесь с вашим Божественным центром. Обратитесь к Создателю с просьбой (мысленно или вслух) окружить вас коконом энергий Божественного света и любви. Обратитесь к вашим клеткам с просьбой принять свет и любовь Бога и загореться светом изнутри.

**2.** Скажите себе: *«Помещаю в центр своей жизни себя и только себя. Становлюсь своим собственным лидером. Да будет так».*

**3.** Не выходя из собственного Божественного центра, подумайте о человеке, который в последнее время доставляет вам беспокойство и переживания. Представьте, что видите его перед собой. Мысленно окружите его также коконом света и любви Бога. Сделайте глубокий медленный вдох и скажите: *«Я забираю назад свою силу».* Представляйте, что вдыхаете энергию, которую вы отдавали этому человеку, и она вливается в ваше тело, делая вас сильнее.



4. После этого сделайте медленный выдох, полностью выдыхая весь воздух из легких, и скажите: *«Я возвращаю энергии переживаний, страданий и беспокойств»*, и представьте, как вы выдыхаете эти ненужные вам энергии. Затем скажите: *«Я прошу Создателя распорядиться ненужными мне энергиями так, как это будет уместно»*. Вам не надо представлять, как диссонансные энергии возвращаются к человеку, ставшему их причиной – препоручите Богу распорядиться ими. Вы можете пронаблюдать, как эти энергии, уходя от вас, растворяются в Божественном свете, но иногда, возможно, заметите, что они возвращаются отправителю – если на то есть причина и если это уместно с точки зрения Создателя.

Сделайте еще несколько подобных вдохов и выдохов, чтобы полностью вернуть свою силу и полностью освободиться от ненужных энергий. Затем можете представить другого человека, с которым вас связывают какие-то диссонансные энергии, и повторить все сначала с ним.

Повторяйте это упражнение так часто, как сочтете нужным – а желательно после каждой встречи с людьми, вызывающими у вас дискомфорт и выбивающими вас из пребывания в Божественности.

\* \* \*

Ваша сила нужна вам, чтобы сохранять вашу Божественность везде и всегда, где бы вы ни были и с кем бы ни вступали в контакты.

Ваша сила нужна вам, чтобы нести свой свет, не будучи втянутыми в человеческие драмы.

Ваша сила нужна вам, чтобы видеть истину о мире, такой, какая она есть: видеть иллюзорность материального мира и всех связанных с ним драм и страданий и истинность Божественного мира.

Живите в свете и истине. И помните, что мы всегда рядом с вами на этом пути.

*С любовью, Крайон*

## **Глава 4**

### **Взаимоотношения: ваши главные уроки**

#### **Ни один человек не может оказаться рядом с вами без весомой на то причины**

Крайон приветствует вас, дорогие! О, как я рад видеть вас всех вместе. Для Духа не существует времени, и я вижу одновременно вас всех, тех, кто слушает сейчас эти слова, и тех, кто читает эти строки. Я вижу каждого в отдельности и всех в единстве. Это прекрасное единство ангельских существ в человеческом облике.

Знайте: сейчас вы – вместе, даже если кому-то из вас кажется, что он находится лишь наедине с книгой. О, это одна из самых забавных иллюзий человеческого бытия – считать, что вы в одиночестве, тогда как на самом деле вы в самом центре целой группы подобных вам прекрасных существ...

#### **Да-да, вы сейчас рядом, вы вместе, и вы хорошо знакомы друг с другом – почувствуйте это!**

Вы можете, если хотите, поприветствовать друг друга – и ощутить отклик на это приветствие. Попробуйте! Скажите: «Здравствуй, дорогие! Здравствуй, семья! Я знаю, что вы рядом, я знаю, что мы вместе, я знаю, что мы любим друг друга!» А затем вслушайтесь в пространство – и получите ответ! Он придет не обязательно словами, а, возможно, теплыми потоками энергии любви, но вы сможете принять и понять этот ответ.

Вы вместе и любите друг друга, вы одна семья – но, придя на Землю, вы часто играете роли совсем не любящих существ, а подчас враждующих, не соглашающихся друг с другом, и – да! – подчас даже ненавидящих друг друга. О, Дух знаком с вашими распрями, драмами и враждебностью. Дух постоянно слышит от вас жалобы и вопросы: «За что мне это?», «Почему со мной так плохо обходятся?», «Почему другие люди создают столько проблем в моей жизни?»

Как часто вы не можете найти ответы на эти вопросы, и вам даже кажется, что ответов на них не существует. Как часто вам кажется, что ваша жизнь из-за неразрешенных проблем с другими людьми превращается в хаос, в нечто дискомфортное, вызывающее страдания. Как часто вам кажется, что выхода нет, что узел дискомфортных взаимоотношений лишь затягивается, и вы не знаете, как его развязать и можно ли развязать вообще...

А теперь, дорогие, я скажу вам нечто, может быть, для вас неожиданное – то, что некоторые из вас, возможно, не сразу смогут или захотят принять. Я скажу вам следующее: то, что с вами происходит – это нормально. Таков процесс вашего роста и развития на Земле. Да, вы не ослышались: то, что вам кажется хаосом, неразберихой, то, что вызывает страдания – это нормальный процесс для того переходного периода, в котором вы сейчас находитесь. Таким образом энергия планеты восстанавливает гармонию. И вы – в самом центре этого процесса.

Сейчас я объясню вам, как именно отношения, кажущиеся вам такими дисгармоничными, на самом деле являются проявлением гармонизации энергии планеты. Противоречие здесь только видимое. Сейчас вы все поймете сами.

Нет нужды напоминать то, что вы и так знаете: человечество – единое целое. И это целое – гармонично. Если можно так выразиться, оно гармонично в сумме. При этом гармония целого может складываться из дисгармонии отдельных частей. Понимаете? К примеру, есть два полюса, есть плюс – и есть минус. По отдельности каждый из них не представляет собой

гармонии, так как плюс – это одна крайность, а минус – другая. Но соединение плюса и минуса дает уравновешенное, нейтральное состояние – дает гармонию.

Точно так же и человечество – в сумме его энергии дают нейтральное, уравновешенное состояние. Но достигается это равновесие целого путем столкновения «плюсов» и «минусов» внутри человечества.

**Начните видеть человечество как единое целое, и вы начнете видеть гармонию этого целого и взаимодополняемость отдельных элементов внутри этого целого.**

Что значит взаимодополняемость? Это значит, что ни один человек не оказывается рядом с вами просто так! На все есть причина.

Если в вас есть некая дисгармония – рядом обязательно появится тот, кто укажет вам на эту дисгармонию и начнет подталкивать вас к ее устранению. То есть другой человек – это катализатор перемен внутри вас и вашей жизни. Причем этот катализатор далеко не всегда бывает позитивным, гораздо чаще – негативным! То есть таким, который всячески (как вам кажется) мешает вам жить и заставляет вас страдать!

Если возникли отношения – значит, вы с этим человеком подошли друг к другу как ключ к замку, но можно сказать и иначе – как молоток к гвоздю. Это, как вы понимаете, и вызывает страдания.

Представьте: гвоздь не понимает, почему его бьют. Он может решить, что виноват во всем молоток. Но он не понимает, что пока он остается гвоздем, всегда найдется молоток, который будет по нему бить.

**Надо измениться, уйти от этой формы и превратиться в нечто другое! И если гвоздю это сложно – то человек может измениться. Человеку даны все возможности, чтобы стать практически всем, чем он хочет стать, и решить все проблемы, которые он хочет решить.**

## **Как выйти из дисгармоничных отношений? Найдите ответ в многомерности**

Дорогие, вам не обязательно создавать гармонию человечества за счет столкновений ваших плюсов и минусов. Вы можете стать изначально гармоничными не только в целом, но и в каждом отдельном случае. Вы можете привести к гармонии и равновесию сначала себя, затем уравновеситесь и ваши отношения, и вам не нужно больше будет играть роли «молотков» и «гвоздей» и причинять друг другу страдания!

«Но как, Крайон? Что я должен делать? И как я могу узнать, что именно мне следует изменить в себе, чтобы прийти к равновесию?» О да, я слышу ваши вопросы. И я даю вам ответы. Только, пожалуйста, задействуйте свою межпространственную многомерную сущность, чтобы понять эти ответы. Если вы будете продолжать мыслить в рамках трехмерности, многое останется непонятным. Например, вы можете не понять, как можно вдруг в один миг взять – и переменить свое отношение к происходящему.

Если ваш ближний мучает вас, не дает вам жить спокойно, и вы злитесь и раздражаетесь – как вы можете изменить отношение к этому? Как вы можете перестать злиться и раздражаться и начать относиться к нему с любовью, начать благодарить его? В трехмерности нет ответа на этот вопрос или этот ответ отрицательный. Но в многомерности ответ есть – положительный, воодушевляющий и дарящий невиданные прежде для вас перспективы.

Вы злитесь, когда мыслите и чувствуете как человек. «Но кто же я, Крайон? Разве не человек?» Человек. Но не только. Вы гораздо больше чем человек. Вы – часть Бога, которая

вмещает всего Бога. Не понятно? Обратитесь к вашей Божественности – она понимает, о чем речь. И вы в своей Божественности знаете, кто вы и как обстоят дела в действительности.

Когда вы мыслите и чувствуете как человек, вы реагируете автоматически. Вы реагируете так, как запрограммировано вашей человеческой природой: на раздражитель вы отвечаете раздражением. Осознайте, что такая реакция разворачивается в ограниченных рамках одного измерения. Реакция относится к тому же измерению, к какому относится и раздражитель. А потому такая реакция не выводит ситуацию на новый уровень – в то измерение, где она может быть разрешена.

**Дорогие, сейчас такое время, что ваши проблемы не могут быть разрешены в рамках того измерения, где они возникли. Для их разрешения вы должны выйти на уровень другого измерения. Ваша реакция должна происходить не из того измерения, в каком разворачивается проблема. Ваша реакция должна выйти за ограниченные рамки одного измерения. Ваша реакция должна быть многомерной. Тогда она послужит разрешению проблемы.**

Представьте, что на вашем пути лежит огромный камень, и вы, желая поскорее освободить себе дорогу, не раздумывая, начинаете толкать его руками. Но камень не поддается. Вы удваиваете усилия, но и это не помогает. Вы толкаете все сильнее, упорствуете из последних сил, пока не падаете от усталости. Но камень остается на месте.

Тогда как для положительного результата надо было лишь применить орудие другого уровня – к примеру, использовать рычаг. Но для этого вам надо было сделать паузу, осмыслить ситуацию, найти подходящий предмет, например металлический прут, чтобы использовать его в качестве рычага. Но вы посчитали, что это слишком долго и трудно, и решили, что проще будет, не теряя времени, просто толкать камень руками.

Похоже вы действуете и в ваших отношениях – отвечаете реакцией на раздражитель, не давая себе времени, чтобы остановиться, подумать и выбрать более продуктивное действие – действие другого уровня.

Сделайте паузу!

Если вас кто-то сильно раздражает – остановите себя, задумайтесь, прежде чем ответить привычной реакцией. Привычная реакция непродуктивна – она не столкнет этот «камень» с места. Вам нужна реакция из другого измерения. Из измерения любви.

Понимаете? Если вы исходите из того, что все в мире делается ради любви (а это так), то прежде чем отреагировать привычно, вы зададите себе вопросы: «Как эта ситуация учит меня любви? Как я могу проявить любовь в этой ситуации? Чему меня учит этот человек и эта ситуация, чтобы я мог впустить в мою жизнь больше любви?»

Обратитесь к вашему Божественному «Я» с этими вопросами – и ответы придут. И вы увидите, что ваше раздражение и злость были бессмысленным толканием камня. И только ваша любовь и благодарность представляют собой те «рычаги», которые реально способны этот «камень» сдвинуть с места.

## **Упражнение 1. Научитесь реагировать из измерения любви**



1. Найдите время и место для уединения, примите удобную позу, дышите глубоко, свободно и спокойно, чтобы расслабиться и успокоить мысли. Соединитесь с вашим Божественным центром, попросите Всевышнего окутать

вас коконом энергий любви и света Бога, обратитесь к своим клеткам с просьбой принять эту энергию и осветиться изнутри.

2. Подумайте о человеке, отношения с которым оставляют желать лучшего, тревожат вас и беспокоят, и вы не знаете, что предпринять, чтобы их улучшить. Представьте этого человека перед собой и мысленно окружите его светом. Представьте, что разговариваете с ним не как с человеком, а как с Божественной сущностью. Обратитесь к его Божественной сути и скажите (мысленно или вслух): *«Я знаю, что на самом деле ты меня любишь. Я тебя тоже люблю»*.

Возможно, эти слова вам не сразу удастся произнести, возможно, вам трудно будет сказать их искренне. Но если вы сосредоточитесь на том, чтобы произнести их из своей Божественной сути и адресуете Божественной сути другого человека – вы справитесь с задачей легко. Более того, вы мгновенно осознаете, что это правда – на уровне Божественной сути вы любите друг друга, иначе и быть не может.

3. Продолжите: *«Я знаю: все, что ты делаешь – ты делаешь из любви ко мне. Скажи мне: в чем урок? Помогите мне понять: как я должен измениться, чтобы пройти этот урок? Какие несовершенства есть внутри меня, которые я должен исправить, чтобы ты мог изменить свое поведение в отношении меня?»*

Помните: ваша задача не в том, чтобы упрекнуть другого в его поведении и заставить его измениться. Он просто не может изменить свое поведение и отношение к вам, пока вы не изменитесь изнутри. Ведь его задача состоит в том, чтобы подтолкнуть вас к этим переменам. И пока вы не изменитесь – не изменится и он.

4. Задав эти вопросы, обратитесь к Всевышнему со словами: *«Дорогой Бог, дорогой Дух, Всевышний, Создатель* (выберите любое обращение, которое кажется вам наиболее подходящим), *помогите мне услышать и правильно понять данные мне ответы»*. Затем установите внутреннюю тишину и вслушивайтесь в пространство. Может быть, к вам придет мысль, или ощущение, или поток энергии, а может, вы ничего не почувствуете – но знайте, что на каком-то уровне ответ принят и в нужный момент вы его обязательно осознаете. Независимо от результата, обратитесь к Всевышнему и скажите: *«Благодарю, Создатель»*.

5. Затем потратьте столько времени на осмысление ответов на заданные вами вопросы, сколько понадобится, чтобы понять и осознать их полностью. Вы можете прерываться и возвращаться к этому осмыслению вновь и вновь. Если осознать не удастся сразу, вечером перед сном скажите себе: *«Завтра утром я проснусь и буду знать ответы на вопросы* (сформулируйте вопросы снова и повторите их)*»*. После этого засыпайте, а утром возвращайтесь к осмыслению вопросов.

Ответы обязательно придут к вам. Как только они придут – сразу же начните действовать в соответствии с этими ответами. Если вы найдете то, что вам нужно изменить в себе, чтобы изменились не устраивающие вас отношения, если вы начнете действовать ради этих перемен – эти отношения изменятся к лучшему очень быстро; либо человек, создающий для вас дискомфорт, просто исчезнет из вашей жизни.

## **То, что происходит между вами, это борьба энергий, а не людей**

Вы сможете изменить к лучшему любые взаимоотношения, если перестанете винить друг друга. О, дорогие, я знаю, что вы слышали подобные слова много раз. Вы слышали, что нельзя винить, нельзя осуждать, нельзя обижаться и самому чувствовать себя обиженным. Вам часто говорят: надо прощать. Но вы не поймете истинный смысл этих слов, если будете воспринимать их из человеческого измерения.

Вы бываете напуганы навязанными вам представлениями о том, что судить, винить, обижаться – грех. Ваши религии навязали вам представление о вашей греховности, которое совершенно не соответствует действительности.

**Дело не в том, что винить другого (и себя) – грех, а в том, что это бессмысленная трата сил, непродуктивная эмоция, которая исходит из иллюзорных представлений о мире, и не только не продвигает вас к свету и истине, а отдаляет от них.**

Попробуйте отнестись к происходящему по-другому: без иллюзий чьей-то вины и обиды – тогда у вас не будет нужды прощать, потому что нет той вины, за которую нужно прощать! Попробуйте посмотреть на ваши взаимоотношения из многомерности, и тогда вы увидите, что вы как Божественные сущности не боретесь и не враждуете. Вам кажется, что вы боретесь – но это борьба не людей, это борьба энергий, носителями которых вы как люди временно становитесь. Вы становитесь носителями противоборствующих энергий не потому, что вы враждебны друг другу, а потому, что таким образом вы проходите нужные вам уроки.

У вас в человеческом мире есть такое понятие как спорт, есть такое понятие как игра, где игроки состязаются друг с другом. Они противники в игре, но это не значит, что они враждебны друг к другу как люди! Когда игра заканчивается, вы можете обняться и тепло поприветствовать друг друга, хотя только что сражались друг с другом, и со стороны могло показаться, что вы враги.

Ваши столкновения друг с другом в вашей жизни, ваши конфликты и враждебность – по сути та же игра, с одной только разницей: вы забыли, что это игра, и воспринимаете все чрезвычайно серьезно. Вы – ангелы, принявшие на время человеческий облик и решившие поиграть, чтобы научиться чему-то новому. В этой игре вы сталкиваетесь, враждуете, конфликтуете и забываете, что лишь временно решили стать носителями соответствующих энергий. Вы как ангелы по-прежнему сохраняете друг к другу добрые чувства – сталкиваются лишь энергии, которые вы временно «надели» на себя, словно маскарадные костюмы. Играйте, сражайтесь и конфликтуйте, если таковы ваши роли – но не забывайте, что игра закончится, вы снимете маски и тепло обнимете друг друга!

А еще, пожалуйста, помните: вы в любой момент можете снять ваши маскарадные костюмы и сменить ваши роли. Другими словами, вы можете выбирать, носителем каких энергий быть. Вы можете сменить энергии вражды и конфликта на что-то другое. Это зависит от вас! И если по изначальным условиям вашего рождения вы были наделены энергиями того или иного качества – это не означает, что носителями именно этих энергий вы должны быть до конца жизни. Предопределенности нет. Вспомните свою истинную суть – и смените энергии, если они причиняют вам страдания.

Вы можете сменить привычные для вас энергии агрессора или жертвы, энергии власти и энергии подчинения и любые другие диссонансные энергии на другие, энергии гармонии, света и любви Бога. В этом есть ваша задача на Земле! Уйти от диссонансных энергий – и прийти к любви и свету Бога, преобразуя таким образом энергии внутри и вокруг вас.

Ваши роли иллюзорны, а значит, иллюзорны ваши вражда, ненависть, непонимание и конфликты. Из-за приверженности этим иллюзиям люди часто создают трагедии в своей

жизни. У некоторых людей возникает желание уничтожить себе подобных, из-за того, что те являются носителями враждебных энергий. Но так не решить проблему! Так можно лишь ухудшить ситуацию, обратив против себя еще больше враждебных энергий. Потому что, даже уничтожая носителя энергии, вы не отменяете действие этой энергии на себя! Найдутся другие носители взамен уничтоженного, и так будет продолжаться, пока урок не будет понят и пройден.

**Есть лишь одно средство понять и пройти урок – преобразовать свои собственные энергии, которые притянули в вашу жизнь носителей противоборствующих энергий. И тогда вам не нужно будет бороться с носителем этих враждебных энергий! Он вынужден будет либо измениться, либо исчезнуть из вашей жизни без вашего вмешательства.**

## **Преображайте энергии – и вам не надо будет бороться**

Не боритесь друг с другом, дорогие – а вместо этого преображайте энергии. Это так просто, каждый из вас знает, как это делать, и может справиться с этим со всем возможным изяществом и совершенством! Только так вы пройдете положенные вам уроки. Не забывайте, что именно взаимоотношения содержат наиглавнейшие уроки для вас. Окружающие учат вас тому, чему вы должны научиться – и чем больше они вас раздражают, тем важнее эти уроки для вас!

Почаще обращайтесь к своей Божественной сути с вопросами: «На какую мою проблему указывает этот человек?», «Отражением каких моих несовершенств он является?», «Что я должен узнать и понять из этих отношений?», «Как и что я должен изменить в себе, чтобы отношения улучшились, чтобы этот человек перестал меня мучить?»

**Тот, кто задает вопросы, тот получает ответ – это истина, дорогие. Не бойтесь правды о себе и своих отношениях. Эта правда, даже если она болезненна – вам во благо.**

## **Упражнение 2. Преобразование энергий**



**1.** Останьтесь наедине с собой, займите удобную позу, дышите глубоко и размеренно, чтобы успокоиться, расслабиться и нейтрализовать посторонние мысли. Соединитесь со своим Божественным центром, попросите Создателя окутать вас коконом энергий любви и света и впустите эти энергии в свои клетки.

**2.** Подумайте о тех взаимоотношениях, которые вам хотелось бы улучшить. Скажите мысленно или вслух: *«Создатель, я знаю: это не борьба людей – это борьба энергий. Помоги мне преобразовать диссонансные энергии в свет и любовь».*

**3.** Подумайте о неприятных ощущениях и диссонансных эмоциях, возникающих у вас в связи с этими отношениями. Чувствуете себя обиженным, разозленным, оскорбленным, униженным, раздраженным? Сосредоточьтесь на той области тела, где, как вам кажется, наиболее явно ощущаются эти энергии. Направьте туда от вашего сердца энергии любви и благодарности с мыслью: *«Я благодарен тебе (имя человека, отношения с*

которым вызвали у вас эти чувства) *за то, что ты позволил проявиться во мне этим диссонансным энергиям* (назовите: обиды, негодования и т. д. – в зависимости от испытываемых вами чувств). *Ты сделал это для моего же блага. Я принимаю благо для себя и желаю блага тебе*».

4. Наблюдайте как бы со стороны, как диссонансные энергии преобразуются в любовь и свет. Ваша благодарность, любовь и тепло – катализатор этих перемен. Затем скажите: *«Создатель, прими энергии диссонансных чувств, преобразованные в любовь и свет. Раствори остатки диссонансных энергий в любви и свете. Заполни мое сердце и каждую мою клетку энергиями любви и света. Отныне между мной и (имя человека) только любовь и свет. Да будет так»*.

5. Снова направьте человеку, отношения с которым вы улучшаете, потоки любви и света. Окутайте его белым сиянием.

Повторяйте это упражнение ежедневно до тех пор, пока не почувствуете, что стали спокойно, миролюбиво и тепло относиться к тому, кто прежде выводил вас из себя. Ваши отношения после этого или улучшатся, или мирно закончатся.

\* \* \*

Дорогие, никогда не спрашивайте «За что мне это?» Вашей вины ни в чем нет, и никто вас не наказывает. Все ваши дискомфортные отношения – следствие уроков, которые вы выбрали сами. До воплощения вы договорились с вашими мучителями о том, чтобы хорошенько помучить друг друга!

Да, я знаю: то, что Духу кажется веселым и даже комичным, для вас порой вовсе не весело. И все же попытайтесь почаще напоминать себе, что это лишь игра, это все не настолько всерьез, насколько вам кажется из глубин материальности. Игра закончится, и вы увидите, что рядом с вами всегда был свет. Увидьте этот свет, возьмите его на вооружение, направьте себе и другим – и вы увидите картину в истинном свете. Вы увидите: все то, что вас раздражает и пугает – это всего лишь энергия. А любая энергия может быть преобразована так, как вам нужно. Ведь энергия подвижна, склонна к трансформации – это не есть что-то застывшее и неподвижное. Вот и ваши отношения, какими бы они ни были – не есть что-то данное навек и неизменное. Вы можете изменить энергии в любой миг – а значит, изменить и отношения. И тогда намеченный вами урок будет засчитан вам как пройденный.



## **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.