

*Желание, исполнись!*

Артур  
Лиман

# Крайон

Создай пространство  
**СЧАСТЬЯ и УСПЕХА**  
вокруг себя!

**10** ВАЖНЕЙШИХ  
УРОКОВ

**Все секреты  
позитивного  
влияния на людей**

**Источник огромной  
внутренней Силы**

**Надежный щит  
против негатива**

**Артур Лиман**  
**Крайон. Создай пространство**  
**счастья и успеха вокруг**  
**себя! 10 важнейших уроков**  
**Серия «Желание, исполнись!»**

*Текст предоставлен правообладателем*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8682362](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8682362)*  
*Крайон. Создай пространство счастья и успеха вокруг себя! 10*  
*важнейших уроков : АСТ; Москва; 2015*  
*ISBN 978-5-17-094528-3*

### **Аннотация**

Божественный Дух Крайон открывает нам секреты, ведущие к Любви и Свету, успеху и счастью. Ступите на путь Божественности, забудьте о конкуренции, соперничестве и разделенности. Ощутите силу духовного единства и создайте вокруг себя пространство успеха и процветания! В этой книге десять уроков – десять шагов по направлению к новой, счастливой жизни, к гармоничному общению, ведущему к успеху. Пройдите их не спеша, в любом удобном для вас темпе. Все упражнения подобраны так, чтобы вы могли выполнять их самостоятельно в любой удобной для вас обстановке.

# Содержание

Вступление	6
Урок 1	13
Почувствуйте себя любимым – и мир мгновенно изменится	13
Найдите Божественный источник любви внутри себя	20
Превратите безусловную любовь в свою силу и опору	23
Начните в любой ситуации направлять другим людям безусловную любовь	28
Конец ознакомительного фрагмента.	29

# Артур Лиман

## Крайон. Создай

### пространство счастья

### и успеха вокруг себя!

### 10 важнейших уроков

Как и все книги Крайона, эта книга буквально излучает Свет и Любовь! Каждое слово в ней делает наш мир лучше! Читайте ее, обдумывайте и будьте счастливы!

*Ирина Г., Москва*

Прекрасный тренинг для обретения внутренней гармонии и познания себя, для обучения гармоничным отношениям с людьми и миром – ведь без этого невозможны никакие изменения в жизни.

*Евгений П., Иркутск*

Тренинг Артура Лимана, основанный на посланиях Крайона, – настоящее спасение для тех, кто устал от одиночества, обманов, попыток окружающих давить, влиять, манипулировать. Выполнив все упражнения, я не только смогла выстроить надежный щит против негатива, но и научилась притягивать в свою жизнь тех людей, общение с которыми мне на самом деле

необходимо.

*Светлана Р., Улан-Удэ*

Эта книга должна стать настольной у каждого руководителя, который хочет привести свой коллектив к успеху. Все секреты позитивного влияния на людей, грамотного выстраивания рабочих и личных отношений, изложенные доступно и просто, – на ее страницах.

*Владимир М., Саранск*

Техники, предложенные автором книги, буквально «оздоравливают» любой коллектив – рабочий, семейный, даже общение со случайными попутчиками в поезде строится совершенно по-другому. Это прекрасно! Моя жизнь словно наполнилась Светом и Любовью, я буквально купаюсь в них, принимаю их от других людей и дарю им сама!

*Людмила В., Санкт-Петербург*

Отличная книга для тех, кто ищет свой собственный путь к успеху и процветанию, кто хочет познать себя и понять смысл собственной жизни. У меня получилось. У вас тоже обязательно получится!

*Иван Д., Архангельск*

# Вступление

В какие бы времена мы ни жили, как бы ни менялся мир вокруг нас – главное желание людей остается неизменным: мы все хотим быть счастливыми. Но почему же так трудно бывает найти верный путь к собственному счастью? Почему так часто мы сбиваемся с дороги и приходим вовсе не к тому лучшему, о чем мечтали, а к противоположному результату: к боли, страданиям, бедам, несчастьям? Что не так с человечеством? В чем ошибка? И можно ли ее исправить?

Ошибка связана с тем, что от людей на протяжении тысячелетий была скрыта важнейшая истина: **человечество представляет собой единое целое!**

Это семья, все члены которой очень тесно связаны между собой. А значит, невозможно получить счастье за счет несчастья других. Если мы причиняем вред другим, даже невольно, мы причиняем вред самим себе.

Не станешь счастливым, если на пути к своему счастью делаешь несчастными других!

Невозможно получить желаемое, отнимая что-то у других и обездоливая их.

Это высшие духовные истины, которые никак нельзя оспорить, даже если бы нам очень этого захотелось. Посмотрите на тех, кто сеет вражду и агрессию, кто лжет другим, кто

совершает подлости и предательства, кто хочет получить выгоду для себя за счет других. Удастся им быть счастливыми? Успешными? Процветающими? Довольными жизнью? Если и удастся, то очень и очень недолго. Они просто получают обратно все то зло, что причинили другим. Действие закона «Что посеешь, то и пожнешь» в наше время становится очевидным как никогда!

Времена меняются, приходит новая эра в жизни человечества. Об этом предупреждали и провидцы прошлого, об этом говорят и духовные учителя, просветленные люди настоящего. Об этом говорит и Крайон – высокая духовная сущность, разговаривающая с людьми посредством ченнелеров – таких как Ли Кэрролл («первооткрыватель» Крайона), Нама Ба Хал, Дэвид Браун, Барбара Бессен, Тамара Шмидт и другие. Перемены идут так явно и стремительно, что их уже невозможно не замечать. Иногда кажется, что это перемены не к лучшему, иногда даже кажется, что мир рушится – но это не так. Перемены идут через кризисы, через потрясения, но иначе невозможно возрождение человечества, невозможно создание обновленной Земли, где счастье, мир, благополучие, радостная безоблачная жизнь будут доступны каждому, всем без исключения.

В чем же суть этих перемен? В том, что человечество после тысячелетних исканий все же пробилось к Богу.

Сначала лишь единицы осознавали свою единую с Богом природу и начинали нести на Землю Божественные энергии.

А сейчас количество пробуждающихся душ растет в геометрической прогрессии. Люди стремительно приходят к осознанию, что к счастью, благополучию, миру, радости можно прийти, лишь соблюдая Божественные законы, лишь отказавшись от зла, ненависти, лжи, стяжательства, от подчинения слабых сильными, от процветания одних за счет бедствий других.

Любовь, добро, мир, единство, взаимоуважение – вот законы нового мира, которые призвано воплотить на Земле новое человечество!

Людей, вставших на путь Божественности, уже так много, что они смогли открыть каналы, по которым Божественные энергии начали приходить на Землю. Это энергии Любви и Света. Благодаря им на Земле с каждым днем становится все меньше тьмы. Тьма развеивается – и высвечивается то, что раньше скрывалось. И уже невозможно спрятать ни ложь, ни преступления, ни все те темные деяния, что направлялись одними людьми против других. Время тьмы заканчивается. Наступает время Света и Любви. Это неотвратимо, хотя пока еще далеко не всем заметно.

И если мы хотим жить в это новое время, если хотим быть счастливыми, мы должны пересмотреть свои старые привычки и модели поведения по отношению к себе и к другим. Мы должны перестроить свое сознание на новое восприятие себя и других как частиц единого человечества. Люди слишком привыкли к чувству разделенности друг с другом, к веч-

ной конкуренции, к соперничеству, к борьбе с себе подобными за свое «место под солнцем». Теперь все эти устаревшие модели не работают. Они приводят лишь к провалу, к неудачам, к несчастьям. Нам необходимо новое мировоззрение, согласно которому невозможно счастье за счет других – но возможно счастье вместе с другими.

Как построить мир, где выигрывать будут все? Как начать жить по-новому, чтобы счастье, успех и благополучие могли обрести все люди без исключения? Крайон в своих посланиях дает много воодушевляющей информации на этот счет. Эта книга-тренинг построена таким образом, чтобы информация, идущая от Крайона, стала истиной, принятой вами на практике и позволяющей реально изменить свою жизнь.

Вот лишь некоторые результаты, которые вы можете получить, работая по этой книге:

– Вы узнаете, как жить в мире и согласии с другими людьми.

– Вы раз и навсегда забудете, что такое одиночество.

– Вы наладите духовные связи с другими людьми и почувствуете себя частью единого Божественного человечества, оставаясь при этом самим собой, уникальной личностью.

– Вы найдете свою собственную нишу, свое заветное место среди людей, ту роль, которая предназначена вам в человеческом сообществе.

– Вы сможете принять участие в коллективном творчестве созидания нового мира, обновленной в свете и любви Бога

планеты Земля.

– Вы обретете способность строить гармоничные взаимоотношения на основе взаимоуважения, взаимопонимания, любви.

– Вы сможете наладить отношения, если они не ладятся, уйти от изживших себя или не устраивающих вас отношений.

– Вы защитите себя от манипуляций, обмана со стороны других, выйдете из подчинения, зависимости, чужих влияний, научитесь защищать свои собственные интересы, не отгораживаясь при этом от людей и не замыкаясь в себе.

– Вы узнаете, в чем высший смысл тех отношений, которые есть и были в вашей жизни, сможете извлечь необходимые уроки из них.

– Вы сможете освободиться от кармы, препятствовавшей гармоничным отношениям, найдя решение кармических уроков, в результате чего обретете новое качество жизни.

– Вы научитесь нести Божественные энергии другим людям, действовать как Дух и при этом оставаться человеком, способным к полноценным взаимоотношениям и общению.

– Вы обретете способность к подлинной безусловной любви.

– Вы узнаете, как найти единомышленников и людей, близких вам в Духе.

– Вы сможете в любом коллективе наладить такое сотруд-

ничество, которое пойдет во благо всем и каждому.

Земной рай невозможно построить по одиночке, говорит Крайон. Каждый начинает строить его с себя, с изменений в своем собственном сознании, с обретения собственной силы – но к конечному результату мы можем прийти только вместе. Для этого нам нужна сила духовного единства. Закончилось время вражды и разделенности. Дальнейший путь мы можем проделать только в единстве и гармонии. Таково веление нового времени. Выиграет лишь тот, кто понимает это и осуществляет на практике.

В этой книге десять уроков – десять шагов по направлению к новой, счастливой жизни, к гармоничному общению, ведущему к успеху. Пройдите их не спеша, в любом удобном для вас темпе. Все упражнения подобраны так, чтобы вы могли выполнять их самостоятельно в любой удобной для вас обстановке. Они не должны доставлять никакого дискомфорта, так как созданы в энергиях Крайона – очень мягких, любящих и воодушевляющих. Но все же доверять вы должны прежде всего себе. Таково важнейшее условие позитивных перемен: себя и свое сердце поставьте на первое место, слушайте себя, делайте то, что принимает душа, внимательно следите за своими ощущениями. Пропускайте через себя все, что покажется вашим, созвучным вашему «внутреннему звучанию». Отложите в сторону то, что покажется непонятным или «не своим».

Тренинг по Крайону – это путь к себе. Вам предстоит

найти самого себя, свой путь во взаимодействии с другими, свой уникальный голос в едином человеческом оркестре. Успехов вам в этом непростом, но увлекательном, а главное – счастливом деле!

# Урок 1

## Обретение безусловной любви

### Почувствуйте себя любимым – и мир мгновенно изменится

Успех любого общения, любых взаимоотношений начинается с безусловной любви. Просто потому, что Божественная, или безусловная любовь (любовь, не ставящая никаких условий и ни от чего не зависящая) – это единственная созидательная сила во Вселенной. Если мы хотим успеха в чем-либо, если мы хотим положительных результатов – мы должны начинать с любви. Это касается любого дела. Все, к чему мы приступаем с любовью, получает очень мощный заряд Божественных энергий. Они приходят к нам, в нашу жизнь, именно посредством нашего собственного чувства безусловной любви. Если мы несем в себе безусловную любовь, мы становимся проводниками мощных Божественных энергий. И эти энергии начинают работать на нас. Они начинают создавать все то лучшее, что мы хотим получить. Они несут нам успех.

Взаимоотношения обречены на успех, если они

строятся на фундаменте безусловной любви!

Посмотрите на любые отношения, которые не ладятся или рушатся. Причина лишь в том, что в них вмешались какие-то низкочастотные энергии, отличающиеся от энергий безусловной любви. Может быть, это энергии обиды или осуждения, гнева или зависти, эгоистического желания самоутверждения и власти... Все это разрушители отношений.

Безусловная любовь – единственная сила, которая способна создать самые прекрасные отношения!

Очень важно понять: безусловная любовь не избирательна. Безусловная любовь – это такое чувство, которое каждый может испытывать к каждому. Крайон говорит, что если бы мы не забыли о своей Божественной сути, то мы бы знали, что все люди на самом деле любят друг друга безусловной любовью. Это естественное явление для той Божественной семьи, членами которой мы все являемся. Нам нужно только вспомнить об этом, чтобы понять: в безусловной любви нет ничего необычного или сложного. Она – в самой нашей природе. Вот только наша природа оказалась искажена. А потому мы забыли о том, что для нас естественно, и стали следовать тому, что для нас неестественно: нелюбви, неприятию, осуждению друг друга, а порой даже ненависти.

Все это кажется нормой, потому что вошло в привычку, но на самом деле это не норма. И чем больше людей это поймут, тем легче нам всем будет вернуться к истинной норме – к

безусловной любви друг к другу как к чистым Божественным существам.

Нужно отдавать себе отчет: безусловная любовь – это именно Божественная любовь, любовь в высшем ее проявлении. Это та любовь, с которой Бог относится к людям. Это любовь, не придающая значения недостаткам и несовершенствам, любовь всепрощающая и абсолютно бескорыстная.

В человеческом обществе, к сожалению, существует подмена понятий. Любовь стали называть совсем не то, что заложено Богом в это слово. Любовь – это мощная созидательная сила Вселенной. Это сила принятия всего сущего таким, как оно есть. Это сила, направленная на единение всего сущего с Богом. Это оберегающая, защищающая сила, это теплая и мягкая забота, это сила одобряющая и поддерживающая.

Люди же начали называть любовью проявления совсем других энергий. Так, они стали называть любовью свое собственническое чувство подчинения другого человека, чувство обладания, свое желания влиять на других, а также зависимость от других. Из-за такой подмены понятий рушатся отношения. Потому что только безусловная любовь соединяет людей. Все прочие чувства, только подделывающиеся под любовь, неспособны соединять людей, способны лишь разрывать отношения.

## *Крайон*

*Человеческая любовь часто бывает требовательной. Человеческая любовь часто хочет получить что-то от объекта любви. Человеческая любовь может претендовать на власть и подчинение. Человеческая любовь требует награды и благодарности.*

*Я говорю «человеческая», чтобы подчеркнуть отличия ее от Божественной любви. Но это не значит, что Божественная любовь не может стать человеческой. Для этого она должна перестать быть условной – ставящей условия, и стать безусловной – свободной от каких-либо условий и требований.*

Каждый человек хоть раз в жизни ощущал проявления безусловной любви. Их невозможно не ощущать, потому что это наша истинная природа. И как бы ни были искажены наши представления о любви, все равно мы в глубине души знаем, что это такое – любить и быть любимым безусловно. А значит, перед нами стоит задача – всего лишь вспомнить о том, как проявляется это чувство.

## Упражнение 1

### Воскресите в себе чувство, что вы любимы

Наверняка вы не раз ощущали себя любимым, и можете вспомнить об этом. Может быть, это было в детстве, когда вы чувствовали, что вы ценны таким, как есть, что вас любят и принимают безо всякой критики, без осуждения, без пожеланий, чтобы вы «стали лучше». Может быть, это было уже во взрослом возрасте, когда вы чувствовали любовь другого человека. Но не исключено, что это чувство возникало у вас даже без связи с отношением к вам других людей. Так, многие дети в глубине души чувствуют, что они любимы миром, Вселенной, Богом, природой, всем сущим – даже если окружающие люди не подтверждают это своим поведением.

Может быть, это ощущение («Я любим(-а)!») посещало вас не часто, может быть, оно было мимолетным, но наверняка такое с вами случилось!

Вспомните ситуацию, в которой вы чувствовали что-то подобное, и вспомните само это чувство: «Я любим(-а)». Если это было связано с любовью к вам других людей, то, скорее всего, позже это чувство исчезло, заменилось другими чувствами, уже не столь позитивными – например, ревно-

стью, обидой, зависимостью. Но, так или иначе, чувство, что вы любимы, у вас было, и оно было реальным, оно было именно вашим, и оно стало частью вашего опыта – независимо от всех последующих разочарований.

Когда мы связываем чувство «Я любим(-а)» с другими людьми, то разочарований обычно не избежать. Но мы можем осознать, что это чувство зависит не только от других людей. Когда вы чувствовали, что вас кто-то любит, вы смотрели на себя другими глазами – любящими. Вы чувствовали, что вам дали право любить и принимать себя таким, как есть. И если вы наслаждались чувством, что вы любимы, если весь мир казался в тот момент совсем другим, ярким и прекрасным, – причина именно в том, что вы чувствовали свое право быть любимым и давали себе право любить себя, хорошо относиться к себе.

Теперь нужно просто воскресить в себе это чувство (ведь оно – часть вашего реального опыта), уже независимо от отношения к вам других людей. Вы можете вспомнить, что вы любимы, потому что вас любит Бог. И эта любовь ни от чего не зависит. Она не зависит от того, по-прежнему ли вас любит кто-то другой, или нет. Любовь людей обычно не безусловна, потому что она может меняться. Любовь Бога безусловна, а потому неизменна.

Воскресив в себе чувство «Я любим(-а)», смотрите на себя глазами любящего Бога. Стремитесь к тому, чтобы это чувство сопровождало вас всегда и везде.

Если забыли – напоминайте себе о том, что вы любимы!

Так вы постепенно придете к постоянному ощущению безусловной любви, которая сопутствует вам в жизни всегда и везде.

# **Найдите Божественный источник любви внутри себя**

Главный источник безусловной любви – это Бог. Но поскольку каждый из нас является Божественным по своей природе, или Человеком-Богом, то источник безусловной любви имеется внутри у любого человека. Этот источник – наша истинная суть, наш любящий Дух. Когда мы чувствуем себя любимыми, и позволяем себе быть любимыми, мы соприкасаемся с этим источником. Но большинство людей не осознают этого. Большинство людей все еще считают, что почувствовать себя любимым можно лишь тогда, когда тебя любит кто-то другой.

Получается, вы верите, что этот другой лучше знает, достойны вы любви или нет. И вы позволяете этому другому (пусть даже близкому и любимому) решать, можете ли вы почувствовать себя любимым или нет. При этом самому себе вы почему-то не даете права на то, чтобы почувствовать себя любимым безо всяких условий.

Это связано с привычкой не доверять самому себе. Другим людям мы доверяем больше, чем себе! Другим людям мы позволяем определять, достойны мы любви или нет.

Но ведь каждый из нас знает и понимает самого себя гораздо лучше, чем другие люди. Другие могут что-то не понять, за что-то осудить нас, лишиться своей любви. Но это не

значит, что и мы вслед за ними должны лишать себя права на любовь!

Помните, что Бог никого не лишает права быть любимым!

И если вы – частица, луч, искра Бога, если вы по своей природе Богочеловечны (а каждый из нас именно таков!), значит, вы, как Бог, можете дать себе право на любовь – право любить и быть любимым.

Открыв источник любви в себе, вы уже не будете зависеть от отношения к вам других людей. Вы дадите им право на свое мнение, на свое отношение к вам – но это не будет влиять на вас. Потому что тот, кто открыл источник любви в себе, выше всяких влияний.

## Упражнение 2

### Источник Божественной любви внутри вас

Останьтесь наедине с собой, закройте глаза, направьте внимание внутрь себя. Спокойно и тихо скажите про себя: «Я». Вслушайтесь в тот резонанс, который возникает внутри вас, в вашем внутреннем пространстве. Продолжите: «Я есть Свет. Я есть Любовь. Я есть Бог». Вчувствуйтесь в эти слова. Отметьте ту точку внутри себя, где они как бы резонируют,

откликаются. Представьте, что в этой точке ярко вспыхивает свет. Это свет Божественной любви.

Мысленно соединитесь с этой точкой – источником Божественной любви внутри вас. Представьте, что все ваше внутреннее пространство и все ваше тело наполняется сиянием. Скажите себе: «Источник любви всегда со мной. Он во мне. Он не зависит ни от чего внешнего. Это вечный и неиссякаемый источник. Ничто не может повлиять на него. Любовь Бога неизменна. Любовь Бога со мной».

Оставайтесь в свете любви, представьте, что купаетесь в ее теплых и мягких волнах. Заметьте, как изменилось ваше состояние. Вы чувствуете спокойную силу, тихую радость, покой, умиротворение, самодостаточность, защищенность. Так действует Божественная любовь!

# **Превратите безусловную любовь в свою силу и опору**

Найдя источник любви внутри себя, нужно осознанно начать направлять эту любовь самому себе. Только так можно превратить любовь в силу – в свою собственную личную силу. Эта сила станет опорой для любых ваших действий, достижений, успехов. Она станет опорой и для успешного общения.

Часто люди заблуждаются, думая, что для хороших взаимоотношений надо хорошо относиться к другим, любить их, а себя любить не обязательно. Но невозможно любить других, не полюбив сначала себя. Это простая, вроде бы, истина, но она оказывается не всегда простой для усвоения на практике.

Делиться любовью надо сначала с собой, а потом с другими!

Потому что если мы не можем направить поток Божественной любви даже себе, у нас просто не хватит сил и энергии для безусловной любви к кому-то другому.

Чтобы удерживаться в состоянии безусловной любви, чтобы превратить эту любовь в свою собственную силу, требуются тренировки. Ведь внешний мир то и дело выбивает нас из состояния Божественной любви. Чьи-то мнения, соб-

ственные неудачи, привычка сравнивать себя с другими и прочие факторы заставляют нас сомневаться в себе, подрывают чувство собственного достоинства и просто перекрывают поток Божественной любви. В итоге мы не можем получить доступ к источнику этой любви, даже несмотря на то что источник этот – в нас самих. Требуется умение вновь и вновь возвращаться в состояние «Я любим(-а)», и укреплять свой внутренний фундамент, личную силу, основанную на безусловной любви.

Чтобы обрести это умение, начните выполнять следующие три условия:

– Примите как аксиому тот факт, что вы достойны любви, и это не обсуждается. Отбросьте все мысли о том, что вы недостаточно совершенны, что вам сначала надо стать лучше, и т. д. Помните, что для безусловной любви не нужны никакие условия. Скажите себе, что вы достойны любви таким, какой вы есть.

– Научитесь отстраняться от чужих мнений. Смотрите на себя глазами любящего Бога, а не других людей.

– Перестаньте сравнивать себя с другими. Для Бога все равны и все одинаково достойны любви. Никто не хуже и не лучше другого.

Приняв эти три условия и следуя им, вы почувствуете, что вам становится все легче оставаться в состоянии безусловной любви. Вы почувствуете, что становитесь сильнее, обретаете внутренний стержень, и внешнему миру все труднее

выбивать вас из вашей Божественности, из состояния любви и безоговорочного принятия себя. Перемены могут идти медленно, но они будут идти неуклонно. Замечайте даже малейшие перемены к лучшему в своем состоянии, пусть они станут стимулом для дальнейшего движения вперед.

Следующее упражнение поможет вам возвращать свою силу в тех ситуациях, когда какие-то внешние влияния лишают вас доступа к источнику Божественной любви.

## **Упражнение 3**

### **Восстановите свою силу**

Сядьте в удобную свободную позу, направьте внимание внутрь себя, мысленно соединитесь со своим внутренним источником Божественной любви. Восстановите чувство, что вы любимы, смотрите на себя глазами любящего Бога. Обратитесь к Создателю с просьбой показать вам, что мешает вам полностью почувствовать себя любимым и обрести свою силу. Задайте своему Божественному Я вопрос: «Кому или чему я позволяю отнимать свою силу?»

Несколько секунд прислушайтесь к внутренней тишине. Затем попробуйте осознать полученный ответ. Для этого подумайте о той ситуации, или том человеке, которые, как

вам кажется, не позволяют вам чувствовать себя любимым. Обычно то, что первым придет в голову, и есть правильный ответ.

Вспомните, что конкретно создает у вас ощущение, что вы «недостаточно хороший», или «недостойны быть любимым». Напомните себе, что это заблуждение, что вы, как и все люди, любимы Богом и достойны этой любви.

Затем мысленно окружите коконом любви и света Бога того человека, который вызывает у вас чувство, что вы недостаточно хороши (или, если это не связано с человеком, а вызвано, например, какой-то неудачей – представьте образ этой ситуации, ее картинку и себя в ней, и тоже окружите его коконом любви и света Бога).

Затем сделайте глубокий вдох и скажите: «Я любим! Я достоин любви! Сейчас я забираю назад свою силу!» Представляйте, что вдыхаете энергию, которую вы отдавали этому человеку или этой ситуации, и она вливается в ваше тело, делая вас сильнее. Затем сделайте медленный выдох, полностью выдыхая весь воздух из легких, и скажите: «Я очищаюсь от диссонансных энергий, полученных от этого человека (этой ситуации)», 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 – поручите Богу

распорядиться ими.

Сделайте еще несколько подобных вдохов и выдохов, чтобы полностью вернуть свою силу и полностью освободиться от ненужных энергий.

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

# **Начните в любой ситуации направлять другим людям безусловную любовь**

Только утвердившись в чувстве «Я любим(-а)», только обретя благодаря этому внутреннюю силу – силу, которая позволяет не поддаваться внешним влияниям и не терять связи с источником Божественной любви – мы можем гармонично взаимодействовать с другими людьми. Гармоничные взаимоотношения и вообще любое полноценное общение возможны лишь в энергиях любви. Там, где нет этих энергий, где они замещены другими энергиями – связанными с чувством неприятия себя и других – там любые взаимоотношения обречены на неудачу.

# 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.