**О гармонии**

Каждому из нас знакомо это чувство: когда все ладится, жизнь ощущается как единый поток, внутри чувствуется наполненность, радость, принятие. В такие моменты нам легко совершать благородные поступки, проявлять свои самые лучшие качества, оказывать помощь и поддержку родным, близким, а порой и совсем незнакомым нам людям. Мы будто делимся тем, чем в избытке наполнены изнутри, транслируя на все вокруг это благостное состояние. Гармония ассоциируется у нас с состоянием покоя, радости, любви, милосердия, доброты. Но, к сожалению периоды гармоничных состояний сменяются настроениями, окрашенными в противоположные по качеству энергии. Время от времени мы становимся раздражительными и эгоистичными, завистливыми и недоверчивыми, беспокойными и агрессивными. Нам так хотелось бы, чтобы состояния гармонии подольше задерживались в нашей жизни. Именно поэтому мы часто желаем друг другу гармонии в семье, в душе, гармоничных взаимоотношений с самим собой и окружающим миром.

Можно осознанно наполнять гармонией свою жизнь, становясь самому источником этой энергии. Научившись излучать гармонию вокруг себя, вы перестанете зависеть от гармоничных состояний как от милости небес, вы сможете осознанно и стабильно пребывать в состоянии гармонии, даже вне зависимости от внешних обстоятельств.

Чтобы достичь этого, нужно посвятить определенное время исследованию своей истинной природы, обратить внимание вовнутрь самого себя. Познавая себя, вы непременно увидите, что все самые прекрасные и гармоничные вещи находятся уже у вас внутри. Пребывая в покое и открываясь самому себе, вы обнаружите огромный источник любви, тепла, милосердия и сострадания ко всему живому вокруг. Транслируйте эту энергию вокруг себя, заботьтесь и любите тех, кто находится рядом с вами. Относитесь к другим, как к близким и родным. Действуйте из побуждений любви и доброты. И жизненная гармония благодатным потоком обрушится на вас, привнеся в вашу жизнь самые яркие краски, самые прекрасные и неожиданные события, которые сделают вас счастливыми, а мир вокруг вас — гармоничным.

**О самосовершенствовании**

Нас окружает огромный мир, состоящий из множества жизней и судеб, их пересечений и взаимодействий. Причудливый рисунок жизни многогранен и неуловим, прекрасен и целостен. Каждая индивидуальная личность в нем — лишь часть. Но без нее картина мира потеряет свою целостность и станет на одну из множества красок беднее. Таким образом, жизнь даже самой маленькой частички огромного мира наполнена глубоким смыслом. Поиск смысла жизни и познания себя как неотъемлимой части этого мира во все времена волновал умы и души людей.

Несмотря на то, что понимание смысла жизни у разных людей может быть похожим, наша жизнь устроена так, что в ней никогда не будет двух абсолютно одинаковых восприятий. Мы очень индивидуально познаем и осознаем этот мир. Поэтому стоит посвятить определенное время изучению самого себя, чтобы понять: Кем я являюсь на самом деле? Почему я испытываю такие разные, порой противоположные эмоции и чувства? Где источник стабильного счастья: вовне или внутри? Уже сама постановка таких вопросов пробудит в вас интерес к самопознанию и самосовершенствованию.

Обратив внимание на самого себя и устремившись к познанию истины своей природы, вы станете по-новому воспринимать ситуации, происходящие в вашей жизни и людей, окружающих вас. Вы увидите мудрость жизни в том, как она проявляется через множество индивидуальных характеров, качеств, настроений, ситуаций, событий. Каждую ситуацию, даже сугубо негативную, вы начнете видеть более целостно и широко, понимая, что в жизни сплетаются воедино так много интересов и личностей, что сложно судить события только с какой-либо одной точки зрения. Постепенно вы все меньше и меньше будете проявлять эгоистические настроения и желания. Вместе с этим вы станете более спокойно относиться к мелочам, ранее раздражавшим вас, вы станете более терпимыми к слабостям и недостаткам других людей: ведь вы глубоко осознаете, насколько несовершенен каждый из нас, и как порой трудно справляться с нахлынувшими эмоциями.

Следовать по пути познания себя и самосовершенствования невероятно интересно и полезно: жизнь начинает играть новыми гранями, вы учитесь более глубоко понимать ее суть и видеть свое место в этой прекрасной и грандиозной по масштабам Божественной Игре.