

ЕЛИЗАБЕТ ГИЛБЪРТ

Това беше моята победа и моята битка. Всичките ми демони, всички чудовища, които носех със себе си, откакто се помня – когато светлината проникна, аз осъзнах: „О, те не са демони. Не са чудовища. Не са дракони. Въображявала съм си, че са много по-внушителни, отколкото са. Те са просто осиротелите части от мен самата. Те са най-изплашените, най-ужасените мои кътчета. Боят се до смърт. И правят сцени, защото ги е страх. Сега трябва да им кажа, че всичко ще бъде наред. Аз съм майка на всички тези части“. Помня, че в един момент се издигнах в съзна-

нието си над тях и казах: *Обичам те, страх, а сега заспивай. Обичам те, гняв, ти си част от мен. Заспивай. Всичко е наред. Аз отговарям за всичко сега. Обичам те, срам. Дори теб. Влез в сърцето ми. Заспивай. В безопасност си. Обичам те. Няма да те оставя. Ти си част от мен. Ти си част от семейството. Никога няма да се разделим. Обичам те, неуспех. Влез в сърцето ми. Почини си. Толкова си уморен. Толкова си уплашен. Вие сте само деца. Не познавате големия свят. Обичам всички ви. Имам място за всички ви. И заедно просто ще продължим напред.*

МАРИАН УИЛЯМСЪН

ОПРА: Според мен е много важно да се разбере, че историята не се прави от мнозинството. Всички чакат мнозинството да реши единодушно, че трябва да поемем в определена посока. Ти обаче казваш, че това не е така.

МАРИАН УИЛЯМСЪН: Мнозинството не се е събудило един ден

с гумите: „Да вървим да освободим робите!“. Мнозинството не се е събудило един ден с гумите: „Да дадем на жените правото да гласуват!“. А една малка група хора, обикновено смятани за скандални радикали от защитниците на статуквото, са имали по-добра идея. Така работи еволюцията.

ДИЙПАК ЧОПРА

Има тяло, има съзнание, а има и духовно съзнание. Когато се свържете с това съзнание, разбирате, че и другите хора имат душа, с която вие общувате. Тогава осъзнавате, че и вие, и другите сте част от една висша сфера,

наречена „божествено съзнание“. Възможно е дори да стигнете по-дълбоко, до т.нар. „обединено съзнание“, където осъзнавате, че всички ние сме едно неделимо цяло. Всяко разделение е абсолютно изкуствено.

ТОМАС МУР

Най-голямата грижа за гушата е да се идентифицира с живота, който трябва да се осъществи чрез вас. Така във всеки един момент животът може да ви даде знак, че е време да продължите напред – може би към нова работа или нова връзка. И ако се възпрете и кажете: „Не, това ще ме

разстрои“, така решавате да кажете „не“ на живота. Мисля, че тъкмо тогава гушата е най-наранена. Вашата индивидуалност извира от вашата гуша. Не от главата ви. Само трябва да позволите на живота да се реализира чрез вас.