

# Лунный календарь 2019



*[Астрология](#), [Практическая эзотерика](#)*

*[Аффирмации](#), [Духовные практики](#), [Как обрести счастье](#), [Крайон](#), [Лунные календари](#), [Самопознание](#), [Самосовершенствование](#), [Управление судьбой](#)*

**"Крайон. Лунный календарь 2019. Что и когда надо делать, чтобы жить счастливо"**

Мы живем в такое удивительное время, когда физическая реальность вмещает в себя все больше духовной энергии. Мир становится одушевленным и начинает говорить с нами. Среди главных наших подсказчиков остается такой проверенный инструмент, как лунный календарь.

Энергии лунных суток - это мощный ориентир, данный нам природой. И знаете, на что он нас ориентирует? На то, чтобы мы шли к Свету. Чтобы просветляли свои души. Лунные энергии пробуждают нас к Божественности.

Настрою, практики и упражнения на каждый день лунного цикла; советы по планированию своей жизни в согласии с Божественной Истиной и фазами Луны;

Напутствие Крайона на 2019 год

Потенциал года: конец неопределенности, начало самореализации в новом качестве

Дорогие, Крайон приветствует вас! Очень многое изменилось – вы чувствуете это? Изменилось само пространство и время. Вы иначе воспринимаете реальность. Тот отрезок времени, который вы прошли с 2012 по 2018 год, – это время огромных внутренних перемен. Они произошли в каждом из вас. Вы знаете, в чем суть этих перемен? В том, что изменилось ваше сознание. В том, что каждый из вас несет в себе гораздо больше любви и света.

«Но, Крайон, где же внешние перемены? Мы так их ждем!»

Терпение, дорогие. Присмотритесь к энергии тройки. Тройка – это нумерологическое число 2019 года. Тройка – это поиск баланса, это выход из неопределенности, это внешнее проявление внутреннего.

**Вас ждет значимый год! Вас ждут видимые плоды вашей продолжительной внутренней эволюции. Вы прошли большой путь! Вы давно чувствуете перемены. И вот теперь приходит время выразить, воплотить, проявить накопленный потенциал.**

Но это не окончание пути вашего развития – напротив, только начало! Тройка – это не время почивать на лаврах. Тройка – это первый, ранний урожай. Это первый опыт самовыражения в новом качестве. Первый опыт не всегда бывает идеальным, вы все знаете это! Но главное – чтобы он состоялся. У вас могут быть гигантские достижения в этом году, а могут быть такие, которые покажутся вам скромными. Но и они тоже очень значимы! Примите их с радостью и поздравьте себя с переходом в новое качество.

*Мы знаем, что многие из вас устали от неопределенности. Многим кажется, что потеряна почва под ногами. Что-то старое кончилось, а новое никак не начнется. Некоторым из вас даже казалось, что это конец жизни! Но на самом деле это начало нового этапа. Старые ценности уходят, но они знаменуют лишь переход к чему-то более грандиозному. К чему-то такому, что вы пока еще не можете себе представить.*



**Крайон**



*В 2019 году у вас появятся некие первые представления о том новом, к чему вы идете. Это может быть нечто совершенно неожиданное! Приготовьтесь удивляться! Новые возможности и повороты судьбы придут оттуда, откуда вы их совсем не ждали!*

Ваша истинная суть все больше дает о себе знать. Ваша Божественная природа просыпается и заставляет вас открыть глаза на те вещи, которые раньше были привычными и нормальными. И вот теперь вы можете увидеть за всем этим что-то другое. Вы можете увидеть, что на самом деле хотите чего-то другого! Что более естественным и нормальным для вас будет не то, к чему вы привыкли. И с этого начнутся перемены. Те перемены, которые подсказаны вам не рассудком или вашими прошлыми привычными представлениями. А те перемены, которых требует ваша пробудившаяся суть. И которые осуществляются изнутри наружу.

Однажды утром вы можете проснуться и сказать: «Так вот я какой на самом деле! Так вот что мне нужно! Как же я раньше этого не видел?» И тогда вы поймете, что раньше совсем себя не знали! И тогда вы поймете, что вам нужно, чтобы выйти из неопределенности и обрести устойчивость.

## Это – потенциал 2019 года.

Это год первых попыток обретения баланса. Это не значит, что вы полностью сбалансируетесь и на этом остановитесь. Планета Земля устроена так, что здесь не может быть абсолютного равновесия. Но вы можете удерживать баланс даже в «зоне прибой». В 2019 году вы можете достичь в этом немалых успехов.

А теперь разрешите перечислить главные задачи, которые стоят перед вами в это прекрасное время.

Первая задача: укротите страх

Дорогие, перемены всегда связаны со страхом. Многие из вас боятся, так как вас ждет что-то неопределенное. Это естественно и неосуждаемо. Но страх может стать препятствием к благоприятным переменам. К тому же страх – это орудие, которым пользуется тьма, чтобы перетянуть вас на свою сторону. Страх – это всего лишь темная энергия, энергия низких вибраций. Если направить на нее свет, тьма исчезнет, так как станет светом.



**Крайон**



*Источник света всегда внутри вас. Тьма хочет, чтобы вы об этом забыли. Тьма хочет, чтобы вы чувствовали себя зависимым от нее. На самом деле она зависит от вас. Вы можете взять ее под свой контроль. Вы можете сделать так, что ее совсем не станет в вашей жизни.*

Вы живете на планете дуальности. Это значит, здесь всегда были, есть и будут противоположности: добро и зло, дружба и вражда, созидание и разрушение, любовь и страх. В конечном итоге это противостояние света и тьмы. Тьма никуда не исчезнет с планеты, но

если в прошлом она безраздельно владычествовала здесь, то теперь ее власть кончилась. Пришла другая эра – эра любви, эра света, эра Божественных энергий. Теперь, благодаря вашим усилиям, они начинают главенствовать на Земле. И с их помощью, став их носителями, вы можете – нет, не устранить полностью энергии страха – но сделать так, чтобы они больше не управляли вами. Теперь вы можете управлять ими по своей воле.

Не бойтесь страха! Смотрите на него с открытыми глазами. И тогда он отступит. Страх больше всего боится вашей осознанности. Осознанно принять его – значит, пролить на него свет. Будучи темной энергией, страх растворяется, если на него направить свет. Вы понимаете, что у него на самом деле нет силы? Сила есть у вас! И этой силы страх боится. И чем больше боится, тем сильнее старается вас запугать, надеясь, что вы забудете о своей силе!

Не забывайте о ней, дорогие! Каждый из вас – носитель Божественной энергии, частица единого могущественного целого. Страх – ничто перед этой силой.

**Не бойтесь ожидающих вас перемен, потому что это перемены к лучшему, даже если пока они непредсказуемы для вас. Бесстрашие – это вопрос вашего доверия Богу. Возьмите Бога за руку – того Бога, который у вас внутри, – и вы поймете, что вам нечего бояться, и вы увидите, как страхи разбегаются от вас, устранившись от одного лишь вашего появления.**

Вторая задача: ищите баланс

В 2019 году вы готовы выйти из состояния неопределенности и найти ту точку опоры, которая будет удерживать вас на плаву. У каждого из вас есть ваше Божественное Я, тот духовный стержень, который не дает вам упасть, что бы ни происходило. Даже если вокруг все ходит ходуном, вы, как прочный алмаз, способны оставаться в целостности и невредимости и еще и стабилизировать реальность своим светом. Теперь пришло время привести внешнее в соответствие внутреннему. Это значит, в вашей жизни будет проявляться больше стабильности. Будут точки и целые острова стабильности, где вы сможете чувствовать себя умиротворенно и спокойно. Это может быть семья, новая работа или даже новое место, куда вы переедете жить. В любом случае это будет важный шаг от неопределенности к стабильности, от беспокойства к умиротворенности.

Это не значит, что в вашей жизни не будет трудностей и не будет периодов нестабильности, а также дестабилизирующих факторов. Они будут, и это часть вашей задачи на Земле. Но ищите баланс между тем и другим. Ищите возможность удерживаться на гребне волны. Для этого не забывайте, что главная опора – у вас внутри. Внешнее – лишь отражение внутреннего.



## Крайон



*Чем стабильнее вы внутри, тем больше остров стабильности будет у вас снаружи.*

Но имейте в виду, что стабильность – это не застой. Стабильность – это точка опоры для следующего шага. Это ступени, которые вы сами создаете себе для движения вверх. Будьте спокойны, будьте умиротворены, но при этом будьте активны. И помните, что работа Духа не прекращается ни на миг, независимо от того, пребываете вы в стабильности или в неопределенности.

Третья задача: проявляйте себя изнутри наружу

Тройка несет в себе энергию самовыражения. Это дает вам шанс на реализацию того, что давно накоплено внутри. У вас появится потребность проявить свои истинные желания и осуществить их. Некоторые из вас заметят, что их самореализация до сих пор была преимущественно внешней. То есть существовал разрыв между внешним и внутренним. Теперь пришло время устранить этот разрыв.

В один прекрасный день вы можете почувствовать, что многие вещи в вашей жизни присутствуют лишь по привычке и на самом деле не соответствуют вашей внутренней сути. Вы можете почувствовать, что больше не хотите делать то, что делали годами и что казалось вам естественным. Вы можете почувствовать, что больше не можете это делать!

Вы могли вести привычный образ жизни, вы могли быть с кем-то в отношениях, или ходить на привычную работу, или жить в определенном месте, не задумываясь, как все это соотносится с вами. И теперь вы можете вдруг обнаружить, что все это не соответствует вашим глубинным потребностям и вашему новому самосознанию.

Ваше сознание изменилось, и теперь вы можете почувствовать это! И теперь вы можете задать себе вопросы: для чего мне нужны эти отношения, соответствует ли мне эта работа и нет ли на Земле места, где я почувствую себя лучше?

Пусть вас не пугают эти вопросы. Некоторые из вас в страхе отворачиваются от них. Не бойтесь! Дайте себе шанс найти ответы. Никто не требует, чтобы вы в один миг все бросили и начали новую жизнь в новом месте, с новыми людьми и новой работой. Но если внутри вас отчетливо прозвучит голос, что нечто в вашей жизни больше вам не соответствует – меняйте это. Вам не нужно то, что тормозит ваше развитие, то, что не дает укрепиться вашему чувству собственного достоинства, то, что работает не на вас, а против вас.

**Да, это время перемен, дорогие, и это прекрасные перемены! И не пугайтесь, если привычные прежде вещи начали вызывать у вас непривычные чувства!**

Некоторые из вас, напротив, обнаружат, что они находятся на своем месте, занимаются своим делом и окружены «правильными» людьми. И для вас это тоже будет удивительно, если раньше вы не вполне отдавали себе в этом отчета. Вы сможете с удивлением сказать: «Надо же, я все это время был в правильном месте! Надо же, в моей жизни все так, как должно быть!» И это позволит вам более осознанно и эффективно проживать свою жизнь на своем месте.

Где бы вы ни были и что бы ни делали – ищите то, в чем может проявиться ваша истинная суть, то, что будет соответствовать вам. Не делайте что-то лишь потому, что такова привычка. Осознавайте все то, в чем есть некий автоматизм. Переходите от автоматизма к осознанности. Делайте то, что будет наилучшим образом отражать вас во внешнем мире.

Прежде чем принять какое-то решение и совершить действие, спрашивайте себя: в самом ли деле это отражает меня? И тогда вы почувствуете, что в самом деле изменились и что находитесь прямо сейчас в лучшем месте и в лучшее время!

Предопределенности не существует!

Дорогие, не забывайте, что предопределенности не существует. Свое будущее создаете вы сами – своими намерениями, мыслями, чувствами, действиями. Вы могущественны, и сила ваша растет. И если вы идете за руку с Богом, то ваше могущество работает лишь во благо вам и другим людям.

Тенденции, преобладающие в тот или иной момент времени, не означают предопределенности. Мы подсказываем вам направления вашего развития, но не говорим о том, что вы «должны» или «не должны». Вы живете на планете свободной воли. И у вас достаточно силы и мастерства, чтобы самостоятельно строить свою жизнь. Мы просто напоминаем вам: планета движется в любовь и свет Бога. И все самое благоприятное происходит с вами, когда вы помещаете себя в это русло.

Вы бесконечно любимы, дорогие! И вы живете в любящем мире, где у вас есть все необходимое, чтобы идти от хорошего к лучшему.

*С любовью к пробуждающемуся человечеству,*

*Крайон*

## **Лунный календарь на 2019 год**



Первые лунные сутки

### **Даты и время, на которые приходятся первые лунные сутки в 2019 году**

06.01.2019, 04.28–06.01.2019, 09.05;  
05.02.2019, 00.05–05.02.2019, 08.47;  
06.03.2019, 19.05–07.03.2019, 07.51;  
05.04.2019, 11.52–06.04.2019, 06.43;  
05.05.2019, 01.47–05.05.2019, 05.24;  
03.06.2019, 13.03–04.06.2019, 04.48;  
02.07.2019, 22.17–03.07.2019, 04.19;  
01.08.2019, 06.13–02.08.2019, 05.51;  
30.08.2019, 13.37–31.08.2019, 06.20;  
28.09.2019, 21.28–29.09.2019, 06.47;  
28.10.2019, 06.40–28.10.2019, 07.13;  
26.11.2019, 18.08–27.11.2019, 09.02;  
26.12.2019, 08.16–26.12.2019, 09.06.

### **Крайон: «Услышь себя»**

Сделай глубокий вдох... Дыши энергией любви. Почувствуй – она везде, она вокруг тебя, она в тебе. Наполнись этой энергией. Впусти ее в свое сердце. Это хороший день для тебя. День, когда все возможно. Любое новое начало возможно. Все, что звучит в твоём сердце, может стать песней, которую услышат все.

Но не спеши. Услышь сначала эту песню внутри себя. Прислушайся к тому, Кто Ты Есть. Будь внимательнее к себе. Посвяти эти минуты себе. Отвлекись от всего внешнего. Чего ты по-настоящему хочешь? Какие чувства живут в тебе? Чувства, которые, может быть, где-то очень глубоко, и ты не даешь им проснуться по-настоящему?

Не бойся. Ты в энергиях любви, ты в безопасности. Встреться с собой, и пусть это будет счастливая и долгожданная встреча. Ты можешь

плакать, ты можешь улыбаться, ты можешь радоваться или печалиться... Позволь этим чувствам быть, позволь им течь. И скажи себе, что это благословенные минуты.

## **Рекомендации на первые лунные сутки**

➤ Если это слишком короткие лунные сутки и к тому же приходится на ранние утренние часы – не переживайте, если вы проспали. Попробуйте вспомнить, что вам приснилось. В этих сновидениях могут быть намеки на события, которые готовы развернуться в ближайший месяц.

➤ Создайте для себя спокойный и позитивный настрой. Скажите себе, что это хороший день, что сегодня можно расслабиться и успокоиться.

➤ Посвятите несколько минут тому, чтобы позволить своим мыслям блуждать так, как им хочется. Не подстегивайте мыслительный процесс, просто наблюдайте за тем, каков общий строй ваших мыслей. К чему вы возвращаетесь вновь и вновь? Что занимает вас больше всего? Возможно, вы таким образом определите, какие задачи вам нужно решать в первую очередь.

➤ Позвольте себе расслабленно помечтать. Не ставьте пока никаких конкретных целей, не стройте планов. Не слишком задумывайтесь о том, могут ли осуществиться ваши мечты. Просто спросите себя: «Чего бы я хотел(а)?» И мечтайте безо всяких ограничений. Ваше подсознание само выберет то, что вам в самом деле нужно и что готово к воплощению.

➤ Если позволяет продолжительность этих лунных суток, очень хорошо какое-то время провести в уединении – немного прогуляться в парке или в другом месте, где есть деревья и можно любоваться природой, или послушать свою любимую музыку.

➤ Уделите время размышлениям о том, насколько ваш образ жизни, ваши занятия, ваше окружение соответствует вашей сути. Отражает ли это вас? Служит ли это вам? Это действительно «ваше»? Или душа просит чего-то другого? Вовсе не обязательно сразу что-то менять. Просто поразмышляйте на тему: «Что в моей жизни в самом деле мое – а что не мое?»

➤ Если есть близкий человек, который вас понимает, поговорите с ним по душам. Возможно, из этой беседы вы поймете что-то очень важное для себя сейчас.

## **Настрой-аффирмация на день**

06.01.2019, 04.28–06.01.2019, 09.05

*« Это хороший день. Это хорошее время, чтобы начать что-то новое. Это новое ждет меня. И я знаю, что оно прекрасно.*

05.02.2019, 00.05–05.02.2019, 08.47

*« Я дышу любовью. Меня окружает любовь. Я впускаю любовь в мое сердце. В мире нет ничего, кроме любви. Любовь – это истинная суть мира. Это и моя истинная суть.*



06.03.2019, 19.05–07.03.2019, 07.51

*« Я открываю в себе огромный творческий потенциал. Скрытые силы просыпаются во мне. Я с любовью позволяю им проявить себя.*

05.04.2019, 11.52–06.04.2019, 06.43

*« Я доверяю своей Божественной сути. Я знаю, что все происходящее – к лучшему.*

05.05.2019, 01.47–05.05.2019, 05.24

*« Чудо жизни – рядом. Я вслушиваюсь и всматриваюсь в окружающую меня реальность и вижу красоту.*

03.06.2019, 13.03–04.06.2019, 04.48

*« Новые возможности открываются сегодня. Каждый миг несет в себе целый букет возможностей. Я с благодарностью принимаю их в свою жизнь!*

02.07.2019, 22.17–03.07.2019, 04.19

*« Я погружаюсь сейчас в момент настоящего. Я встречаюсь с собой, я встречаюсь с новыми шансами и дарами жизни.*

01.08.2019, 06.13–02.08.2019, 05.51

*« Моя встреча с Богом – здесь и сейчас. Творец, веди меня наилучшими путями к тому лучшему, что уже ожидает меня!*

30.08.2019, 13.37–31.08.2019, 06.20

*« Я успокаиваюсь и прислушиваюсь к себе. Покой и умиротворенность в моем сердце. Все, что мне нужно в жизни, уже здесь.*

28.09.2019, 21.28–29.09.2019, 06.47

*« В моей жизни все так, как должно быть. Я благодарю жизнь, я благодарю Творца за то, что сейчас я нахожусь в лучшее время в лучшем месте.*

28.10.2019, 06.40–28.10.2019, 07.13

*« Я смотрю внутрь себя и вижу Божественную красоту. Я един с Богом, я един с Божественным светом и Божественной любовью.*

26.11.2019, 18.08–27.11.2019, 09.02

*« Свет и любовь входят в мою жизнь и прямо сейчас открывают передо мной новые прекрасные пути.*

26.12.2019, 08.16–26.12.2019, 09.06

*« Я Есть Дух, бесконечный и бессмертный. Я в безопасности. Я радуюсь своему прекрасному путешествию по планете Земля в роли человека!*

Практика «Бесконечный свет»

Закройте глаза и представьте, что вы оказались в безграничном пространстве, заполненном светом. Это пространство вашего сознания и Духа, ваш внутренний Космос, ваша Вселенная. Вы можете окрасить энергии в любой приятный вам цвет и придать освещению любую интенсивность. Главное – чтобы вам комфортно было находиться в этом пространстве.

Представьте, что свет, окружающий вас, – это не просто свет, а энергия любви. Она мягко касается вас, и вы чувствуете чью-то бесконечную заботу, доброжелательность, милосердие и сочувствие. Вы здесь дома, вы в безопасности, можно расслабиться и просто наслаждаться окружающими вас энергиями. Дышите ими, купайтесь в них, наполняйтесь ими.

Представьте, что у этой энергии есть источник. Он невидим, но вы ощущаете его. Этот источник – бесконечное сознание, наполненное любовью. Присутствие этого сознания, этой великой любви вы ощущаете. Не важно, как его назвать – Бог, Творец, Создатель, Центральное Солнце или Высший Разум – его суть остается неизменной: это любовь, свет истины, бесконечное милосердие и бесконечная мудрость.

Скажите себе: «Я Есть единое целое с великим источником любви, истины, мудрости. Я Есть любовь, истина, мудрость».

Сохраните этот настрой на весь день.

Вторые лунные сутки

## **Даты и время, на которые приходятся вторые лунные сутки в 2019 году**

06.01.2019, 09.05–07.01.2019, 09.45;  
05.02.2019, 08.47–06.02.2019, 09.09;  
07.03.2019, 07.51–08.03.2019, 08.06;  
06.04.2019, 06.43–07.04.2019, 07.00;  
05.05.2019, 05.24–06.05.2019, 05.46;  
04.06.2019, 04.48–05.06.2019, 05.35;

03.07.2019, 04.19–04.07.2019, 05.30;  
02.08.2019, 05.51–03.08.2019, 07.22;  
31.08.2019, 06.20–01.09.2019, 07.52;  
29.09.2019, 06.47–30.09.2019, 08.18;  
28.10.2019, 07.13–29.10.2019, 08.43;  
27.11.2019, 09.02–28.11.2019, 10.18;  
26.12.2019, 09.06–27.12.2019, 10.02.

### **Крайон: «Двери открыты»**

Прямо сейчас перед тобой открывается множество дверей. И за каждой из них – прекрасная возможность. Ты можешь войти в любую из них. И у тебя есть силы, чтобы принять в свою жизнь то, что тебя там ожидает. Выбирай! Это подходящий момент, чтобы сделать выбор, а затем сделать шаг.

Не спеши. Сделай шаг, один лишь шаг. Если этот шаг продиктован твоим Духом, ты увидишь, что будет. Дорога начнет стелиться. И перемены, о которых ты мечтал, не заставят себя ждать.

И все, что тебе нужно для этого, – увидеть возможности, даже если на первый взгляд кажется, что их нет. Успокойся. Будь собой. Будь здесь и сейчас. Не забегай вперед. Возможности прямо перед тобой. Здесь и сейчас, а не где-то и не потом. Ты твердо стоишь на ногах. И у тебя есть силы сделать шаг. Сделай его – и ты получишь поддержку, помощь. Всевышний оберегает тебя и подсказывает путь. Смелее!

### **Рекомендации на вторые лунные сутки**

➤ В этот день можно начинать любое новое дело. Но сначала надо хорошо обдумать свои планы. Поэтому первую половину дня лучше посвятить размышлениям, анализу ситуации и принятию решений, а действовать уже во второй половине дня.

➤ Хорошее время, чтобы «начать жизнь сначала» – поменять работу, местожительство, сесть на диету, заняться спортом.

➤ То, что не получалось в одиночку, может получиться вместе с другими людьми. Благоприятна любая коллективная работа. Успешным будет также поиск партнеров и единомышленников.

➤ Полезна любая активность, в том числе и физическая. Займитесь спортом, танцами или просто прогуляйтесь быстрым шагом.

➤ Уделите немного времени, чтобы вспомнить все свои самые большие успехи, удачи, достижения. Порадуйтесь за себя. Скажите себе: «Я смог, я это сделал!», «Какой же я молодец!». Так вы создадите для себя мощную энергетическую волну, которая понесет вас к новым успехам.

➤ Общайтесь, встречайтесь с друзьями и деловыми партнерами, ведите беседы, переговоры, просто разговаривайте – сегодня это пойдет на пользу, даст вам новую информацию и мощный позитивный эмоциональный заряд.

➤ Если вы ранее планировали какие-то крупные покупки и финансовые операции – сегодня подходящее время для осуществления этих планов.

### **Настрой-аффирмация на день**

06.01.2019, 09.05–07.01.2019, 09.45

☾ *Передо мной открываются новые возможности. Я всегда нахожу наилучший выход из любой ситуации. У меня всегда есть выбор.*

05.02.2019, 08.47–06.02.2019, 09.09

☾ *Все в моей жизни зависит от меня. Своими мыслями, чувствами, намерениями и действиями я создаю свою собственную реальность.*

07.03.2019, 07.51–08.03.2019, 08.06

☾ *Я становлюсь сильнее. Я многое могу. Мой успех, мое благополучие, мое счастье в моих руках.*

06.04.2019, 06.43–07.04.2019, 07.00

☾ *В любых ситуациях я чувствую поддержку моей Божественной семьи. Дух руководит мной, направляет меня, и у меня все получается.*

05.05.2019, 05.24–06.05.2019, 05.46

☾ *Мой мир наполнен светом и любовью. У меня все хорошо.*

04.06.2019, 04.48–05.06.2019, 05.35

☾ *В моей жизни все к лучшему. За руку с Богом я иду от удачи к удаче.*

03.07.2019, 04.19–04.07.2019, 05.30

☾ *Я Есть частица Творца, и мои творческие, созидательные силы пробуждаются. Я сам творец своей жизни!*

02.08.2019, 05.51–03.08.2019, 07.22

*« Я верю в себя. Я знаю, что справлюсь с задачами, которые ставит передо мной жизнь. Шаг за шагом, спокойно и уверенно, я иду к моей победе.*

31.08.2019, 06.20–01.09.2019, 07.52

*« Я несу ответственность за свою жизнь. Я руковожу своей жизнью грамотно и умело.*

29.09.2019, 06.47–30.09.2019, 08.18

*« Я несу мир, любовь и дружелюбие в своем сердце. Жизнь и люди отвечают мне тем же.*

28.10.2019, 07.13–29.10.2019, 08.43

*« Огромный созидательный потенциал пробуждается во мне. Я – мастер, я – творец, я – созидатель.*

27.11.2019, 09.02–28.11.2019, 10.18

*« Все, что я делаю, наполнено любовью. Каждое мое действие направлено на наивысшее благо для меня и других людей.*

26.12.2019, 09.06–27.12.2019, 10.02

*« Я принимаю на себя роль полноправного хозяина своей жизни. Собственной волей я меняю жизнь к лучшему.*

Практика «Проявите себя!»

Есть ли в вашей жизни что-то такое, чем вы всегда хотели заняться, но почему-то так и не занялись? Может, петь, или рисовать, или свободно общаться на иностранных языках, или освоить какую-то профессию, или побывать в каком-то месте.

Спросите себя: почему вы это откладывали? Почему не решились?

Вы почему-то решили: «Это не для меня». Может, вам это кто-то внушил? Или вы сравнивали себя с другими людьми – и вам казалось, что сравнения не в вашу пользу, а потому вы просто задушили в себе зачатки желаний. Или вы считали, что нужны какие-то особые условия для того, чтобы вы могли себе это позволить.

Скажите себе, что все эти преграды, если и значили что-то в прошлом, то сейчас точно ничего не значат. Если вы чего-то хотите, то никто и

ничто не сможет вам помешать. Вы имеете право хотя бы попробовать делать то, к чему вас тянет.

Затем задайте себе вопрос: «А почему бы не начать делать это прямо сейчас?»

Вы сразу же почувствуете что-то вроде азарта. Если препятствия, ограничения, которые заставляли вас откладывать это, были ложными, они начнут исчезать.

Направьте внимание внутрь себя и напомните себе, что вы – хозяин своей собственной жизни. И у вас есть своя собственная воля. Только вы можете решать, как и что вам делать. И никто не может вмешиваться в процесс ваших решений.

Задайтесь целью собрать информацию о том, где и как вы можете проявить себя в желаемом качестве. Вы увидите, что возможностей больше, чем вы думали! Найдите единомышленников – людей, которых интересует то же, что и вас. И смело действуйте, идите на разные собрания по интересам, в клубы, группы и т. д. Вы обязательно встретите понимание и поддержку.

Третьи лунные сутки

### **Даты и время, на которые приходятся третьи лунные сутки в 2019 году**

07.01.2019, 09.45–08.01.2019, 10.17;  
06.02.2019, 09.09–07.02.2019, 09.27;  
08.03.2019, 08.06–09.03.2019, 08.21;  
07.04.2019, 07.00–08.04.2019, 07.19;  
06.05.2019, 05.46–07.05.2019, 06.14;  
05.06.2019, 05.35–06.06.2019, 06.36;  
04.07.2019, 05.30–05.07.2019, 06.52;  
03.08.2019, 07.22–04.08.2019, 08.52;  
01.09.2019, 07.52–02.09.2019, 09.22;  
30.09.2019, 08.18–01.10.2019, 09.48;  
29.10.2019, 08.43–30.10.2019, 10.09;  
28.11.2019, 10.18–29.11.2019, 11.22;  
27.12.2019, 10.02–28.12.2019, 10.44.

### **Крайон: «На гребне волны»**

Остановитесь на мгновение. Вслушайтесь, вчувствуйтесь в мир. Вслушайтесь, вчувствуйтесь в себя. Вы чувствуете, как пробуждается ваша сила? Вы чувствуете, как оживает ваша энергия и как она требует воплощения? Вы чувствуете, как поток жизни подхватывает вас и несет туда, где вы можете проявить себя наилучшим образом?

Вы сейчас на гребне волны. Вы на пике возможностей. Вы можете приложить свои силы к чему-то такому, о чем давно мечтали. Вы можете сделать много хорошего сегодня для себя и для других. Смелее! Вы любимы и вы прекрасны. И ваша сила – это сила любви и света Бога.

Будьте спокойными и умиротворенными, и волна принесет вас к наивысшему успеху.

### **Рекомендации на третьи лунные сутки**

➤ Сегодня лучшее время, чтобы действовать, предпринимать решительные шаги в чем бы то ни было. Пассивность противопоказана. Но действия должны быть продуманными, не спонтанными.

➤ Рекомендуется внести какие-то новшества в привычные дела. Подойдите творчески к вашей ежедневной работе, найдите новые подходы.

➤ Уделите время общению с друзьями и близкими. Но имейте ввиду, что споры, выяснения отношений противопоказаны. Даже если вы не сходитесь в чем-то, задайтесь целью найти то, что вас объединяет, и обойдите стороной все то, что разъединяет.

➤ По возможности отправьтесь туда, где собираются ваши единомышленники или люди сходных с вашими интересов. Примите участие в каком-нибудь коллективном мероприятии, можно даже виртуальном (вебинары, мастер-классы, конференции и т. д.).

➤ Проявите силу воли и сделайте то, что давно откладывали (трудную работу, уборку в доме и т. д.). Поздравьте себя с тем, что вы наконец-то это одолели!

➤ Решите, что вы с сегодняшнего дня избавитесь от какой-то вредной привычки или приобретете полезную, и прямо сейчас сделайте это.

➤ Преодолейте один из ваших страхов – хотя бы небольшой. Например, позвоните человеку, с которым вы в ссоре, даже если боитесь его гнева; заговорите с кем-нибудь на улице, если боитесь вступать в общение с незнакомыми людьми; зайдите в дорогой бутик, который раньше обходили стороной; посетите спортзал, даже если стесняетесь своей комплекции, и т. п. Похвалите себя за это!

### **Настрой-аффирмация на день**

07.01.2019, 09.45–08.01.2019, 10.17

*☾ Я сам создаю самого себя. Я управляю собой. Сегодня я создаю в себе смелость, решительность, уверенность в себе.*

06.02.2019, 09.09–07.02.2019, 09.27

*☾ Мне даны все необходимые шансы на успех. Теперь я учусь видеть и не упускать их. Я использую каждый шанс наилучшим для себя образом.*

08.03.2019, 08.06–09.03.2019, 08.21

*☾ Я спокоен, сосредоточен и умиротворен. Я иду своим собственным путем и все нужные двери открываются передо мной.*

07.04.2019, 07.00–08.04.2019, 07.19

*☾ Я хороший человек, я замечательный человек, и все лучшее в жизни принадлежит мне по праву.*

06.05.2019, 05.46–07.05.2019, 06.14

*☾ Сегодня я открываю двери для тех благ, которые уже ждут меня. Я с радостью и благодарностью принимаю дары жизни.*

05.06.2019, 05.35–06.06.2019, 06.36

*☾ Сейчас я вступаю в тот прекрасный момент моей жизни, когда моя счастливая судьба начинает разворачиваться во всей своей полноте.*

04.07.2019, 05.30–05.07.2019, 06.52

*☾ Быть творцом своей жизни – прекрасно. Моя воля и моя творческая сила разворачиваются во всю мощь и не зависят ни от кого и ни от чего!*

03.08.2019, 07.22–04.08.2019, 08.52

*☾ Я планирую для себя только лучшее. Я осуществляю для себя только лучшее. Я совершаю только те шаги, которые ведут к лучшему.*

01.09.2019, 07.52–02.09.2019, 09.22

*☾ Сегодня все складывается так, как нужно мне. Я поручаю Духу выбирать для меня только лучшие возможности!*

30.09.2019, 08.18–01.10.2019, 09.48

*☾ Я справляюсь с любыми задачами, я легко делаю даже самые сложные дела, и все мне приносит успех!*



29.10.2019, 08.43–30.10.2019, 10.09

*« Во мне пробуждаются все новые силы. Я все лучше узнаю самого себя и свои возможности. Я раскрываюсь с самых лучших сторон!*

28.11.2019, 10.18–29.11.2019, 11.22

*« Я верю в себя. У меня все получается. Сила моего Божественного Я ведет меня от успеха к успеху.*

27.12.2019, 10.02–28.12.2019, 10.44

*« Легкость, радость, вдохновение – мои спутники сегодня. Я делаю все с наслаждением, радостно, легко, играючи, я справляюсь с любыми задачами.*

Практика «Источник энергии»

Закройте глаза, направьте внимание внутрь себя и представьте, что примерно на уровне солнечного сплетения есть точка, где сосредоточена энергия. Представьте там золотисто-желтый шарик энергии. Сделайте вдох и представьте, что этот шарик начинает излучать энергию, которая постепенно заполняет все ваше тело. Потоки энергии движутся мягко и плавно, и вы наполняетесь светом и силой. Заполнив все ваше тело, энергия выходит за его пределы. Вы оказываетесь внутри энергетического потока, и источник этой энергии – вы. Эта энергия связывает вас с небом и землей, и вы в ее волнах, будто бы в центре мироздания.

Представьте, как эта энергия оживляет каждую вашу клетку, наполняет силой ваши мускулы, расправляет ваши плечи, освобождает грудную клетку. Она наполняет вас азартом, вдохновением, радостью. Это легкая, веселая сила. Энергия касается ваших губ, и вы улыбаетесь, она касается ваших глаз, и глаза начинают сиять. Энергия делает вас легче, подвижнее. Вам хочется двигаться, вам хочется действовать – но вам даже не надо прилагать усилий, потому что энергия сама действует через вас.

Скажите себе: «Я сильный и свободный, потому что сила и свобода Бога во мне. Я все могу, я со всем справляюсь, и я радуюсь жизни!»

Напоминайте себе об этом в течение дня.

Четвертые лунные сутки

**Даты и время, на которые приходятся четвертые лунные сутки в 2019 году**

08.01.2019, 10.17–09.01.2019, 10.43;  
07.02.2019, 09.27–08.02.2019, 09.44;  
09.03.2019, 08.21–10.03.2019, 08.37;  
08.04.2019, 07.19–09.04.2019, 07.43;  
07.05.2019, 06.14–08.05.2019, 06.53;  
06.06.2019, 06.36–07.06.2019, 07.49;  
05.07.2019, 06.52–06.07.2019, 08.19;  
04.08.2019, 08.52–05.08.2019, 10.21;  
02.09.2019, 09.22–03.09.2019, 10.50;  
01.10.2019, 09.48–02.10.2019, 11.14;  
30.10.2019, 10.09–31.10.2019, 11.28;  
29.11.2019, 11.22–30.11.2019, 12.11;  
28.12.2019, 10.44–29.12.2019, 11.15.

### **Крайон: «Вспомните и восхититесь!»**

Сделайте глубокий вдох – и вспомните о том, Кто Вы Есть! Внутри у вас – Космос, целый прекрасный мир, где вы Божественны и вы любимы!

Останьтесь ненадолго наедине с собой и восхититесь своей красотой. Восхититесь тем, как прекрасен Бог внутри вас. Восхититесь своей внутренней Вселенной. Восхититесь чудом, которое есть вы.

Посмотрите на себя любящими глазами, глазами Бога. И вы, может быть, увидите то, чего не видели раньше, – правду о себе. И эта правда превзойдет все ваши ожидания. Эта правда покажет вам ваше Божественное величие. И эта правда сделает неважными все ваши проблемы и недостатки. Она – больше всего, что вам известно.

Вспомните и восхититесь!

### **Рекомендации на четвертые лунные сутки**

➤ В этот день будет удаваться все то, что вы делаете спокойно и без спешки. При возможности лучше отказаться от суеты и занятий, чреватых стрессами.

➤ Желательно провести побольше времени в тишине, покое, уединении. Займитесь чем-то, что вам нравится, позволяет отключиться от забот и отдохнуть: прогулка, рукоделие, чтение и т. д.

➤ Лучше всего заниматься работой, которая вам привычна и хорошо знакома, хотя, может быть, немного скучна. Сегодня самое подходящее время, чтобы разобраться со всевозможными накопившимися рутинными делами, навести порядок, «разложить все по полочкам».

➤ Наведите порядок и в своих мыслях. Сосредоточьтесь на настоящем моменте и решите, чего от вас в первую очередь требует данная ситуация. Есть ли неотложные задачи или, может быть, вам надо в первую очередь отдохнуть и восстановить силы? Запланируйте самые необходимые действия.

➤ Займитесь чем-нибудь творческим, даже если никогда не делали этого раньше. Нарисуйте что-нибудь или сочините стихотворение, спойте, станцуйте. Не думайте о результате и том, как это выглядит со

стороны, – наслаждайтесь процессом. Это станет для вас хорошим сеансом арт-терапии. Не обязательно уделять этому много времени – достаточно 10–20 минут.

➤ Не принимайте скоропалительных решений. Сначала обдумайте в уединении и тишине то, что хотите сделать. Успокаивайте мысли и прислушивайтесь к голосу интуиции – сегодня она способна дать вам самые точные подсказки.

➤ Если запланированы покупки, делайте их не спеша, оставаясь в спокойном, умиротворенном состоянии. Тогда они будут на редкость удачны.

### **Настрой-аффирмация на день**

08.01.2019, 10.17–09.01.2019, 10.43

*☾ Я живу в мире с самим собой. Я люблю свое Божественное Я и радуюсь возможности быть самим собой.*

07.02.2019, 09.27–08.02.2019, 09.44

*☾ Я управляю своими мыслями и эмоциями, своим настроением и состоянием. Сейчас я создаю себе спокойное, умиротворенное состояние.*

09.03.2019, 08.21–10.03.2019, 08.37

*☾ Сегодня я вижу все происходящее в свете Божественной истины. Дух ведет и направляет меня на самые лучшие пути.*

08.04.2019, 07.19–09.04.2019, 07.43

*☾ Я доброжелателен к себе и к другим, и мир доброжелателен ко мне.*

07.05.2019, 06.14–08.05.2019, 06.53

*☾ Все идет своим чередом. Все в порядке, все так, как надо. Шаг за шагом я решаю свои задачи, и мне это хорошо удается.*

06.06.2019, 06.36–07.06.2019, 07.49

*☾ Сегодня я все делаю спокойно, не спеша, с внутренней улыбкой и доверием к Духу, который помогает мне во всем.*

05.07.2019, 06.52–06.07.2019, 08.19

☾ *Сегодня я замечаю только хорошее – то, как мир благоволит мне и посылает добрые знаки.*

04.08.2019, 08.52–05.08.2019, 10.21

☾ *Я живу в дружественном мире. Я живу в безопасном мире. Поток Божественных энергий хранит и защищает меня.*

02.09.2019, 09.22–03.09.2019, 10.50

☾ *Мое Божественное совершенство проявляется во всем, что я делаю. Я вижу себя прекрасным и совершенным – таким, каким видит меня Бог.*

01.10.2019, 09.48–02.10.2019, 11.14

☾ *Божественная любовь в моем сердце. Я благословляю все, к чему прикасаюсь.*

30.10.2019, 10.09–31.10.2019, 11.28

☾ *Я желаю добра и любви себе, всем людям, всему миру.*

29.11.2019, 11.22–30.11.2019, 12.11

☾ *Божественная семья со мной. Она несет мне любовь, радость и покой каждый миг моей жизни.*

28.12.2019, 10.44–29.12.2019, 11.15

☾ *У меня все хорошо. Бог меня любит и не оставит.*

Практика «Энергия доброжелательности»

Останьтесь наедине с собой и направьте себе самые добрые пожелания. Скажите себе о том, как вы себе дороги. Можете даже признаться себе в любви. Обещайте себе, что не допустите к себе никакого зла, никакой тьмы. Что будете оберегать и защищать себя, как самого любимого человека.

Представьте, что ваша доброжелательность – это теплая и очень приятная энергия, которая окутывает вас коконом. Вам приятно находиться в ней, но снаружи она твердая, как алмаз, и непроницаемая

для всего, что не является энергией безусловной любви. Чтобы закрепить это ощущение, можете продекларировать его вслух: «Помещаю себя в кокон энергии доброжелательности, мягкой и теплой для меня и непроницаемой для всего, что меньше безусловной любви».

Затем, все так же оставаясь в коконе и ощущая энергию доброжелательности внутри себя, мысленно поделитесь ею с другими людьми. Внутренне при этом будьте укоренены в этой энергии. Ее не только не убудет, но станет больше, когда вы начнете делиться.

Постарайтесь находиться в этом коконе в течение всего дня и направляйте доброжелательность всем окружающим. Тогда вам просто не встретятся недоброжелательные люди. А если на вас все же будет направлена чья-то недоброжелательность, ее энергия не сможет никак повлиять на вас. Вы даже этого не заметите. Ваша доброжелательность станет броней, через которую не может пройти никакая негативность.

Пятые лунные сутки

### **Даты и время, на которые приходятся пятые лунные сутки в 2019 году**

09.01.2019, 10.43–10.01.2019, 11.03;  
08.02.2019, 09.44–09.02.2019, 09.59;  
10.03.2019, 08.37–11.03.2019, 08.54;  
09.04.2019, 07.43–10.04.2019, 08.14;  
08.05.2019, 06.53–09.05.2019, 07.43;  
07.06.2019, 07.49–08.06.2019, 09.12;  
06.07.2019, 08.19–07.07.2019, 09.47;  
05.08.2019, 10.21–06.08.2019, 11.46;  
03.09.2019, 10.50–04.09.2019, 12.14;  
02.10.2019, 11.14–03.10.2019, 12.35;  
31.10.2019, 11.28–01.11.2019, 12.37;  
30.11.2019, 12.11–01.12.2019, 12.47  
29.12.2019, 11.15–30.12.2019, 11.38.

### **Крайон: «Да или нет?»**

Задумайтесь о том, чему вы в жизни говорите «да», а чему «нет». Не говорите ли вы «да», когда хотите сказать «нет», и наоборот? Не говорите ли вы «да» вредным привычкам, чему-то, что вас разрушает, и не говорите ли вы «нет» чему-то полезному, идущему вам во благо?

Дорогие, пришло время разобраться, чего вы на самом деле хотите, к чему стремитесь, что любите. Определите, в чем состоят ваши ценности. Определите, что для вас важно и что вы готовы отстаивать. Чему вы будете следовать, даже если все вокруг будут против? Ваше Я бесценно. Ваша Божественность бесценна. Путь вашего Духа бесценен. Готовы ли вы сказать «да» самому себе и сказать «нет» всему тому, что мешает вам быть собой? Ничего не бойтесь и идите своим путем! Вы уникальны, вы неповторимы, вы великолепны. Не бойтесь быть собой и проявлять себя такими, какие вы есть!

### **Рекомендации на пятые лунные сутки**

➤ Хорошее время для того, чтобы восстановить состояние внутренней гармонии, разобраться в себе, выяснить, что для вас приоритетно, а что не важно. Составьте список всего того, что для вас ценно и важно, и запланируйте действия, которые будут соответствовать этим ценностям.

➤ Сейчас подходящий момент, чтобы что-то изменить к лучшему – например, перейти к здоровому образу жизни, отказаться от вредных привычек, начать учиться чему-то новому. Это принесет очень хорошие плоды в недалеком будущем.

➤ Скажите «нет» как минимум трем вещам в вашей жизни, которые тормозят ваше развитие или действуют на вас разрушительно. Продержитесь без них хотя бы в течение этих суток! Если вы сделаете это усилие над собой, дальше будет легче придерживаться более благоприятного поведения в отношении себя.

➤ Проверьте, нет ли у вас привычки жаловаться на жизнь. Если начнете жаловаться и сетовать, даже мысленно, сразу же возразите себе: «Это еще не вся правда. С этого момента я начинаю искать и находить хорошие стороны во всем». Если кто-то в вашем присутствии начнет жаловаться – не спорьте, но про себя тоже отметьте, что это не вся правда и есть другие точки зрения.

➤ Благоприятным будет общение с близкими и друзьями – оно принесет вам позитивные эмоции при условии, что вы не будете поддаваться негативным влияниям и не втянетесь в споры.

➤ Успешна любая коллективная работа, особенно такая, где нужна взаимовыручка и взаимопомощь. Помогайте другим хотя бы советом, и вы тоже получите необходимую вам помощь.

➤ Особую пользу принесут любые физические нагрузки и оздоровительные мероприятия.

### **Настрой-аффирмация на день**

09.01.2019, 10.43–10.01.2019, 11.03

☾ *Я выбираю для себя только лучшее. Я выбираю то, что идет мне во благо.*

08.02.2019, 09.44–09.02.2019, 09.59

☾ *Я создаю для себя мир, полный добра и любви.*

10.03.2019, 08.37–11.03.2019, 08.54

☾ *Я представляю собой незыблемую ценность. Я дорожу собой как ценностью, которая ни от чего не зависит.*

09.04.2019, 07.43–10.04.2019, 08.14

☾ *Свет любви рождается в моем сердце и озаряет все вокруг.*

08.05.2019, 06.53–09.05.2019, 07.43

☾ *Я благодарю жизнь за все то хорошее, что она дает мне.*

07.06.2019, 07.49–08.06.2019, 09.12

☾ *Я совершенен в глазах Бога, и ничьи слова и действия не способны изменить мое совершенное Божественное Я.*

06.07.2019, 08.19–07.07.2019, 09.47

☾ *Сегодня я прислушиваюсь к своим желаниям и выбираю только то, что я люблю.*

05.08.2019, 10.21–06.08.2019, 11.46

☾ *Сила и энергия прибывают во мне, моя жизнь обновляется и совершает поворот к лучшему.*

03.09.2019, 10.50–04.09.2019, 12.14

☾ *Я дорожу каждым моментом настоящего, ведь каждый момент бесценен и неповторим.*

02.10.2019, 11.14–03.10.2019, 12.35

☾ *Я достоин заботы о себе, любви и уважения к себе, я достоин всего самого лучшего.*

.....//

Фрагмент текста книги...