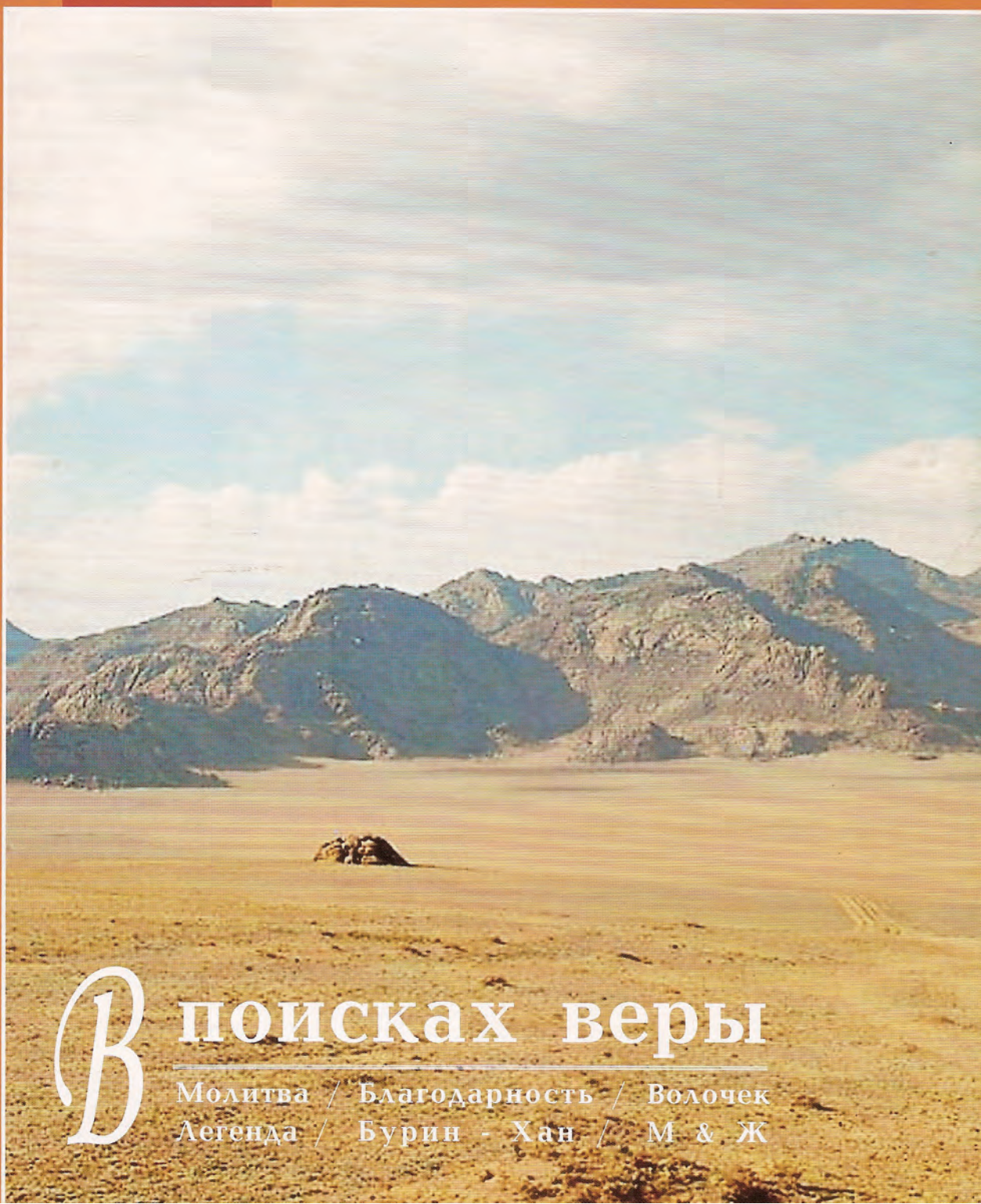


2 / 2005

www.wop.ru

НАДЕЖНЫЙ ИСТОЧНИК

Журнал
о человеке
и вере



В поисках веры

Молитва / Благодарность / Волочек
Легенда / Бурин - Хан / М & Ж

ШКОЛА
здоровья и духовного развития
«КРЫЛЬЯ СОВЕРШЕНСТВА»
под руководством
ГЕОРГИЯ БОГОСЛОВСКОГО

ЙОГА

И ПСИХОПЛАСТИКА

СЕМИНАРЫ И ТРЕНИНГИ

ШКОЛА ПСИХОЛОГИИ

ФИЛОСОФСКИЕ БЕСЕДЫ

**МЕДИТАЦИИ И
ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА В**

**ХРАМЕ Я
ХРАМЕ ВОЖДЕНИЯ
ХРАМЕ СМЕРТИ**

**РАЗРАБОТКА И РЕАЛИЗАЦИЯ
СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ**



**НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И ЛИЧНОСТНОГО РОСТА,
НО И В ЦЕЛЯХ СОДЕЙСТВИЯ ВОСПИТАНИЮ
И РАЗВИТИЮ НОВОГО СОЗНАНИЯ,
ОСНОВАННОГО НА ПРИНЦИПАХ
ВЗАИМНОГО УВАЖЕНИЯ И ПОНИМАНИЯ
УНИКАЛЬНОСТИ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА**

БУДЕМ РАДЫ ВСТРЕЧЕ С ВАМИ!

В МОСКВЕ:

Ленинградское шоссе, д. 41, корп.2, кв. 32

Тел.: (095) 450-02-63,

(095) 542-14-11

В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ:

ул. Мытнинская, д. 11,

Центр «Планета»

Тел.: (812) 271-71-65

Наш сайт: <http://www.wop.ru>

Содержание



— Эчмиадзин / Автор фото: Богословский Георгий

2 От редактора

Религия

3 В поисках веры

5 Магия язычников

Размышления

7 Образ в молитве

32 И жизнь... и смерть...

Стрела времени

8 Праздники и памятные даты
различных конфессий

Событие

10 Семь костров на «Волочке»

М&Ж

16 От Приапа до джакузи

21 Чего хочет женщина

21 Женщина глазами мужчины

42 Клубы, школы, студии

Открывая мир...

24 Бурин-Хан поднимает голову

25 Легенда о вечно белой вершине

27 Волшебный мир горных духов

Странички из дневника

31 Благодарность

Полный отстой

34 Лень

Детская

37 Комната релаксации - залог
здорового поколения

38 Сказка о Слове «Эй»

Практики

40 Голод не тетка!

44 Подпишись на наш журнал!

От редактора



Колонка редактора пишется, как правило, главным редактором издания. Но дело в том, что главный редактор журнала Татьяна Панова в это время находится очень далеко от редакторского кресла.

Сейчас она - Хозяйка палаточного лагеря «Йога в Саянах», расположенного на высоте 2000 метров над уровнем моря, в 7 часах ходу от цивилизации. Условия жизни в лагере еще суровей: четыре раза в день по два часа занятий йогой. Еда тоже соответствующая, йоговская: вода, каша на воде (подозреваю, что даже без соли) и чай из того, что местная природа пошлет. Хозяин лагеря создает пространство йоги, то есть, занимается йогой положенное время, независимо от того, есть ли кто-нибудь еще в лагере или нет. А кроме этого, надо принести воды, нарубить дров, сварить кашку. Первое занятие начинается в 5 утра, последнее - в 11 вечера. Некоторое время, пока в лагерь не заехали первые йоги, она жила там одна. Только горы и небо вокруг...

Спросите, зачем все это?

Этот лагерь дает возможность перейти на новый уровень всем, кто там проживет хотя бы две недели. А что произойдет с человеком за два месяца? Это мы узнаем в сентябре, когда вернется Хозяйка лагеря - наш главный редактор.

Скорее всего, эта тема будет главной в нашем следующем номере, так как почти все члены редакции тоже побывают в этом лагере.

С уважением,
главный редактор Медиа-центра «КС»
Вера Клочкова

Издатель: МПООО «Крылья
Совершенства»

Коллектив Медиа-центра

Главный редактор Медиа-центра
Клочкова Вера
Главный редактор журнала
Панова Татьяна
Редакция журнала
Краснова Елена
Клочкова Вера
Дизайн, макет, верстка
Коньшева Александра
Главный редактор сайта
Коньшева Александра

На нашей обложке

1 страница: Монголия
Автор фото: Богословский Георгий
4 страница: Аршан
Автор фото: Богословский Георгий

Редакция приносит благодарность всем, кто оказал финансовую и техническую помощь в подготовке журнала к выпуску. Все авторы предоставили материалы в этот номер безвозмездно.

Журнал можно приобрести в книжных магазинах Москвы, Санкт-Петербурга, Иркутска, Рязани, Липецка.

В нашем журнале вы можете разместить рекламу. Цены и условия по e-mail: nadistochnik@mail.ru

Адрес редакции:

125212, Москва, Ленинградское шоссе, д. 41, корп. 2, кв. 32
Контактные телефоны:
(095) 542-14-11; 450-02-63
E-mail: nadistochnik@mail.ru
Сайт: <http://www.wop.ru>

Тираж: 999 экз.
Номер подписан в печать 25. 07. 2005г.

Читатель и автор имеют право на мнение, отличное от мнения редакции.

Полная или частичная перепечатка либо иное использование материалов издания разрешается со ссылкой на журнал «Надежный источник».

За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет.



В поисках веры

Автор статьи: Краснова Елена / Автор фото: Богословский Георгий

«Душа обязана трудиться...» - эти слова классика (поэта Н. Заболоцкого) стали привычными и возражений не вызывают. Но что они означают?

Чем и как трудится и развивается душа?

Страданием, отрешением, добычей знания, достижением измененных состояний сознания, поиском правды, веры, любви, счастья? И, в конце концов, для чего они, эти труды?

«Духовная деятельность - это то самое, что отличает человека от животного, и то единственное, ради чего стоит жить» (А.П. Чехов «Мисюсю»). Но как же трудно, почти невозможно жить осознанно, то есть, сверяя каждую мысль и поступок с целью и смыслом своей жизни. А есть ли, вообще, в ней смысл? Да и как понять, где моя жизнь, а где - жизнь родителей или детей, супругов или друзей, общества?

Как поверить, что все вокруг не случайно, и мы живем не «просто так»? Что мир - не случайный набор элементов, а человек - не преобразенная трудом обезьяна. Если Вселенная и каждый (!) человек - продукт деятельности высшего существа, Бога, Творца, Высшего разума, значит, и у Вселенной в целом и у каждого из нас есть цель и смысл жизни. Почему же так трудно его осознать? Почему не видим связи с Богом, ощутимой и понятной? Получается, Он создал

нас, а затем покинул и забыл? А весь Его завет - плодитесь и размножайтесь. И все? Завет (ветхий) хоть понятен, но этим и кролики могут заниматься. Для этого создавать человека было не обязательно. А новый завет - возлюби ближнего своего, как самого себя? Я и себя-то люблю не всегда, а, возможно, и никогда. Просто не знаю, как это делать. А уж ближнего... Кто меня научит?

Предположим, Он нас не бросил, и в момент, когда цивилизации пора идти дальше по пути своего развития, Творец наш устанавливает связь с человечеством посредством пророков, посланников, духовных учителей. Возможно, Он сам приходит на Землю, возможно, является к тем, кто может Его увидеть и понять. К тем, кто в результате очищения, эволюции своего сознания приобрел способность общаться с Ним напрямую, без посредников. К тем, кто может донести божественный замысел до людских сердец. «И ни один посланник не был послан Нами, кто не владел бы языком своих людей, чтобы он мог им ясно говорить о сути», - говорится в Коране по этому поводу.

И вот тогда принц Сиддхартха Гаутама уходит из дворца, Иисус идет в пустыню, а Магоммет в пещеру. Результатом их поиска и их жизнью стали три мировые религии. Христос принял страдания и смерть на кресте для того, чтобы люди запомнили эту жертву, чтобы продвинуть религию, которую впоследствии стали называть христианством.

Магоммет распространял свою религию экспансивно - захватывал территории и вводил там ислам. Будда произнес свое философское учение трижды: для слушающих, для людей с большими умственными способностями, а потом для тех, у кого они небольшие. Впоследствии его учение стало религией. Бог дал людям Знания. А человечество облекло их в религии. Так вот же оно - средство соединения человека с Богом - Религия.

Почему же мы мечемся, пытаемся втиснуть свой индивидуальный поиск в рамки существующих конфессий, не находя ответов на свои вопросы? Каждый день, каждую минуту жизнь ставит нас перед нравственным выбором. Что или кого мы принимаем за эталон? Рыцаря Айвенго, Спайдермена, девушек Тургенева? Соседа, который ездит на Мерседесе? Идею Толстого о непротавлении злу насилием, «закон джунглей»: кто сильнее - тот и прав, идеи

классических философов или жития святых? Или мы живем, искренне веря в то, что вкусно есть и смотреть телевизор - большой грех, что изменивших законному супругу нужно побить (забить до смерти) камнями, а смысл жизни в том, чтобы душа попала в рай? Какая каша в голове...

Задача религии не только в том, чтобы дать человеку представление о мироздании, но и воспитать в каждом моральный стержень, с помощью которого нам будет легко жить, не нарушая ни божественных, ни человеческих законов. Почему же религии не выполняют свою функцию?

Бог передал нам свое учение, а дальше наступила наша, человеческая ответственность за то, как оно будет развиваться. Как же мы им распорядились?

Буддизм возник в VI-V веках до н.э., к I в. н.э. религия раскололась на два направления - тхеравада (хинаяна) и махаяна. Процесс дробления христианства шел на протяжении многих столетий, в 1054 г. появились римско-католическая и православная церкви. Ислам вскоре после смерти пророка распался на суннизм и шиизм.

Кто из верующих, прихожан, кроме, конечно же, специалистов, знает о причинах раскола своих религий, кого они интересуют? Приведу пример из истории раскола христианства. В 431 г. Эфесский собор осудил как ересь несторианство. В отличие от большинства христиан, признающих в Иисусе Христе две природы - божественную и человеческую, несториане счи-

вселенский собор осудил монофизитов, считавших, что Иисус не богочеловек и не человек, а Бог. Вопрос, приведший к расколу христианства на православие и католицизм - вознеслась ли Дева Мария. Есть ли правильный ответ на эти вопросы? Рассуждения об этих понятиях с помощью логики бессмысленны и бесплодны. А у людей просветленных, озаренных не только земным пониманием, наверное, хватило бы мудрости не дробить религию. Они бы просто помогли людям.

Итак, выходит, что история развития (читай - разделения) религий - это история человеческих амбиций. А основная цель всех межрелигиозных распрей - это власть. Вот так распорядились божественным откровением «функционеры» от религии при попустительстве, а, возможно, и соучастии всех остальных людей, то есть, нас с вами.

Уверена, что среди религиозных деятелей немало хороших, добрых людей, но подвиг служения на этом поприще случается не чаще, чем среди врачей, экономистов, водителей, правителей, шахтеров... Почему? Да потому, что все мы, люди, пока не потрогаем и не почувствуем, не поверим.

Я вижу восход и закат солнца, чувствую свое тело, слышу шум города - как я могу в это не верить! А Бог? Кто знает: есть Он, нет Его? Как Его почувствовать? Сколько нужно содрать с себя скорлупок, чтобы стать чистым, чтобы смочь прикоснуться к чему-то высшему...

Еще увидеть бы эти скорлупки (причем не на другом, а именно творить несправедливость в отношении других людей и уходить от ответственности.

рять их - смерти подобно. Кому захочется? Но в этом и заключается труд души, его пот, слезы и кровь. Без этого очищения хоть тысячу раз скажи: «Господи!», сожги тысячу свечей, прочти все умные книги на свете, рассуждай, спорь, веры не прибавится. Возможно, очистившись, обретя мудрость, веру, мы найдем в себе силы понять и принять какую-то одну или все существующие религии и найти в них крупинцы Божественных Знаний, которые через века донесли нам люди разных стран, как умели и понимали. А может быть, самых упорных, тех, кто идет до конца, эти труды приведут к первоисточнику?

Медиа-центр «КС»

В румынском православном монастыре распяли монахиню

«Не понимаю, почему журналисты устроили такой шум. Экзорцизм - вполне распространенная практика в румынской православной церкви, и с моими методами знакомы другие священники», - заявил отец Даниил. По словам 29-летнего настоятеля Свято-Троицкого монастыря отца Даниила, девушка, поступившая в монастырь несколько месяцев назад, была, якобы, одержима дьяволом, поэтому ее и подвергли обряду экзорцизма. И это в 2005 году!

В ходе расследования выяснилось, что перед распятием молодую монахиню несколько дней держали в запертой комнате, связанную по рукам и ногам. Ей не давали еды или питья и заткнули кляпом рот. Сам

Приглашаем принять участие в беседах на тему религии, веры, молитвы.

своей жизни, не понимаем и божественного пути. Опять ушли от личной ответственности,

Автор: Хмара Грегор

Образ в молитве

Человек на земле бывает так одинок. Возможно, одиночество - это естественное состояние зрелой души. Но именно незрелость возвращает его вновь и вновь к земным испытаниям. Трудности земной жизни и страхи объединяют людей в большие и малые семьи, отчего им становится легче держать свой путь. И возникают иллюзии, что за коллективной жизнью можно спрятать свою индивидуальную, за коллективной ответственностью можно укрыть свою безответственность. Общество заботится, значит, спрос с него - с общества.

А как же Бог? Он ведь в каждом из нас. Хотелось бы верить, но всматриваемся в своего ближнего и не видим Бога. Замечаем только, что все взоры ищущих Бога устремлены в одном направлении. Но ведь Бог, он везде, а смотрим в одну сторону? И что видим? Каков он, наш Бог?

Может он как солнце, или немного похож на птицу, или всегда подобен он человеку? Ему, стоящему за всем и присутствующему во всем, присущ и такой образ.

Да только не создавал он нашего мира. Он просто отпустил нас к творчеству, а мы сотворили иллюзию. Теперь по этим образцам - малым частицам целого, пытаемся постичь бесконечность. У нас хорошие проводники для того, чтобы сосредоточиться и увидеть Его. Но где мы сами? Мы боимся даже приблизиться к этим нами же идеализированным образам. Мы не поняли их телесной жизни, не понимаем и божественного пути. Опять ушли от личной ответственности,

спрятавшись за коллективным поклонением. Он знает, он всемогущ, он страдал и все взял на себя, нас жертвой своей очистив. Но что сделали мы, чтобы очистить его от своей скверны? Мы даже не сознаем, что нужно для этого делать.

Мы молимся и в своей молитве просим блага себе и своим близким, надеясь, наверное, и через них получить что-либо для себя. Мы не согласны, потому что убеждены в своей искренности? Но любим ли мы его просто так, потому что он тоже жил на Земле и нам повезло немного узнать его, а не за то, что взял на себя грехи наши? Учимся ли мы сами очищению души и тела своего, или так и несем их кому-то, как вещи в химчистку?

Удобно. Всем обществом припали к светлому источнику и не заметили, как замутили его своей алчностью, завистью, безответственностью, ревностью, обидчивостью, агрессивностью.

Список велик, а мутные волны давно уже вышли за пределы земной жизни. Мы говорим: его любовь так велика, что вбирает всю скверну мира и очищает его. Как, если не через нас может он это сделать?

А видим ли мы в этом образе своего собрата? Не видим. Не достоин он, по нашему разумению, подойти к нему так близко.

Да и общаться с ближним проще, если не видеть в нем божественной сути. Можно говорить неприятности соседу, творить несправедливость в отношении других людей и уходить от ответственности.

Ну, а себя мы любим? Хотя изредка удавалось нам увидеть себя в его образе? Нам страшна даже мысль об этом. Мы убеждены, что только скроены по его образу, но увидеть себя в нем ... это уж слишком. Так почему же, братья? Он вездесущ и во всем, и в нас - тоже. Значит и наш образ также близок ему, как и те, канонизированные. Всмотримся в свой образ и произнесем слова своей молитвы. Почему мы останавливаемся и не просим, не требуем, как делали это, когда пытались общаться с ним, имея перед собой другие проводники? Даже слово о ближнем уже не идет так легко, как тогда, когда образ Бога был от нас отстранен. Потому что это мы теперь должны дать ту помощь ближнему, о которой так настойчиво просили Бога. В себе теперь необходимо искать силу, мудрость, терпение, чтобы двигаться к нему. Вот и ответственность и внутренняя честность иным светом засветились. Сами просим и сами действуем, чтобы приблизиться к идеалу из нашей молитвы.

Это очень трудно. Но зато как все меняется в нашем мире иллюзий, когда я иду к Богу через образ и подобие свое. Я вижу себя, вглядываюсь в свой физический облик и верю в его божественную природу. Я открываю Бога в себе и через себя - во всякой жизни. Так будет и так уже есть!

Наш форум
www.wop.ru/forum
 Приглашаем принять участие
 в беседах на тему религии,
 веры, молитвы.



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «ПУТЬ ПЕРЕМЕН»

ЦИКЛ СЕМИНАРОВ «ВСТРЕЧА С СОБОЙ»

- это раскрытие внутренних возможностей,
обретение эмоционального
равновесия и уверенности в себе,
осознание своих чувств,
эмоций, мыслей.

Это жизнь в гармонии с самим собой
и окружающим миром

В программе:

ролевые игры
медитации
дыхательные практики
упражнения на релаксацию
телесная и арттерапия

Время занятий: четверг 19.00-21.00

ПСИХОЛОГ - КОНСУЛЬТАЦИИ И ЗАНЯТИЯ

Санкт-Петербург, ул. Мытнинская, д. 11, Центр «Планета»

Телефон: (812) 271-71-65

МАГИЯ ЯЗЫЧНИКОВ

Автор: Смирнова Соля

Думаю, мало кто сейчас знает, что в древние языческие времена на Руси существовала своя магическая символика, с помощью которой людям удавалось воздействовать на окружающее



пространство и мир. Своего рода «янтры»-рисунки, в которые художники закладывали строго определенные понятия и смысл.

В те времена друг другу чаще всего желали здоровья (излечения от недугов), счастья, блага на различные времена года. «Янтры» защищали от злых духов, сглаза. Через рисунки мастера обращались за помощью к стихиям, пытались повлиять на погоду и даже судьбу человека.

Северные охотники и рыболовы сформировали свою символическую роспись. В ее основе было заложено схематическое изображение животных и стихий, причем именно детали изображения могли повлиять на исход ситуации или охоты. К примеру, перед охотой художник сосредотачивался, пытаясь представить то животное, которое хотел поймать, и рисовал его. Если это был олень, то охотник сознательно недорисовывал изображению

глаза и уши (чтобы животное плохо видело и ничего не слышало). Затем добавлял в роспись дополнительные символы. Такие рисунки делались чаще всего на посуде, иногда применялись в интерьере и на одежде.

В случае удачной охоты расписанные предметы бережно хранились, а на их основе разрабатывались другие рисунки.

У восточных славян в основе «янтра» лежали «розетки» и солнечные символы.

Розетка - круг с центральной круглой точкой и расходящимися от нее лучами (аллегория солнечного колеса). Когда художник рисовал для определенного человека рисунки с розетками, то под центральной точкой подразумевал человека, и выбирал цвета в зависимости от того, каким хотел его видеть (но нельзя было использовать черный цвет). Прорисовывая лучи розетки, мастер в каждый из них вкладывал определенное пожелание человеку (луч счастья, луч здоровья и т.д.). Затем розетка обростала символами 4-х стихий, которые надо было непременно «ублажить», и специальной формой, служащей оберегом. Далее рисунки могли дополняться причудливыми изображениями и символами, тщательно продуманными мастером (например, клюква означала здоровье, завиток - пожелание общего блага в жизни, курица ассоциировалась с семейным счастьем и т.д.). Что забавно, именно эта птица ассоциировалась у славян с женщиной. Куриц обычно рисовали с

большим туловищем, маленькой головой и закрытым клювом. (Пожелание женщине - быть пухлой, поменьше думать, а, главное, побольше молчать). Некоторым девушкам вышивали на одежде узоры, где главным элементом была безногая курица - чтобы не бегала из дому, а сидела при муже. И так, птица эта была весьма популярна у восточных славян. Южные славяне чаще всего изображали быков, а народы севера - оленей.

Ромбовидная форма присутствовала практически в основе всех рисунков и означала 4 стороны света - межсветья (северо-запад, юго-запад, юго-восток и северо-восток)



«Янтрами» украшали жилища, освящали посуду, вышивали на одежде. Женщины носили длинные серьги-обереги, защищающие шею от сглаза, недобрых мыслей и злых духов. Так магические рисунки и символы стали неотъемлемой частью жизни древних язычников-славян.

Позднее, во времена христианства символам и «янтрам» уже не уделяли столько значения, и они стали, в основном, декоративным элементом.

ПРАЗДНИКИ И ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ

АВГУСТ

От лат. Augustus, месяц назван в честь Октавиана Августа. До этого он назывался секстилис.

В Древней Руси он назывался зарев, зорничник - от сияния зарниц, «заря», «созревать»; серпень - от слова «серб» - пора уборки хлебов.

Также - жнивень, разносол и густоед.

5-6 августа - мусульмане отмечают наступление Месяца Раджаб

Седьмой месяц мусульманского календаря. Особенно ценными являются первая ночь и первый день, 15-ые ночь и день, 27-ые ночь и день Раджаба. Эти ночи желательно провести в бдении и богослужении, а дни - в посте.

11 августа - мусульмане отмечают Ляйлят-уль-Рагаиб

Ляйлят-уль-Рагаиб - Ночь Рагаиб. День бракосочетания родителей пророка Мухаммада, Абдуллаха и Амины.

14 августа - Тиша бе-Ав отмечают иудеи

Самая печальная дата календаря, поскольку с ней связаны трагические события еврейской истории.

Пост Тиша бе-Ав начинается накануне с заходом солнца и длится целые сутки. Молитвы в этот день положено читать сидя на полу или на низких скамейках, без обуви. Во время поста запрещено не только веселиться, есть, пить и мыться, но и изучать Тору.

14 Августа - Медовый Спас

В этот день, согласно церковной традиции, совершается освящение меда нового сбора. С Медового Спаса начинается Успенский пост - второй по строгости после Великого поста.

С 14 по 27 августа - христиане соблюдают Успенский пост

Успенский пост дошел до нас с древних времен христианства. Правила поста следующие: понедельник, среда, пятница - сухоядение.

Вторник, четверг - горячая пища без масла. В субботу и воскресенье разрешается пища с растительным маслом. В день Преображения Господня (19 августа) разрешается рыба.

15 августа - праздник Вознесения Богоматери отмечает Римско-католическая церковь

Он основывается на сказании, что умершая естественной смертью и похороненная в Гефсимании Мария вознеслась на небо. Праздник сопровождается торжественным богослужением и церковной процессией.

19 августа - христианский праздник Преображение Господне

Преображение имеет глубокий символический смысл - христианское вероучение истолковывает это событие как открытие тайны Божественного смысла о спасении человека. В Преображении Христа показано то новое состояние, которое мир обретет с Воскресением Христа.

19 августа - Праздник блуждающих (голодных) духов празднуют в Китае.

Согласно китайским верованиям, в первый день седьмой луны временно освобожденные из ада души умерших посещают мир живых и пребывают на Земле в течение 15 дней.

20 августа - День Любви отмечают иудеи

День Любви не относится к общепринятым еврейским праздникам, скорее, как и день Святого Валентина у христиан - это приятный повод поздравить любимого человека и (или) предложить руку и сердце.

28 августа - Успение Пресвятой Богородицы Девы Марии празднуют христиане

Праздник посвящается воспоминанию кончины Божией Матери и Ее телесного вознесения на небеса. Праздник Успения восходит к первым векам христианства.

31 августа - Ляйлят-уль-Исра уаль-Ми'радж - мусульманский праздник

Этот день посвящен памяти чудесного ночного путешествия пророка Мухаммада. Вернувшись, Мухаммад поведал людям, что этой ночью ему было ниспослано Откровение об исполнении важного предписания Ислама - пятикратного намаза. Пост в Миградж в ритуальном отношении равен ста ночам поста.

РАЗЛИЧНЫХ КОНФЕССИЙ

5-6 сентября - мусульмане отмечают наступление Месяца Шаабан

Восьмой месяц мусульманского календаря. В этом месяце на втором году Хиджры было ниспослано повеление о соблюдении поста в месяце Рамадан. Считается, что за все хорошие деяния, совершаемые в этот месяц, воздаяние увеличивается в 70 раз. Большое значение уделяется соблюдению поста в Шаабан.

11 сентября - христиане отмечают Усекновение главы Иоанна Предтечи

Отмечается в воспоминание казни святого пророка в 32 г. царем Иродом, обещавшим своей возлюбленной Иродиаде исполнить любое ее желание. В этот день установлен строгий пост, а также поминаются православные воины, пострадавшие за веру и отечество.

15 сентября - День почитания престарелых в Японии

Когда-то Конфуций передал японцам завет уважать старость. С 1965 года (после введения в японский календарь этого дня, как нерабочего) уважение возраста стало делом не только совести каждого японца, но и правительства.

15 сентября - Цукими празднуют в Японии

Цукими мацури - Праздник любования луной. Считалось, что луна приносит людям счастье. По древним поверьям, на луне растет лавр, и когда осенью его листья становятся багряными, свет луны особенно ярок.

Живущий там лунный заяц толчет в ступе листья лавра и готовит из них лекарство, которое продлевает жизнь, поэтому неплохо умыться ночной росой во время цукими мацури.

18 сентября - Праздник Луны или урожая Чжунцю отмечают в Китае

Это день поклонения богу Луны. По традиции в этот день китайцы едят особые сладкие пирожки и читают стихи при свете Луны, которая в этот день считается самой круглой и самой яркой. Цветение кассии наполняет благоуханием романтические пейзажи лунной ночи. В этот день влюбленные молят богов соединить их вместе, чтобы слиться в одно целое подобно Луне.

21 сентября - празднуют христиане Рождество Пресвятой Богородицы

Пресвятая Богородица была Девой не только телом, но и душой: смиренна сердцем, осмотрительна в словах, благоразумна, немногоречива, любительница чтений, трудолюбива, целомудренна в речи, почитая не человека, но Бога Судией Своих мыслей. Правилom Ее было - всем благожелать, почитать старших, не завидовать равным, избегать хвастовства, быть здравомыслящей, любить добродетель.

23 сентября - отмечается День осеннего равноденствия в Японии

Считается национальным праздником.

Отмечается с 1878 г. Этот праздник аналогичен дню весеннего равноденствия. По всей стране проходит традиционный фестиваль тыквы.

Японское тыквенное искусство никак не связано с американским праздником Хэллоуин. Этому обычаю несколько сотен лет. Скульптурные композиции из тыквы стали воплощением представлений крестьян о прекрасном.

27 сентября - Воздвижение Креста Господня

Праздник Воздвижения Креста Господня был установлен в воспоминание обретения Креста Господня. Особенностью праздника является то, что накануне праздника крест Господень возлагается в храме на престол и соблюдается строгий пост.

30 сентября - День рождения Конфуция отмечают в Китае

Древний философ оказал огромное влияние на мировоззрение всей китайской цивилизации. Конфуцианская мораль подразумевает самовоспитание, базирующееся на пяти добродетелях: добросердечии, справедливости, прямоте, мудрости и лояльности. Конфуцианство многие века было основой государственной идеологии.

СЕНТЯБРЬ

Англ. September - от лат. septem «семь», как это было у римлян.

Древне-русское название рюень или рюинь, позднее - ревун. Сентябрь или септемврий - византийское название. Украинское название вересень. До 1700 года с него начинался официальный церковный год.

Сентябрь - зоревник, хмурень.

Семь костров на "Волочке"

Малова Юлия
Москва

Мы едем в Волочек, - ответила моя подруга на предложение встретиться в выходные, - А давай с нами!

- Поехали, там и обсудим все дела, - отвечаю я, прикинув, что давно уже хочется и на природу, и с давней подругой встретиться, а эта поездка может стать идеальным сочетанием того и другого.

- Хорошо, но учти, что болтать там не будет возможности. Мы проводим Ритуал принятия обязательств на молчании.

- ???

Я знаю, что моя студенческая подруга много лет занимается йогой, но узнать подробно об их Школе все как-то не получалось. Вот, съезжу, заодно и увижу все своими глазами, удовлетворю свое природное и профессиональное любопытство.

Утро, автобус, люди с рюкзаками. Мы пробуем там всего два дня и одну ночь, но палатки, спальники, запасная одежда все равно нужны. В автобусе наконец-то получаю от подруги информацию о том, что же нам предстоит.

- Ритуал принятия обязательств Школа «Крылья Совершенства» проведет в этом году уже двенадцатый раз. В чем его суть? Все люди, выбравшие путь духовного развития и самосовершенствования, сталкиваются с одинаковой проблемой. Оказывается, реально измениться к лучшему чрезвычайно трудно, почти невозможно.

Начинающий йог немного поправит тельце, разгребет мешанину в голове и бывает очень счастлив. А вот «продолжающий» йог, когда увидит наконец-то не только соринку в глазах собрата, но и свое «бревно», ужаснется и, конечно же, искренне захочет измениться. Но «бревно» такое свое, так срослось со своим владельцем, что, кажется, уберешь его, и весь мир рухнет.

Вот для укрепления решимости, для придания сил и проводится этот ежегодный Ритуал среди семи костров, а все стихии этому свидетели.

Возьми, прочти, что пишет по этому поводу Ардон. Он один из немногих, кто в этом году едет сюда двенадцатый раз.



Люди по очереди выходят в круг из костров, называют себя...

Беру информационный листок «Крыльев», читаю:

«Целью поездки в В. Волочек является осознанная работа со своими моральными качествами, которая осуществляется через принятие на себя обязательств и их последующее выполнение в течение года, а может быть, и всей жизни.

Каждой поездке предшествует глубокая внутренняя работа. Помимо желания и стремления изменить себя, еще необходим и внутренний анализ своих качеств. По результатам которого каждый выбирает в себе то, что ему не нравится, и что он хотел бы изменить. Например, человек везде опаздывает, не может выполнить свои обещания, а хотел бы этому научиться и не подводить других людей.

У этой работы много уровней. Работая с одним качеством, начинаешь понимать, что причина находится глубже. Если человек опаздывает или не выполняет обещанное, то, работая с этими качествами, он вдруг начинает понимать, что, может быть, не уважает тех, к кому идет на встречу или тех, кому дает обещание. Таким образом, выявляется другое качество (например, неуважение к людям) и так далее. Ниточка тянется, клубочек разматывается. Человек лучше узнаёт себя, причины своих поступков.

Еще одна особенность этой работы заключается в том, что приезжая в Вышний



Волочѣк каждый год, человек непрерывно подтверждает свои намерения двигаться дальше по выбранному пути.

Вдали от всех благ цивилизации, среди деревьев и молчаливых собратьев каждый обретает ещё одну возможность побыть наедине с собой. Осознать свой путь, свериться, туда ли он идёт».

Въезжаем в Вышний Волочек. Пересекаем реку, едем вдоль канала... Один мой друг называет этот городок Северной Венецией. В южной я пока не была, но, судя по северной, там тоже должно быть очень мило.

Проехали город. Со времени выезда из Москвы прошло уже больше четырех часов.

- Все это, конечно, здорово, но все-таки я не очень хорошо поняла, почему обязательно нужно ехать, разводить костры? Конечно, это очень красиво и романтично, но каков практический смысл? Мысль материальна, ты, дорогая моя, говоришь об этом постоянно, я это тоже понимаю. Стихии окружают нас в любой точке Земли. Взял обязательство и держи его! Вот и докажи мне, что нужно ехать.

- Особенность современного человека в том, что если он не выполняет определенные ритуалы, то скатывается. Можно сделать контрольную работу по математике попутно в автобусе и «проскочить» разок-другой. В итоге - математикой вообще перестаешь заниматься. Я умный, пойму все и так. Таким путем можно дойти от хорошо разбирающегося в математике до потери квалификации. Ничего нельзя делать походя, каждый раз получается все халтурнее. Доказала? Мы уже почти приехали, если остались вопросы, спрашивай, там все будет на молчании.

- Да, а почему принятие обязательств так рано? Надеюсь, не только для того, чтобы дополнить нас помучить?

- О, время - особая тема. Этим у нас занимается Храм Времени, сейчас тебе все расскажет Рахашан - жрец Храма .

- Поскольку время, в котором мы живем, нелинейно, - вступает в разговор Рахашан, - и его моменты довольно сильно отличаются друг от друга, возникает вопрос выбора двух моментов времени - момент сдачи и момент принятия обязательств. Храм Времени ориентируется в этом вопросе на движение Луны, как самого близкого к нам небесного светила, обладающего большим, наряду с Солнцем, влиянием на течение энергии и, соответственно, времени на Земле.

Безусловно, эти моменты времени должны быть экстремальными, то есть, пиковыми в относительном движении Луны и значительно отличаться от других моментов времени. Луна, как и всякое светило, из-за вращения Земли вокруг своей оси совершает суточное движение по кругу относительно нас. В этом движении у нее есть две экстремальные, или пиковые, точки.

Это так называемые кульминации, верхняя и нижняя, то есть моменты, когда она поднимается в самое высшее положение над горизонтом в течение суток или опускается в самое нижнее положение. Эти моменты условно можно назвать также лунным полднем и лунной полночью.

Это, несомненно, экстремальные точки, так как в них движение Луны относительно нас меняется на обратное (с подъема на спуск и наоборот), а сама скорость подъема или спуска снижается до нуля.

Кроме того, они очень удобны с точки зрения засечки момента времени, так как для одного и того же места на земном шаре и для одних и тех же суток эти моменты можно определить точно и однозначно. Поэтому вернее всего считать момент нижней кульминации (лунную полночь) моментом, в который начинается сдача обязательств, а момент верхней кульминации (лунный полдень) - моментом принятия обязательств. Сдача обязательств пройдет сегодня в 17 час. 06 мин., а принятие завтра в 5 час. 52 мин.

Приехали. Дальше дороги нет. Конец деревушки, расположенной на берегу озера. Некрашенные дома из кругляка. Тишина.

Идем через поле. Нас человек двадцать пять. Некоторые, как и я, здесь впервые. Большинство - йоги из «Крыльев Совершенства». Это только половина группы. Другая половина - питерцы. Они

У ручья нас встречает восстановленный мостик...



приехали раньше и должны были навести мост через ручей, разбить лагерь, заготовить дрова для костров.

У ручья нас встречает восстановленный мостик (говорят, его каждый год смывает половодье) и дикая яблоня. Мне кажется, что никогда раньше я такую не встречала. От самого корня ее ствол расходится надвое. Почему-то приходит мысль, что ей очень непросто расти среди лесных деревьев. Но она приветствует всех проходящих удивительно большими белыми цветками, раскинув ветки до самой тропинки. Интересно, бывают ли у нее яблоки?

Тропинка идет вдоль озера и через лес приводит к лагерю. Встречаются две половинки - москвичи и питерцы. Все-таки странно. Люди встречаются раз в год - а разговаривать нельзя. Знакомые обнимаются, приветствуют друг друга глазами, улыбкой. Переодеваемся, ставим палатку. Сохранить молчание не удастся, потихоньку переговариваемся. Слышу, что не мы одни нарушаем тишину. Готов чай, после чая идем на ритуальную поляну.

Ритуал проводит Храм Я. Жрица Храма Радда еще раз напоминает всем о его сути и порядке проведения. Костры зажжены, наступило время сдачи обязательств.

Сдающих немного, не более десяти человек. Они по очереди выходят в круг из костров, приветствуют собратьев, называют свое имя и отчитываются за принятое в прошлом году обязательство. Четыре раза на четыре стороны света. Свидетелями этому все живые стихии: огонь, вода, земля, воздух. Кто-то говорит, что выполнил обязательство, а кто-то - что не выполнил. Кто оценивает, кто судит, так это или нет? Только сам сдающий, его внутренняя честность.

Один из костров на «Волочке»



Все мы, стоящие в кругу, держим руки в намасте. Эта поза символизирует, что твое божественное начало приветствует то божественное, что есть в другом человеке. Не хочется размыкать руки. Меня охватывает чувство нежности и желание поддержать, перелить энергию добра в тех людей, которые здесь открылись мне.

Мое решение тоже взять обязательство окончательно окрепло.

Всю ночь по палатке стучит дождь, шумит лес. Я сплю и не сплю. Думаю о своем обязательстве, о дне прожитом и дне предстоящем. А ведь завтра вставать в четыре утра!

Утром оказалось, что дождь, если и был, то небольшой, земля сухая. Умываемся в предрассветной мгле и идем на большую поляну. Йоги начинают делать комплекс Сурья Намаскар (Приветствие Солнцу), остальные его разучивают. Комплекс очень интересный, сочетает в себе и дыхание и асаны. Незаметно, но основательно прорабатываются все суставы, связки, мышцы. Солнце взошло. Продолжаем выполнять дыхательные упражнения или пранаямы. Комары, кажется, выпили всю кровь. Они летают полчищами, по моему, даже не звенят, атакуют без предупреждения. Скорей бы к кострам, может, там отстанут.

Сегодня Ритуал будет долгим, принимать обязательства будут человек сорок. Жрица Храма Я Айяна приветствует Владыку Вселенной, Хозяина Земли, Все Стихий, Хозяина Места, и объявляет о начале ежегодного Ритуала принятия обязательств.

Люди по очереди выходят в круг из костров, называют себя и произносят свое обязательство. Я, Ардон... Я, Ясна... Я, Рутэль... Я, Грегор... Я, Лана... Наль... Аиша... Ива... Ольга... Муаш... Алексей... Кора...

Среди принимающих обязательства много йогов, прошедших посвящение и взявших новые имена. Есть и такие, кто посвящение еще не проходил, но взял новое имя для того, чтобы было легче измениться.

Обязательства... Все такие разные! Я хочу научиться уважать своего сына. Я буду вставать в половине пятого утра и делать положенный комплекс упражнений. Обещаю не грубить, хотя бы вслух. Я приложу все усилия, чтобы найти деньги для открытия тантрического клуба-кафе. Я хочу научиться любить своих детей. Обещаю ежедневно записывать все проведенные мной занятия. Обещаю не жалеть свое тело. Я хочу контролировать проявления гнева и раздражения. Обещаю



Все мы, стоящие в кругу, держим руки в намастэ...

Грегор Санкт-Петербург

И во внутренней жизни - майское обострение. Семь костров в круге уже ждут: что-то ты скажешь нынче всему свету.

Выполнил взятое на себя год назад, или опять будешь утверждаться в собственных слабостях? Собратьев-то можно попытаться обмануть, себя как обманешь? Да и какой смысл в этой неправде? Сколько не объявляй себя победителем, взошедшим по семи ступеням ученичества в Школе, а если не было глубокой работы и честного самоанализа, то не полагаешь ли ты, собрат, что на кострах можно шутки шутить?

Ты же помнишь, как хохотала в голос птица в лесу, и костры опадали в дымное копчение, когда такие шутники в круг вступали? Вот и причина майского волнения природы: это поднимается градус предотчетного беспокойства йогов, а мысль у них плотная.

Вот уж близится эта, год ожидавшаяся, лунная полночь. Можно последние сомнения разрешить в Храме. Неизменный шатер уже поставлен на привычное место - намолено. В Храме тихо, тонкие стены шатровой палатки, янтра и совсем другой мир. Там, за порогом, лес, озеро, костры и люди, отмахивающиеся от назойливых комаров, а здесь ты и твоё Я.

Выполнил я свою работу? - вопрошаешь ты у своего Я, подвергая испытанию внутреннюю честность. Вот и ответ себе честно, выполнил ли, и с этим ответом - на костры, то есть в круг из семи костров.

- Я, имярек, справился.

Смелое заявление. Теперь у тебя есть одно новое обязательство - дальше жить по заявленным правилам. Раз справился, значит, это свойство стало частью твоей натуры, как нос почистить утром, или сделать свой комплекс. Костры трещат, горят ярко. То ли в самом деле не обманываешься, не впадаешь в иллюзию, то ли Рахашан постарался развести надежный огонь. Он жрец времени, огнем выжигает метки, и ты вышел из круга в другом времени, в другом пространстве. А рядом собрат волнуется - его черед взглянуть в глаза собравшимся на этой поляне и шагнуть в круг.

Смелее, собрат, мы с тобой и мы вместе.

навести порядок в квартире. Беру обязательство изменить свое отношение к детям. Хочу принять себя. Беру обязательство делать «земной комплекс» каждое новолуние. Я понимаю, как много стоит за этими словами.

Ритуал окончен. Начинается двигательная медитация под бубен. Четыре шага, разворот в прыжке, четыре шага, разворот в прыжке, четыре шага... Круг за кругом, темп ускоряется, что-то происходит со мной, я боюсь упасть и выскакиваю из круга. Сначала чувствую слабость во всем теле, а потом откуда-то из живота во все уголки выстреливает жар. Интересно, что было бы, если бы я доделала все до конца? Вот, уже есть обязательство для следующего Волочка.

После был завтрак, медитации двигательные, созерцательные, общение со стихиями в разных формах, в том числе в форме загорания и купания.

Купание в здешнем озере - традиция, не зависящая от капризов погоды. Говорят, бывали и заморозки в это время, и снег выпадал. Я подумала, что лучше - комары или заморозки?

Сборы, обед, отъезд.

В автобусе мысленно проживаю прошедшие сутки. Размышляю, почему я не смогла соблюсти полное молчание? Сейчас понимаю, что все сказанные там слова были лишними. Привычка! Привычка взяла над нами верх. Еще одна тема для Волочка...

Что ж, посмотрим, какая погода в Волочке будет в это время в следующем году!



**Наль
Москва**

Говорят: «Подумаешь, Волочек. Зачем туда ехать?» Нет, я чувствую, что Волочек - очень не просто.

Радуется то, что авторитет опытных собратьев уже не мешает, как прежде, что успеваю сказать «Стоп. Верь себе. И Учителю». У каждого - свой опыт, и каждый должен пройти через свои ошибки и заблуждения. И я хочу иметь свой опыт, и я уже не боюсь совершить ошибку, потому что знаю, что этот опыт, через ошибку, - самый сильный, и именно это меняет тебя.

И вот настает он - момент принятия обязательства. Как хорошо, когда нет сомнений. Страх совершить ошибку - прочь. «Я принимаю обязательство работать со своей жадностью!» Громко, внятно, четко, не стесняясь, всему вокруг.

Но я не думала, что работа начнется так быстро. Ах, если бы я знала, сколько еще я хотела бы принять! Но стоп! Это же опять моя жадность полезла - хочу побольше. Ну и что? Куда я без нее? Жадность - слово некрасивое. А вот если назвать это жаждой жизни? Совсем другой оттенок!

И я понимаю, что это мое обязательство - работать с жадностью, чисто вожделенческое. Если бы не было у меня вот этой вот жажды и ненасытности, что бы я делала в Храме Вожделения? Это же и есть, блин, вожделение к жизни. А то, что она принимает порой уродливые формы, так с этим надо разбираться конкретно и смотреть, какие такие желания у меня оказываются подавленными, что я пытаюсь реализовать их так некрасиво. И трансформировать...

Так вот, оказывается, что такое - принять себя. Я принимаю свою жадность. Я прочитала про это кучу книг: как себя нужно любить и принимать. Но сейчас мое знание стало умением. И это - откровение.

Конечно, это только начало. Отчет об исполнении обязательства - впереди. Но я встала на путь принятия. Я не буду больше бороться с ней и бояться ее. Ведь тем самым я позволяю ей существовать. Я буду любить ее за то, что она у меня есть, и, благодаря ей, я такая.

Нет, не зря я верила в тебя, Волочек.
Спасибо тебе, родной.



**Муаш
Санкт-Петербург**

О ритуале. Серьезный настрой, погружение в себя, последние проверки и удаление сомнений, пока не дошла моя очередь, даже проверка формулировок обязательства... все это было.

А еще я старался послать поток сил, поддержки и одобрения каждому собрату, который приветствовал нас перед входом в круг. Надеюсь, это им помогало и прибавляло уверенности в круге. Потому что сам знаю. Внутри круга связь с внешним миром прерывается - ты остаешься один на один со стихиями.

И было одно очень яркое впечатление. Одной из последних - в последней пятерке, принимала свое обязательство девушка по имени Виктория из Петербурга.

В течение всего ритуала я внимательно наблюдал за тем, что происходит, за лицами людей, за кострами, за природой, старался не пропускать ничего. Но как только Виктория вошла в круг, произошло нечто странное. С первыми ее словами возник порыв ветра и сильно дымившие до этого костры вспыхнули ярким пламенем - все 7 костров!

Огонь костров поднялся выше обычного уровня не менее чем в 2 раза. Они гудели и как будто аплодировали своими многочисленными ярко-оранжевыми лепестками-ладонями всем ее словам! Почти до самых последних слов Виктории полыхали костры, затем задымили, и стали обычными. Стихии, как минимум воздух и огонь, действительно стали свидетелями ее обязательства. Пусть они помогут ей в выполнении сказанного.

С тех пор мы в шутку называем ее Валькирией. А может и не в шутку.

О социуме. Ритуал 2005 года был очень не похож на прошлогодний. В прошлом году все было мрачно и сурово. И дорога была труднее, и погода тогда испытывала нас. В этом году все было наоборот - дорога была легкой и быстрой и погода нас приветствовала. И состав участников ритуала очень сильно отличался.

В поездке и в самом ритуале принимали участие люди, не имеющие прямого отношения к нашей Школе, люди из социума.

Конечно, они разделяли отчасти наш настрой, уверенность, желание меняться, потому и приехали. Но все же вместе с собой они принесли и

Хотите поехать с нами в Волочек на Семь костров в 2006 году? Нет проблем!

Все подробности о прошедших и предстоящих поездках смотрите на сайте www.wop.ru/template

часть особенностей социума. Например, в мусоре оказалось несколько пустых пивных бутылок, хотя об употреблении алкоголя в лагере и окрестностях не могло быть и речи. Да и частенько приходилось напоминать им о необходимости молчания.

И все же я не осуждаю эти факты. Это просто особенности социума, которые мы привезли к ритуалу.

Наш настрой смог это отфильтровать и перевернуть, не изменившись. Это просто так есть. Не все приехавшие впервые люди вышли к ритуалу принятия обязательств. Надеюсь, в следующем году они приедут с уже сформулированными обязательствами и примут их.

О молчании. Важным условием ритуала было сохранение молчания во всем времени дороги и пребывания в лагере. Конечно, мы разговаривали во время дороги, перешептывались в лагере, да и говорили во время установки переправы. Но внутри, с самой посадки в поезд работал какой-то механизм подготовки, настройки, который отстранился от происходящего снаружи. Его работа усиливалась со временем и достигла максимума к ритуалу принятия обязательств. Возможно, это было какое-то накопление силы, уверенности в себе.

Несмотря на то, что мы не выполняли в строгости обет молчания в лагере, нам это не помешало!

И еще, после ритуала принятия обязательств возникла потрясающая легкость, радость, хотелось веселиться и смеяться. Было ощущение силы, желания работать и сворачивать горы!

Это было не только мое внутреннее ощущение. Это читалось на всех лицах. И тогда мы позволили себе уже тихонько говорить в голос.

Мильный камень поставлен, план намечен, собираемся в дорогу следующего года легко и с радостью.

С Новым Годом!

Редакция журнала выражает благодарность Рут, Нинель, Ардону, Яне за фотографии, предоставленные к статье.

Медиа-центр «КС»

Врачи будут медитировать вместе с пациентами

По сообщению «Известия Науки» официальная медицина в США все охотнее сотрудничает с альтернативной - траволечением, хиропрактикой, йогой, диететикой. И это не прихоть врачей, а ответ на запросы рядовых потребителей медицинских услуг.

Каждый третий американец наряду с обращением к официальной медицине использует и нетрадиционную - медитацию, йогу, массаж и т.п.

Итак, чем же лечатся американцы?

Правительственные службы США опросили 31000 человек, чтобы узнать, какие методы альтернативной медицины популярны в стране. Оказалось, что помимо лекарств и обращения к врачам американцы используют:

Молитвы за свое здоровье - 43%;

Молитвы за здоровье близких - 24%;

Природные вещества (травы и др. растительные продукты, ферменты) - 19%;

Дыхательные упражнения - 12%;

Групповые молитвы - 10%;

Медитацию - 8%;

Хиропрактику (мануальную терапию) - 8%;

Йогу - 5%;

Массаж - 5%;

Диеты (Аткинса, зональную и проч.) - 4%.

Буддийский Медитационный Марафон

В июле этого года в 470 городах мира прошел Буддийский Медитационный Марафон. Трое суток миллионы верующих призывали мир к добру и состраданию.

По словам участников Марафона, Мантра - это такие слова, которые позволяют защитить наш ум как бы невидимой пленочкой от негативных эмоций.

В России в Марафоне для создания лучшего мира приняли участие буддисты из более чем 55 центров, сообщают интернет-источники.

В немецком городе Касселе подсчитали, что за эти трое суток мантру «Ом мани падме хум» во всем мире прочитали почти 7 миллиардов раз. По одной мантре на каждого живущего человека.

А так как мысль материальна - марафон не может не дать результатов!

ОТ ПРИАПА

Автор: Конышева Александра

С древнейших времен женщины и мужчины пытались получить сексуальное удовлетворение, не прибегая к помощи партнера. Проще говоря, занимались самоудовлетворением.

Но почему же сегодня мастурбация считается чем-то неприличным? О ней или стыдливо умалчивают, или говорят с осуждением. При этом многие взрослые люди продолжают заниматься мастурбацией всю жизнь.

Однако убеждение, что говорить о мастурбации неприлично, еще живо. Можно похвастаться сексом с женщиной или мужчиной, но мало кто будет хвастаться удачным сексом с самим собой. Более того, мастурбация остается той запретной областью, которую еле-еле, крайне осторожно затрагивают супружеские пары. Люди годами живут рядом, скрывая от самого близкого человека существенный и важный пласт своей жизни, полагая его постыдным.

На самом деле мастурбация - это повсеместно распространенный способ получения удовольствия, метод снятия излишнего напряжения, полового возбуждения, нормальная саморегуляция уровня половых гормонов в организме. И ничего более.

Но почему же еще остается такое неприятие этого нормального физиологического процесса?

Детей пугают различными последствиями онанизма, придумывая самые невероятные ужасы типа роста волос на руках,

будущей импотенции, невозможности иметь потомство, замедления интеллектуального развития.

Древние табу и представления о порочности и опасности мастурбации глубоко сидят в сознании людей. Еще бы, не одно столетие людям закладывалось в голову такое отношение.

Поэтому, несмотря на то, что «сексуальная революция» вроде бы произошла, занятия мастурбацией оставляют у некоторых людей чувство вины и страха перед последствиями.

Но, пытаясь бороться с этой «дурной привычкой», человек, как и миллионы людей до него, терпит поражение.

При этом все знают, что после начала стабильной половой жизни мастурбация либо прекращается совсем, либо становится одним из возможных дополнительных способов сексуального удовлетворения.

Однако комплекс сидит где-то глубоко внутри сознания и не дает даже взрослым людям принять мастурбацию как часть своей жизни.

Как люди жили, как тонко чувствовали...

Фаллоимитатор - этот милый предмет женских утех, был изобретен еще в глубокой древности.

Сначала он носил ритуальный характер. В индийских храмах на специальные статуи бога с гордо выпяченным вверх фаллосом жрецы усаживали девушек, вступавших в брак, лишая их, таким образом, невинности.

Считалось, что прежде мужа девушка должна отдаться богу.

Затем искусственный член стали использовать не только в ритуальных целях, но и как предмет для удовлетворения сексуальных потребностей и получения удовольствия.

Можно сказать, что момент перехода фаллоимитатора из предмета культа к предмету удовольствия явился своеобразным началом зарождения секс-индустрии как таковой.

Благочестивые гречанки просто насаживали себя на огромный эрегированный половой член бога Приапа, порой доходя до членовредительства. В Греции фаллоимитаторами пользовались лесбиянки, включая знаменитую поэтессу Сафо с острова Лесбос. Искушенные любовники использовали олисбос (искусственный половой орган) для предварительных ласк, чтобы затем несколькими движениями довести изнывающую от страсти партнершу до оргазма.

Отдельные древние философы считали мастурбацию безвредной и даже полезной. Древне-греческий философ-киник Диоген, то и дело занимаясь рукоблудием на виду у всех, говаривал: «Вот кабы и голод можно было унять, потирая живот!»

Но так думали немногие. Даже те культуры, которые допускали и одобряли мастурбацию у детей и подростков, считали ее недопустимой для взрослых. Отец медицины Гиппократ прямо заявлял, что мастурбация - пустая трата времени, которое лучше бы посвятить размышлениям.

ДО ДЖАКУЗИ

Сходных взглядов придерживались и римляне, вдобавок считая мастурбацию еще и расстройкой половой энергии. Они призывали отдать эту энергию сексуальным оргиям.

По числу сексуальных игрушек всех опережал Китай - именно здесь изобрели специальные инструменты для анального секса и для лесбийской любви, двухконечный член длиной около 30 см с прикрепленными к середине двумя петлями из шелкового шнура: таким прибором могли пользоваться две женщины одновременно.

В древней Японии женщины из богатых семей использовали полые шары из нефрита. Внутри каждого из них находился более тяжелый железный шарик. Женщина вводила его глубоко во влагалище и закрепляла бумажным тампоном. При ходьбе шарики «катались», вибрировали и, таким образом, знатная японка весь день получала удовольствие. Сейчас вместо японских шариков появились так называемые «яблоки

любви». Только вместо нефрита теперь полимерные материалы, а вместо шариков внутри - батарейки, которые заставляют японское «яблоко» вибрировать целый день. В Японии также процветало производство искусственных фаллосов.

А вот в средневековых женских монастырях быстро таяли запасы свечек, в том числе потому, что Христовы невесты думали не только о небесном. В Европе в средние века изделия для любовных утех были очень редким контрабандным товаром. Церковь не одобряла не только фаллоимитаторы, но и секс в целом ради получения удовольствия.

Запреты, запреты и еще раз запреты...

Каждое сообщество людей (раса, страна, поклонники той или иной религии) имеют набор основополагающих ценностей мировосприятия, поведения в обществе (что хорошо, а что плохо, что приемлемо, что нет), которые прививаются ребенку чуть ли не с молоком матери. С этим грузом поведенческих реакций человек проходит всю жизнь.

Возьмем наше сегодняшнее общество - неприлично испражняться на виду у всех (и неприлично подглядывать, как это кто-то делает), неприлично полностью оголяться в общественных местах (кроме бани или специальных пляжей), неприлично заниматься сексом и онанировать на виду у всех, в некоторых регионах неприлично обниматься и целоваться и т. д.

Для примера: на некоторых тихоокеанских островах неприлично принимать пищу на виду у других и подсматривать, как это делают другие; каждый островитянин на момент приема пищи прячется в шалаш.

А в некоторых племенах Южной Америки и даже в Индии (в некоторых регионах) не считается чем-то неприличным, если мужчина помочится или спустит семя на виду у всех - там это нормально.

На Тихоокеанских островах родители поощряют сексуальные игры своих детей и сами принимают непосредственное участие в них, глядя и возбуждая половые органы детям. Считается, что таким образом те подготавливаются к нормальной половой жизни.

Свободное отношение к мастурбации (и к сексу вообще) царило и в Европе до прихода христианства. В языческом мире люди просто не могли стыдиться секса во всех его проявлениях. Ведь он приближал их к божествам.

С приходом же христианства все изменилось с точностью до наоборот - секс стал отнимать у людей любовь бога.

Если раньше плотскую любовь почитали за божественное чудо, то теперь она стала грехом. Подобное неодобрение секса помогло отмежеваться христианству от языческих религий.

В государствах, где воцарилась пуританская этика, стал доминировать взгляд на половой акт лишь как на инструмент продолжения рода.



Вьетнамская скульптура 6 век

И никакого удовольствия!

Плотские желания считались грехом. И виновницей их были женщины. Все дело было в их неумных желаниях, которые мужчины не могли утолить, потому что просто не знали как. Все искали секрет женских желаний и похоти. И что же? Попытки увенчались успехом! В 1559 году Рейнальдус Колумб (это не тот, который открыл Америку) - итальянский преподаватель хирургии объявил, что открыл место женских наслаждений. Речь идет о клиторе! Сто лет после этого открытия были самыми ханжескими в истории Европы.

Если женщины занимались мастурбацией или имели отношения до брака, то это считалось признаком ненормальности. Их называли нимфоманками. Некоторым удаляли яичники. В Англии и Америке даже делали редкую операцию - удаляли клитор.

Конечно же, в результате гонений на мастурбацию страдали не только женщины, но и мужчины.

Откуда вообще взялся термин «онанизм»? Какова история его происхождения?

В конце XVIII века, многие служители церкви объявили мастурбацию блудом, грехом, болезнью. С середины XIX века онанизм превратился в проблему не только медицинскую, но и моральную. Многие священники сочли, что половые органы «постоянно встают против Бога», и настаивали на полном воздержании до женитьбы. Чтобы окончательно запугать подрастающее поколение, повсюду распространялась библейская притча об Онане, который был сражен гневом Господним за то, что пролил свое семя на землю.

Именно в то время, в середине XIX века и появилось слово «онанист», которое представляет собою историческую ошибку. Если мы обратимся к Библии, то обнаружим, что пресловутый Онан изливал семя на землю в совокуплении с собственной женой, чтобы она не стала матерью, потому что иных противозачаточных средств тогда не знали.

Вообще, крестовый поход против полового самоудовлетворения начал в 1778 году Римский папа Пий VII. Он поверил швейцарскому эскулапу Тиссоту, который опубликовал свое сочинение «Отвратительный грех самоосквернения и ужасные его последствия». По представлениям того времени сперма зарождалась в головном мозгу. Исходя из этого, Тиссот вполне серьезно писал, что в результате мастурбации уменьшается объем головного мозга. Вот, что пишет доктор Тиссот в своих трудах: «Если мужчина мастурбирует или много занимается сексом, то он может ослепнуть, стать слабым, сойти с ума, у него на руках будет расти шерсть».

Этого «сексолга» пригласили ко двору папы в Рим. Здесь на ум Тиссоту пришло откровение о том, что онанизм повинен еще и в эпидемии брюшного тифа, который свирепствовал тогда в Италии. В связи с чем Пий VII издал указ об избивении палками любого, кого застали онанирующим в общественном месте. Обратите внимание! Значит, до этого, мастурбировать в общественном месте считалось нормальным? И это в 1778 году? - Не так уж давно!

Если не только служители церкви стали жертвами этих заблуждений, но и многие медики считали

это аномалией, что же тогда говорить о простом народе? Каждый с этим «грехом» был оставлен наедине. К каким только методам не прибегали в борьбе с этим «злом» - от связывания рук до прижигания половых органов у юношей и девушек. Там, где не помогали благочестивые увещевания, прибегали к более суровым мерам. Самой обычной из них было связывание у мальчиков рук на время сна. Некоторые «лекари» предлагали надевать «пояс целомудрия», пропагандировали инфибуляцию, т.е. протыкание крайней плоти члена серебряной проволокой или булавкой, и такая практика на самом деле получила известное распространение. Своеобразное начало пирсинга, однако!

Также предлагалось смазывать пенис жёлтой ртутной мазью, вызывающей волдыри.

А прижигание позвоночника и гениталий рекомендовалось вплоть до 1905 года.

Некоторые мужчины сами прибегали к кастрации, чтобы избавиться от сексуальных желаний и, чтобы не приходилось мастурбировать.



Гигантский фаллос стоит около святилища Диониса на острове Тилоса (Греция). Дионис связан с культом изобилия, символом которого является фаллос. Тилос (Дилос, Делос), остров в Эгейском море. Крупный религиозный центр Древней Греции.

В борьбе с мастурбацией не осталась без внимания и пицца. Всем нам знакомы кукурузные хлопья Келлога. В любом супермаркете вы их найдете без труда.

А вот в США и Англии они не очень-то популярны. И знаете, почему? Изобретатель хлопьев Келлог считал, что грудинка и яйца повышают либидо. И поэтому в 1898 году предложил людям другой завтрак, как средство против самоудовлетворения - кукурузные хлопья, чтобы люди не испытывали желаний и не мастурбировали.

Келлог считал, что придумал пищу, снижающую сексуальные потребности. Но первые кукурузные хлопья были совершенно безвкусными и не пользовались спросом. Тогда их сделали вкуснее, добавив сахар, но доктор Келлог с этим не согласился, так как посчитал, что в этом случае хлопья не будут оказывать нужного влияния и просто обиделся.

А сегодня кукурузные хлопья продаются в любом магазине, считаются хорошим завтраком, и мало кто знает первоначальную суть этого изобретения.

В XVIII и XIX вв. особенно пугало отождествление мастурбации с гомосексуальностью. О связи этих явлений говорили уже средневековые богословы. Одни психиатры XIX века считали мастурбацию причиной гомосексуальности, другие - одним из ее проявлений, но и то и другое всячески осуждалось.

Подчеркивалось, что мастурбация и гомозеротизм одинаково бесплодны, не способствуют продолжению рода и связаны с влечением к смерти.

Во многих языках самоубийство и мастурбация описываются одним и тем же эвфемизмом - «наложить на себя руки».

Итак, негативное отношение некоторых религий к мастурбации и другим видам сексуального удовлетворения основано на постулате о сексе, как инструменте продолжения рода - и только.

Продолжать род - можно, получать удовольствие - нельзя.

Излечение от истерии

Много лет европейские медики ломали голову над загадочной болезнью, которая поражала только женщин. Ее жертвы жаловались на раздражительность, плохое самочувствие, потерю аппетита, бессонницу. Недуг получил название «истерия» - от греческого слова *hystera*, что в переводе означает «матка». Именно из-за этого женского органа, по мнению корифеев медицины, и происходили все неприятности. Еще великий Гиппократ, а позднее знаменитый средневековый хирург Амбруаз Паре считали, что причиной всех женских недугов является «застой телесных соков». Даже название этому комплексу симптомов дали: «бешенство матки».

Было замечено, что в первую очередь болезнь поражает женщин, лишенных регулярного секса: вдов, солдатских жен и особенно монахинь. Порой целые монастыри охватывала странная эпидемия - Христовы невесты впадали в исступление, разрывали на себе одежду, катались по полу. Инквизиция быстро нашла способ «лечения»: просто отправляла несчастных монахинь на костер за связь с дьяволом.

Когда нравы смягчились, жертв истерии принялись лечить. Делалось это просто: чтобы разогнать застоявшуюся кровь и взбодрить телесные соки,

доктора прописывали пациенткам вагинальный массаж. Доктора собственноручно выполняли процедуру. «Больные» были готовы терпеть сеансы не раз и не два. О сексуальной стороне этой процедуры в те непросвещенные времена никто и помыслить не мог. Все стоны и движения женщин расценивались как «истерический пароксизм», то есть доказательство того, что болезнь отступает и лечение ведется в правильном направлении. После «кризиса» болезнь покидала женщину, оставляя капризную даму в спокойствии и умиротворении - правда, ненадолго. О том, что женщины способны испытывать оргазм, специалисты узнали гораздо позже - тогда в медицине и термина такого не было.

Был лишь один недостаток у этого способа лечения: у врачей, занимавшихся «руковерчением», страшно уставали руки. И тогда физиолог Джордж Тейлор изобрел первый в истории человечества вибратор, назвав его «стационарным манипулятором». Прибор был размером со шкаф и внешне напоминал гибрид шезлонга и пылесоса - в самой середине матерчатого раздвижного кресла торчала вибрирующая головка, которая приводилась в движение паровым двигателем. При работе он издавал громкое гудение, заглушавшее сладострастные стоны пациенток. Ввиду сложности конструкции вибратор Тейлора не удалось поставить на поток, но фантазия изобретателей заработала. Не обошлось как обычно и без церкви! Вскоре городской священник города Вёрисхофена Себастьян Кнайп предложил использовать сидячие ванны с восходящим потоком воды, приводившие

пациенток в совершенный восторг. Похоже, тогда и зародились ванны-джакузи. На многих курортах того времени эти приборы оставались чуть ли не единственным методом лечения всех женских заболеваний и пользовались просто бешеным успехом!

В 1880 году британский физиолог Джозеф Мортимер Грэнвилл придумал первый переносной фаллоимитатор на батареях. Его проблемой было энергоснабжение. Энергии двух огромных аккумуляторов иногда было недостаточно для того, чтобы достигнуть «истерического пароксизма», что грозило обострением заболевания. Лишь с появлением электросетей эти устройства широко вошли в клиническую практику. Уже тогда массажисты стали называть эти приборы вибраторами и рекомендовали использовать даже в домашних условиях. В безудержной гонке за универсальностью некоторые фирмы предлагали вибраторы, которые с помощью различных насадок быстро превращались в миксер или в швейную машинку.

К 1900 году электрические модели - в том числе работающие от сети - выпускало около дюжины производителей. В новомодных электрифицированных домах первыми бытовыми электроприборами были швейная машинка, фен, чайник, тостер и - вибратор (!). Приблизительно в те же годы вибраторы начали рекламироваться в женских журналах.

В 1930 года вибратор больше походит на фен. Иметь дома вибратор было модно, и говорить об этом было не стыдно. При этом на самом деле женщины прекрасно знали, что стоит за всеми этими «процедурами», но

благодаря тому, как преподносилось происходящее, все могли сделать вид, что ничего особенного не происходит, и можно было получать удовольствие в лечебных целях.

Ничего не подозревающие мужья охотно верили в то, что жены занимаются полезным самолечением. Ведь результат был, в прямом смысле, налицо: из злобной мегеры женщина превращалась в кроткую овечку. Никто тогда попросту не подозревал, что мать-природа наделила женщину способностью наслаждаться сексом.

Наш форум

www.wop.ru/forum

Здесь мы легко и свободно говорим на тему вождения, секса и сексуальности, обсуждаем вопросы отношений мужчины и женщины.

При этом все изобретатели вибраторов и новых методов лечения «застоя телесных соков» были глубоко верующими людьми, считали мастурбацию делом греховным и вредным и свято верили в сугубо медицинское назначение своих аппаратов.

Только с появлением трудов Зигмунда Фрейда, а также других классиков психоанализа, теория о застое телесных соков канула в лету. Истерия была названа истерическим неврозом. Причиной же ее, по мнению психиатров, был вовсе не застой, а психотравмирующая ситуация, которую классики описали как: «хочу, но не дают». Прогресс психиатрии и медицины в целом позволил по-новому посмотреть на извечную проблему. А вот вибраторы, став предметом для удовольствия, постепенно сменили свое место «прописки». Теперь они обитают не на

престижных курортах, а на полках секс-шопов. И что самое странное: теперь иметь дома вибратор считается чем-то неприличным. Получается, что занятие мастурбацией в медицинских целях - это престижно, а вот для получения удовольствия - это уже непристойно.

И в качестве заключения хочу привести цитату из сообщения, опубликованного на одном известном информационном портале в апреле этого года: «Теологи и философы всех времен находятся в постоянном поиске ответа на вопрос - зачем человек занимается сексом. Физическая близость отнимает время и энергию. Ученые также не понимают - какой смысл в сексе вообще?» И далее в статье рассматривается секс, как способ натурального отбора и продолжения рода. Удовольствие человека, а также его энергетическая составляющая, похоже, как и прежде не учитывается. А ведь на дворе 2005 год.

Дежа вю!

Медиа-центр «КС»

Мозг помогает женщине получить оргазм

Ученые обнаружили, что когда женщина достигает пика оргазма, области ее мозга, отвечающие за эмоциональный контроль, практически отключаются, сообщает информационный портал newsru.com.

Наиболее поразительные результаты зафиксированы в той части мозга, которая отвечает за страх и беспокойство. Эта часть отключалась. Таким образом, мозг устраняет препятствия, мешающие женщине испытывать оргазм.

Чего хочет женщина?

Автор: Анжелика Фрамбуэса

Недавно одна моя знакомая приехала из Калмыкии в Москву искать мужа. Вот так она описала кандидата на главную мужскую роль: «Он должен быть умным, ласковым, талантливым, много времени уделять семье, хотеть и любить детей (не только своих, потому что у нее ребенок от первого брака), быть безмерно сексуальным (полностью знать Камасутру), по всем вопросам придерживаться моей точки зрения, понимать меня с полуслова, обладать внутренним шармом, быть коммуникабельным, красивым (настоящим мачо), тактичным, не болтливым, не плакать и не ныть по пустякам, никогда не смотреть на других женщин, уметь одеваться со вкусом, быть чистоплотным. А если я захочу открыть свое дело, то обязательно поддерживать меня и финансово и морально. Также следует доверять мне во всем и делиться со мной всем. А главное - я должна чувствовать, что он - моя надежная стена и опора. И при этом... быть банкиром!»

Я не знаю, как сложилась ее дальнейшая судьба. Но этот случай побудил меня к размышлениям на тему: каков он этот заветный образ? Насколько реально найти такого человека в жизни? Чего мы ждем от своих избранников? Предлагаю поговорить на эту тему на страницах журнала и на форуме www.wop.ru/forum.

Свое мнение для публикации в журнале Вы можете прислать на e-mail: nadistchnik@mail.ru

ЖЕНЩИНА с точки зрения МУЖЧИНЫ

Автор: Ясен

Какой в моём представлении должна быть женщина?

Сразу же оговорюсь, всё, что изложено ниже - моё субъективное видение.

Первое и главное - женщина должна быть женственной: мягкой, нежной, в определённых ситуациях - слабой. Можно вспомнить: «Сила женщины в её слабости». Почаще позволять мужчине чувствовать себя рядом с ней женщиной.

Не все наши милые создания наделены от природы внешней красотой, но даже очень красивая женщина при отсутствии внутреннего света и обаяния может быть отталкивающей. Мне несомненно больше импонирует обаяние женщины - оно и есть истинная красота.

Сексуальность - совершенно необъятная, восхитительная тема, доставляющая при умелом подходе столько радости и счастья как мужчине, так и женщине, и легко решающая множество возникающих проблем. При более подробном изучении темы и использовании, наверняка присутщей всем женщинам, женской фантазии и интуиции - существует огромное разнообразие проявлений сексуальности, перед которыми не устоит ни один мужчина.

Милые женщины! Используйте же чаще ваши личные наработки, радуя глаз и задевая за живое всю сущность мужчин.

Такое, несомненно важное качество, как открытость в отношениях с мужчиной-партнёром по жизни и в сексе (в особенности) ни в коей мере не должно

лишать женщину возможности иметь свои маленькие женские секреты.

Наличие у женщины доверия к мужчине вызывает у него ответственное чувство ответственности за неё.

Безусловно неоценимые качества, которыми женщина может покорить мужчину - наличие ума, такта и терпения. Обоснованное терпение расцениваю как одно из проявлений ума.

Вызывает затруднение - куда вставить фразочку, чтобы она не выглядела ложкой дёгтя в бочке мёда. А упомянуть об этом считаю необходимым. Крайне неуместные качества: суетливость и болтливость - удел неумных и пустых женщин.

И, конечно же, образ нашего прекрасного создания выгодно дополнит присутствие таких качеств как доброта, честность, чистоплотность и трудолюбие.

Особый шарм придают женщине умение изысканно, стильно и со вкусом одеваться.

В завершение, возьму на себя смелость и скажу пару слов от имени мужчин, думаю, они меня поддержат.

Дорогие женщины! Вы, наши половинки, вы дополняете нас и украшаете нашу жизнь.

Хотелось бы, чтобы, со свойственной вам деликатностью и по-женски, вы способствовали снятию напряжений от временами проявляющихся мужской жёсткости и прямолинейности, сглаживали и смягчали их.

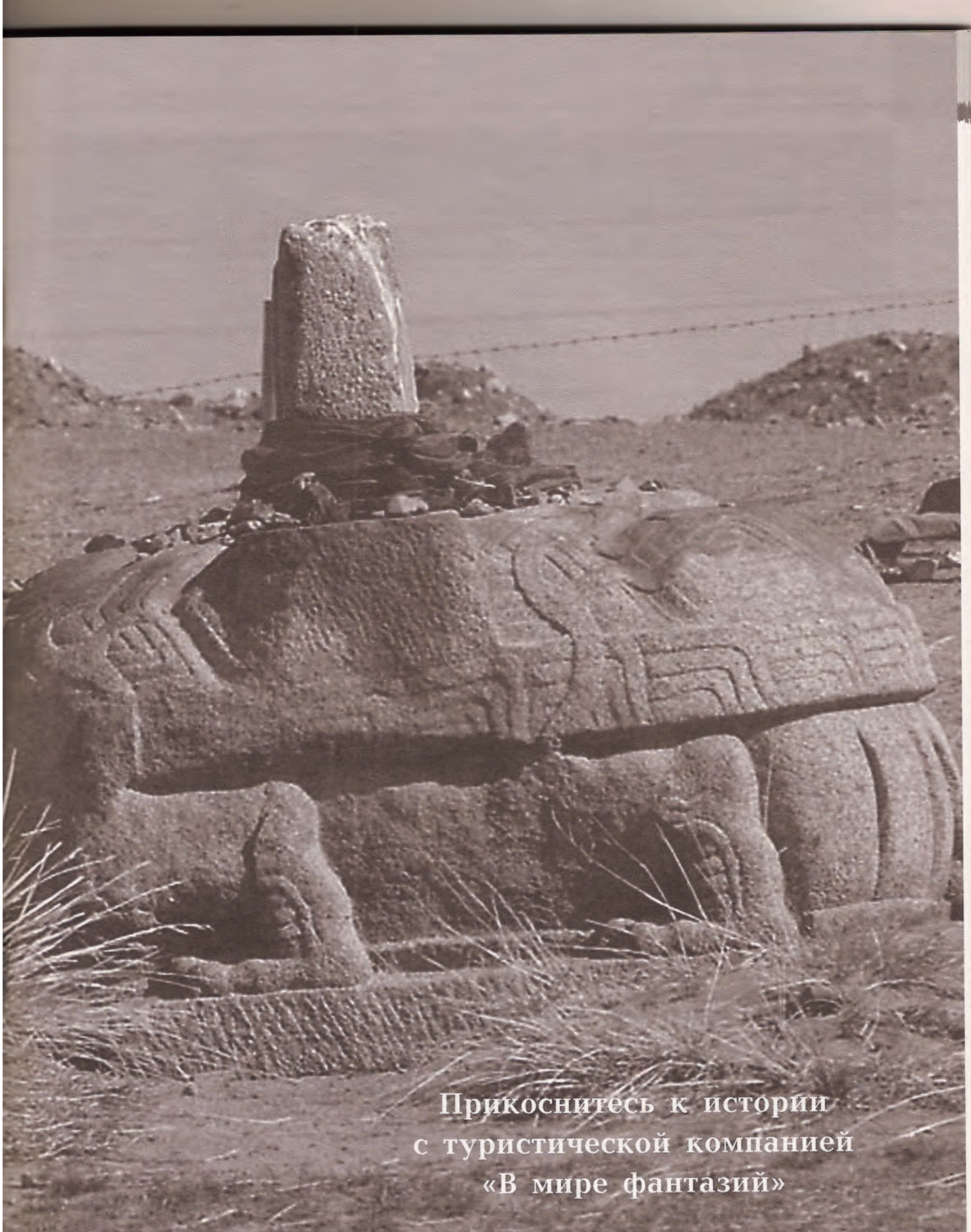
И да воцарится Гармония! Аминь.

С уважением к лицам как женского, так и мужского пола.

открывая мир...



Монголия / Автор фото: Богословский Георгий



Прикоснитесь к истории
с туристической компанией
«В мире фантазий»

Бурин-Хан поднимает голову, или кто поможет священной горе?

Автор: Татьяна Ольга - координатор экологического движения «Наш дом - Земля»
Общественно-спасательный пункт по регистрации туристических групп в Тункинских гольцах

Уже давно интересовал нас вопрос, как природа Саян ежегодно принимает в свои объятия такое огромное количество людей, до нескольких тысяч поклонников горного туризма в такой непродолжительный период времени, как майские праздники. В последние годы стало очень модным совершать восхождение на самую высокую вершину Саян Мунку-Сардык, единственную в России вершину, на которую можно подняться, а затем и спуститься с нее за один день.

А период возможного восхождения достаточно короткий, зимой там очень сурово, а летом реки Мугувек и Белый Иркут, по льду которых надо добираться до подножия вершины, просыпаются и бешеным горным потоком перекрывают туристам путь.

Традициям этих горных майских туриад свыше 40 лет! Популярность восхождений растет. Но готовы ли люди к посещению этих мест? Ведь вершина Мунку-Сардык является высокопочитаемой святыней у сибирских народов.

В 2001 году была совершена неординарная акция в истории буддийской религии - освящение Мунку-Сардык (пика Восточных Саян) - обители Бурин-Хана. Инициатива и организация восхождения на самую высокую точку Бурятии принадлежала религиозной

организации «Майдар», руководимой ламой Данзан-Хайбзуном Самаевым

Из интервью с Д.-Х. Самаевым: «Покорения вершин не бывает, а есть желание на определенной высоте ощутить себя частицей Матери-природы.

Бурин-Хан - это один из пяти основных хозяев нашей Земли, за благословением к которому обращаются люди. Они приходят к подножию Мунку-Сардык, а не к его голове, которая ближе к Всевышнему. И наша цель была освятить именно эту часть, чтобы приблизившиеся к этой вершине знали, что они ступают на самое святое место.

От всех жителей моей Бурятии я молился Богу, просил для всех благополучия. А для тех, кому представится возможность взойти на Мунку-Сардык, это будет прикосновением к Святыне».

9 апреля 2005 года, задолго до массового выезда туристов, **Игорь и Анна - представители экологического движения «Наш дом - Земля» совершили экспедицию в район Мунку-Сардык**, чтобы самим пообщаться с природой, услышать голос гор и понять, что же они (горы) чувствуют по отношению к нам - людям, что они ждут от нас. Чистота наших мыслей, искренность и уважение к каждому, кого мы встретим, - вот условие успешного продвижения экспедиции, это поняли ребята с первых шагов своего маршрута.

Трудности были - и суровый ветер, и холодные ночи в снежной пещере, и малый опыт подобных восхождений и карта маршрута, забытая в машине, может быть, не случайно.

Экспедиция была проведена за пять дней, и ребята с уверенностью сказали, что они были в ином, волшебном мире - мире гармонии и чистоты, где действуют иные законы, чем законы нашего общества. Здесь все живое! Это почувствовали они, открыв свои сердца!

Вот и пришли майские праздники, и опять у подножья горы собралась тысячная толпа восходителей - покорителей вершин.

Стонет, беснуется ураган, свирепеет с каждой минутой, плачут, вздыхают соседние вершины, сестры легендарного Мунко, куда тоже карабкаются неугомонные туристы, в учебных целях покоряя малые вершины.

Природа-мать терпелива, но и ее терпению приходит конец!

Предупреждает она своих лучших сынов, до кого еще может достучаться, в ком еще не погасла искра соучастия и боли за ее, Природы-матери страдания.

И оставляет она свои знаки на теле Земли и человека...

Ведь не просто так восходители ломают руки и ноги - это знаки, которые человек может расшифровать и понять через боль.

Благодарность

Автор этой статьи не подписал своего имени. И может быть это не случайно. Возможно в каждой фразе этой исповеди кто-то услышит свою боль, свою жизнь, свой опыт, свою благодарность...

Редакция журнала

Мне уже много лет. И сегодня я совершенно не понимаю, как прожила свою жизнь. Не помню, как училась, как работала, как растила ребенка. Не знаю, как и чем живут люди, чего они хотят, о чем думают, что чувствуют, как общаются. Что такое мир? Как отдыхают и получают удовольствия, чему радуются? Как-то жила, и вроде была на хорошем счету. Умная, тактичная!?

Я всегда была робкой, замкнутой, необщительной, всегда «чужой», горячкой.

Сколько себя помню, я чувствовала внутри, глубоко-глубоко море нежности и доброты и, в то же время, постоянную, необъяснимую тоску и отсутствие интереса к чему-либо. Пережила любовь-давление, любовь-страх родителей. Благодарю вас, мои дорогие родители за любовь и заботу, подаренную мне. Вы любили, как умели, любили сильно. Пережила боль, стыд, унижение оттого, что мой муж и отец моего ребенка алкоголик.

Умирала и возрождалась вместе со своим ребенком. Выживала, как могла. Пережила боль, страх, стыд, вину, обиду оттого, что я плохая мать. Пережила смерть родных и любимых мною людей, друзей моего ребенка. Видела горе родителей, потерявших своих детей. Пережила неприятие моего ребенка отчимом и не принимала сама чужого ребенка. Училась понимать и отпускать ребенка и близких мне людей. С кровью, болью, страхом, ожидая смерти каждую минуту. Выла, страдала и... отпускала, веря Учителю. Не знала и не понимала, что я должна прожить свою собственную жизнь. А что это такое - жить собственную жизнь? А в душе жила Вера, глубоко-глубоко, и тихонько мне говорила: «Все будет хорошо!»

Люди, окружающие меня, и ситуации, в которых они оказывались, вдруг напоминали мне, что и я была в таких же ситуациях.

Я была самоубийцей и убийцей - хотела покончить с собой и лишиться жизни своего ребенка. Но всегда, вдруг, неожиданно, в самый критический момент, появлялся некто (мужчина или женщина), одно слово которого меня останавливало.

Примите Все мою благодарность!

Меня предавали, и я предавала, меня убивали, и я убивала, меня осуждали, и я осуждала, меня обманывали и обманывают, и я обманывала и обманываю, меня обижали, и я обижала. Я была жертвой и палачом. Мне завидовали, и я завидовала. Пережила равнодушие к материальным благам и зависимость-страсть к покупкам. Я жадная и щедрая. Я мать и мачеха, жена (дважды), дочь, сестра и т.д. Королева и прислуга.

Была любимой и любящей, счастливой и несчастной, отвергала и была отвергнутой. Дрожала от страха перед людьми, боялась их оценки, боялась делать ошибки, страдала от неуверенности и гордыни, от одиночества и собственной никчемности, от ревности и ревливости. Училась отпускать и принимать ребенка, мужа, любовника, собственную жизнь и жизнь близких и родных мне людей. Продиралась через оцепенение, недоверие, контроль, вздрагивала от каждого звонка (в дверь ли, телефонного ли), ожидая смерти. Потеряла здоровье. Все это - моя жизнь.

И давно, очень давно забыла о своих желаниях. А чего я хочу?

Однажды я увидела голубое, бездонное небо и яркое солнце, и зеленую листву, и траву, услышала пение птиц, почувствовала запах лета, почувствовала свое тело, ноги. Неужели я иду не на «ходулях»? И это поразило меня - я оживаю, и вокруг Жизнь! И это мгновение я помню!

Семь лет назад я попала к Учителю. Помощь всегда приходит через людей, когда кажется, что выхода нет совсем, когда умираешь от боли и физической и душевной. И приняла его помощь, и поверила ему сердцем. Тогда был самый тяжелый период моей жизни. Пришла спасать ребенка, а оказалось, что спасать надо себя. «Что??? Отпустить ребенка? Он имеет право на свою жизнь??? Он имеет право на свою жизнь??? Он ее выбрал сам??? А Вы живите свою жизнь! А что значит - моя жизнь? А кто я?»

Бесконечная учеба, какие-то группы, конференции, тренинги, лекции, дипломы, люди, люди, люди. Эти годы - годы борьбы с собой, учебы (хотя и мало что понимала), агрессии домашних, ненависть собственного ребенка, полное неприятие моих

изменений. И вдруг йога! Первое занятие и ощущение, что я уже занималась. Ощущение настолько яркое, что я на минуту замерла... И тысячу лет назад я сидела в позе лотоса и «дышала», выполняла асаны. В моей жизни это уже было. Это мой Путь, я его приняла сразу. Занятия, занятия, занятия, пластика, танцы, ведение групп, работа с детьми, родителями, больными, создание фонда, хождение по инстанциям... И самое главное - все получалось. Без Учителя ничего бы не было: «Вы идите и делайте!» И тысячу раз одно и то же, с разных сторон, - «живите свою жизнь, смерти нет, опустите, дайте другим шанс жить своей жизнью, дети не ваша собственность...» Шаг за шагом. Ревела и шла, спотыкалась и шла.

Не осуждайте! Когда хочется кого-то осудить, вдруг понимаю - и я такая же, и во мне есть все, что есть в мире, и я могу испытывать любые чувства, какие есть. Вдруг всплывает эпизод из моей жизни, запятанный глубоко-глубоко, потому что мне стыдно, где я вела себя так же, как та (или тот), кого хочу осудить. И если нет такого эпизода, то неизвестно, как я себя поведу в той или иной ситуации. И я понимаю - осуждать не имею права. И во мне есть все, что есть во Вселенной, и когда, в какой момент проявится, не известно. И все это Я.

И вдруг появляется, совсем ненадолго, дивная тишина и красота.

Сейчас я поменяла имя, и совершенно ничего не знаю, не понимаю и не умею. И только сейчас я готова начать учиться всему тому, чему не научилась до сих пор. Все вокруг стало объемным, большим, пространство расширилось. Внутри звучит песня переживания и принятия своей жизни, всей жизни, целиком, со всеми радостями и горестями. Она моя! Вся. Какое счастье, что наконец нет необходимости всегда быть «хорошей». Я - разная, Я всякая! Теперь в моей душе живет радость. Радость открывать себя, людей, мир, радость уметь быть благодарной.

Без дорогого Учителя я не смогла бы пройти мой путь. Семь лет его работы, Доброты и Милосердия, Терпения и Любви. Примите мою благодарность и преданность, дорогой Учитель. Только сейчас начинается моя жизнь.

Только одно я поняла за свою жизнь - людям не хватает уважения, принятия такими, какие они есть, целиком, без осуждения и оценки, с правом на собственную жизнь и понимания, что он сам ее хозяин. Не хватает Любви Безусловной и Веры в то, что Она есть.

И ЖИЗНЬ...

Автор: Тэа

События последних дней навели меня на мысль: чтобы глубже познать жизнь, нужно больше узнать о смерти.

Судьба дала мне возможность понаблюдать за уходящими из жизни. Я прожила вместе с ними их последние дни.

Смерть человека оставляет после себя маленькие детали удивительных воспоминаний. Они вереницей выстраиваются в моей памяти.

Интерес к смерти, как к другой стороне жизни, обозначился давно, но проявлялся робко, преодолевая мои собственные страхи. Чтобы понять истинную причину страхов, я несколько раз побывала на ночном кладбище. Полученный опыт был, конечно же, значим, но докопаться до сути мне все же не удалось. Поняла это, когда мне пришлось остаться наедине с покойником.

Умирал отец, и я в течение недели находилась рядом с ним. Закончился его земной путь, отошла душа, тело освободилось от страданий, угасло и охладело. И в тот же момент у меня появился страх. Я ощутила, что он рождается за спиной, холодеет затылок, шевелятся волосы на голове, замирает сердце, слабеют ноги, замирает дыхание, голос становится тихим.

Появляется желание прижаться к стене, найти опору. Что же происходит со мной? Ведь только секунду назад держала за руку живого человека, слушала биение его сердца, ощущала тепло тела. Откуда этот жуткий, панический страх остаться наедине с мертвым телом? От того ли, что тело, оставленное душой, изменяется до неузнаваемости, или от того, что я чувствую присутствие ушедшего рядом?

Все произошло мгновенно - жизнь покинула тело, и я присутствовала при этом.

Этот процесс обозначился с утра и завершился за полночь. Начались изменения в теле. Постепенно черты лица заострились, на щеках появились ямочки, впал и потемнел язык. Дыхательные и сердечные ритмы дошли до предельной частоты, я поняла, что в таком ритме долго не живут. Было ощущение близкого конца, и в то же время это была еще жизнь. Каждую

минуту я находилась в режиме ожидания, состоянии повышенной тревожности. И в то же время оставалась спокойно-собранной, даже когда отметила последний глубокий вдох и шумный выдох. Моя рука лежала на его груди. Почувствовала, как начало угасать тело, уходит жизнь, мышцы теряли эластичность, менялся цвет кожи. Из розоватого оно становилось желтоватым, затем приобрело синеватый оттенок, а через несколько часов появились трупные пятна на спине, затылочной части шеи, ягодицах.

И СМЕРТЬ...

Не знаю, как и откуда появились знания, но я все делала быстро, слаженно, без лишней суеты и паники. Держала состояние свое и близких. Нашлись нужные слова для утешения и поддержания духа. Смутно помню, что говорила что-то о душе, что она еще с нами и недоумевает о причине наших слез, что нужно помочь ей освободиться, не мешать, а дать возможность идти своей дорогой, наши слезы тормозят ее путь. Это были слова утешения для себя, но они имели воздействие на родных и близких. Включился внутренний наблюдатель, и я отслеживала, как люди воспринимают и реагируют на смерть.

Каждый человек, в силу своих психологических особенностей, в экстремальных ситуациях по-разному проявляется во внешней среде. Кто-то замыкается, впадает в депрессию, уходит от общения, кто-то становится эмоционально несдержан, кого-то душат рыдания.

Кого-то смерть сближает, а кого-то разъединяет. Почему это происходит?

Близость смерти обостряет восприятие жизни. Включается интуитивное чутье, улавливаются запахи, утончается слух, обостряется звуковое восприятие. Такое же усиление чувств я испытала на ночном кладбище.

Интересно было наблюдать пограничные состояния между жизнью и смертью. Произнося половину слова, он (отец) находился здесь, а во второй уже там. Я пыталась понять, чем можно было удержать его здесь (была установка медиков - борьба за жизнь). А на второй день поняла, что не надо ему мешать. Он сам четко обозначил,

что ему надо уходить: почти в бессознательном состоянии попросил одеть ему тапочки и дать в руки палочку. Дальше я только помогала ему.

Вплоть до прощальной церемонии в доме царил спокойная, ровная атмосфера, а в последующие дни я чувствовала удовлетворенность от завершенности дела. Волеизъявление ушедшего было исполнено - гроб с телом в течение ночи стоял в церкви, а по бокам светили четыре канделябра со свечами. Церковь приняла его.

Мне же сопутствовал и помогал подъем душевных и физических сил, нужных для решения всех последующих вопросов. Я столкнулась с массой проблем, созданных нашей государственной бюрократической машиной. Как же люди усложняют свою жизнь, а в итоге-то что остается от них? Только душа, которая в нужный момент легко и свободно покидает тело. Душа движет телом, а живое тело движет миром. Мы заботимся о теле, но ничего не знаем о духе, который движет этим телом. Тело, лишенное духа, неподвижно, мертво. И это наводит на мысль, что без духовного движения цивилизация останавливается в своем развитии.

На вопрос «жизни и смерти, и жизни после смерти» у меня нет однозначного ответа. Зато есть свой опыт восприятия смерти и оставшиеся страхи.

Поймала себя на чувстве досады на то, что некоторые моменты нашей совместной жизни можно было исправить, или же вообще избежать их. Утешало то, что хоть что-то успела сделать, например, попросить прощения у уходящего отца. Ясно осознала, что о чувствах надо говорить при жизни. Они были важны и мне, и ему, а дни, проведенные у его постели, помогли познать еще одну свою сторону. Появилось желание научиться получать глубокое удовольствие от полноценной жизни своего тела в согласии с духом. Ни о чем другом в мире я не знаю так мало, как о себе.

Наш форум

www.wop.ru/forum

Вопросы и ответы о смерти и о жизни после смерти.

Уважаемый читатель, напомним, что в этой рубрике мы говорим о качествах, привычках или проблемах, с которыми хотелось бы расстаться. Автор следующей захватывающей истории уже несколько лет изучает себя и пытается стать еще лучше. Этот рассказ вылился из очень интересного практического опыта: по заданию инструктора группа, в которой занимается автор, выявляла и рассматривала со всех сторон некое свое качество. Если обнаруженное качество мешало, разрабатывались способы избавления от него. Наш герой использовал в своей борьбе множество интересных приемов. Может быть, и вам пригодится что-то из его опыта?

Арсений Серебряный

Автор: Муаш

Медленно протаивает сквозь темно-серую мглу странный образ. Пластичная, лоснящаяся, постепенно меняющая свои очертания масса, имеющая, однако, целостность, не слишком растягивающаяся в длину. В ней преобладает коричневый цвет, но по всей поверхности видны переливы серого, желтовато-коричневого и грязно-синего цветов, подчеркивающие выпуклость форм. Амеба. Мерзкая, липкая и противная.

Эта масса лежит на почти плоской поверхности и все время меняется, хотя и достаточно медленно. Иногда она достигает небольших размеров, всего 5-6 сантиметров, и тогда становится похожей на высохшую грушу, теряется ее блеск, переливы цветов. Остается только темно-коричневый цвет. Она становится при этом неподвижной и якобы безжизненной, успокаивает мою бдительность и даже заставляет забыть о ней.

Вдруг, ни с того, ни с сего, она вырастает до размеров всей брюшной полости. Огромная, она как будто смотрит на меня, насмехаясь, поблескивает своими лоснящимися боками, переливается грязными холодными цветами, и тогда сделать что-то с ней бывает очень трудно.

Я пробовал брать в руки огромный молот или даже пресс, или просто делал тяжелым свой кулак и бил по этой массе всей своей силой. Она при этом сминается, даже уменьшается в размерах, облепляет все, что находится вокруг, прячется, маскируется и ... поддается. Но поддается на время! Она сидит в засаде и ждет, когда я отведу свой кулак и отвлекусь на что-то другое. Она даже может некоторое время не подавать признаков жизни, но вот наступает момент переключения, когда нужно закончить что-то одно и взяться за другое. И тогда, когда наступают несколько минут вынужденного простоя

внимания, вот тогда она наносит свой ответный удар. И он не менее силен, чем тот, которым бил я сам. Как будто она, как паразит, всосала силу моего удара, приняла ее, запасла и использовала против меня самого.

Этот удар можно отразить, но сделать это очень трудно. Внимание, направленное на нужный предмет, теряется, отвлекается, и противостоять этому воздействию стоит огромных усилий. Пожалуй, всего несколько раз мне удавалось нанести второй удар. Хотя, должен признать, что в эти редкие случаи она сама не наносила второго

удара. Но, возможно, ей просто не хватило времени. Наступало спасительное вынужденное безделье, например, проезд в транспорте или еда. Значительно чаще после ее удара мое внимание уходит от нужного дела, и вот тут я опять вижу эти лоснящиеся бока, как будто внутри эластичного мешка что-то перекачивается, меняя его форму. Если я не устоял, ложусь спать, когда этого делать нельзя; не иду туда, где обещал быть; вхожу в состояние полного ступора, теряется способность

креативно мыслить. А наблюдатель сидит рядышком и молча, с укором, смотрит. И не говорит ведь ничего! Лучше бы ругался! Нет же, только сидит и смотрит. Хотя, конечно, на то он и наблюдатель. А чувство вины перед самим собой растет, как растет и недовольство собой. А что, если наплевать на наблюдателя? Ведь это его взгляд с укором делает мне так больно! Правда, тогда придется превратиться в серого человека, без ушей и глаз. Такого, каким я был еще не так давно. А ведь сделал-то всего маленький шаг, еще и слышать наблюдателя не научился, но уже увидел его молчаливый укоряющий взгляд. Нет. Не хочу я больше в серую жизнь. Мне нравится цветной мир. Хочу чувствовать его запахи, видеть его краски, жить полной жизнью!



Лучше попробуем что-то сделать с этой коричневой массой, которая доставляет так много хлопот. А какие есть варианты? Для начала попробуем не бить ее тяжелыми предметами. Что тогда? А ничего. Если на нее вообще не обращать внимания, она задушит и разрастется, пожалуй, не только в брюшной полости, а еще и выше поднимется и в любой момент прекратится какой-нибудь важный физиологический процесс. Пожалуй, до этого далеко, но перспектива не радужная. Что еще? Попробую давить на нее мягко. А что - она поддается..., но поддается до определенного уровня: даже если давить чуть сильнее, она не уменьшается. А если еще прибавить усилий, она начинает сопротивляться. И опять ощущение, что силу для сопротивления она берет из моих усилий. Прямо как вечный двигатель! Какое эффективное преобразование энергии! А я снова в тупике. Она есть, и никуда мне от нее не деться.

А что, если начать с ней общаться? Она, правда, не умеет говорить (или я ее не слышу), но все же, думаю, меня она поймет. Но вот проблема - что же ей сказать? Постараться убедить ее, что она не права? Мда... с таким же успехом ягненок мог убеждать волка в его (волка) неправоте! Ну, все же я не ягненок, конечно, но вопрос остается. Есть идея! А что, если ограничить ее во времени? Ведь не каждую секунду и не каждую минуту от меня требуется собранное внимание! Так, давай, коричневая жижа, сиди тихо, когда я занят, а потом - можешь и выползти, например, кинофильм буду смотреть - выползай и грейся на солнышке. И все бы хорошо, в таком режиме даже удастся жить. Но гарантии нет. Все равно она выползает тогда, когда ее не просят.

Есть еще один путь - значительно более эффективный. Я могу создать для себя мотивацию делать что-то. И тогда вокруг коричневой жижи распухнет красивым цветком зеленая сеть, почти как рыболовный сачок, только надутый пузырем и с ярко светящимися нитями. И тогда эта мерзкая масса даже боится приблизиться к яркой светящейся поверхности. Конечно, уничтожить ее так и не удастся, но она уже не лоснится, подсыхает, перестает переливаться цветами и остается только коричневой. Во всяком случае, больше не беспокоит

некоторое время. Но и этот метод не панацея. Мотивация не вечна. Достигаются цели, я взбираюсь на ступеньку, и вроде бы задача выполнена. И тогда защитная сеть ослабевает, уже не светится ярко-зеленым как раньше, тускнеет, а это мерзкое коричневое животное, кажется, может ждать годами, а может и веками, а может и тысячами. И уже подходит к сети и начинает на нее давить. И если я не создам новую мотивацию, она разорвет сеть и будет расти опять.

Сегодня я так и живу. Счет игры не веду. Но защитная сеть есть. Вспыхивающая, тускнеющая, но есть. И не только моя в этом заслуга. А еще и тех собратьев, кто стоит рядом со мной и, конечно, тех, кто показывает дорогу.

Но еще лучше - это настройка себя самого на уровне, не доступном разуму. Ведь мотивация строится от разума, то есть я могу объяснить себе самому разумно, зачем мне делать что-

либо, например, чтобы чувствовать себя бодрым, здоровым и т.д.. Именно поэтому тем же способом я могу придумать себе и оправдания, чтобы не делать этого, например, что я уже и так здоров и бодр, и разок утром можно поспать подольше. А если попробовать настроить себя на уровне, который находится вне пределов разума, то тогда разрушить эту работу с помощью разума будет трудно, если вообще возможно. И это прекрасно!

Итак - как же настроить себя? Оказывается, это не так сложно. Для начала - выбрать человека или людей, за идеями которых можно идти. Затем войти

в диалог с ближайшим своим наставником, обсудить с ним проблемы. Даже если он ничего не посоветует, все равно что-то отложится на подсознательном уровне и начнет действовать. Здесь важно не иметь внутреннего сопротивления словам наставника, доверять ему. А лучше всего - когда на меня обращает внимание Учитель. Всего пары его слов достаточно, чтобы сформировалась такая настройка. Хотя конечно, я понимаю, что дело здесь не в двух словах, а в чем-то большем. И тогда защитная сеть вокруг коричневой жижи горит месяцами, не затухая. Временно цель достигнута!



Как оказалось, есть еще один способ бороться с ней. Конечно, это не универсальный способ, он позволяет выполнять только что-то одно и конкретное, и пусть небольшой, но уже имеющийся опыт подсказывает, что работает этот способ отменно! Можно в кругу собратьев, в присутствии Школы, духов стихий, духов природы в торжественной обстановке взять обязательство. Много не возьмешь - все же хочется его выполнить, а не нарушить. Но хотя бы самое важное - дисциплинирующее, оздоравливающее, являющееся следующей ступенькой. К тому же, сейчас ежедневно возникает ощущение, что все свидетели моего обязательства, особенно Школа и духи не только являются таковыми, то есть свидетелями, а еще чуточку помогают мне выполнять его. И все получается! Она, коричневая, конечно, никуда не делась. Но сидит тихо, не высывается. Хотя, в делах, не связанных с обязательством, периодически показывает свои лоснящиеся бока. Но, в конце концов, цель все равно достигается, и это - главное.

А разум подсказывает еще один путь для мысли - а откуда она взялась? Чем она питается и почему не умирает, почему может так сопротивляться? И зачем она мне вообще? Человек, как создание божье, почти совершенен. Ну зачем ему эта коричневая масса, этот паразит? Есть одна идея. Не могу доказать, не могу даже основательно аргументировать. Эта меняющая свои очертания масса имеет корни. И растет она непосредственно из моего эго. Из моего «личного», из стены, которая отделяет меня от жизни всей вселенной. Косвенно это подтверждается характером оправданий, которые услужливо приходят на ум, когда масса отнимает у меня мое внимание и не позволяет делать то, что я должен. Эти оправдания успокаивают меня: еще успею, надо себя поберечь, меня это не касается и тому подобное.

И еще есть мысль - разобраться с этим сопротивлением можно, только приложив усилия по всем фронтам. Я буду стараться, уж если не совсем избавлюсь, то хотя бы засушу ее до состояния полностью высушенной груши!

И последнее - то, что сойдет за послесловие. Я постарался в этом тексте не называть ее имени. Сознательно. Но в дни, когда я писал текст, она проснулась. Она почувствовала, что к ней проявляют интерес, почувствовала мой страх, и это заставило ее действовать. Я опять подвергся атаке.

Что ж, жизнь - борьба!

Медиа-центр «КС»

Игрушка «Классическая бензопила маньяка» для детей в возрасте от 5 лет

Ежегодно американская ассоциация публикует в прессе список из 10 игрушек, представляющих наибольший вред для детей, сообщают интернет-источники. К числу забракованных игрушек экспертами ассоциации относится базука, опасная для слуха ребенка. На коробке рекламировалась ее способность «стрелять в 4 раза громче настоящей базуки». Среди «плохих» игрушек оказалась рогатка, входившая в «набор активного отдыха Барта Симпсона». Но больше всего недоумение вызвала аннотация к «Классической бензопиле маньяка» для детей от 5 лет. В рекламке ребенку предлагалось «нажать кнопку и услышать звук бензопилы, кромсающей кости».

А вот в исламском мире недовольны другой детской игрушкой - безобидным Пятачком. Причем до такой степени, что родители-мусульмане отказываются покупать игрушки, детскую одежду и канцтовары с его изображением. Причина такой антипатии объяснима. По исламским традициям свинья считается грязным животным, употреблять которое в пищу категорически воспрещается законами шариата. И хотя кушать Пятачка никому не предлагается, даже в его имени почитатели Аллаха видят намек на «свинину».

Переводчик детского агуканья

Японские ученые готовят очередную сенсацию - переводчик младенческого лепета, сообщает научно-популярный психологический портал.

Но некоторые психологи протестуют против вывода изобретения в широкие массы. «Вы можете потерять веру в свои родительские способности, если Ваш ребенок постоянно кричит, - говорит Yuko Iguchi, психолог из Токио. - Но постепенно, вы наберетесь достаточного опыта, если при общении с малышом Вы задействуете все свои чувства». Психологов тревожит то, что родители станут понимать своих чад исключительно посредством машин.

Для сведения: сегодня в Японии очень низкая рождаемость. Ведь большинство граждан страны откладывают брак из опасения, что семейная жизнь может негативно отразиться на карьере и кардинально изменить привычный образ жизни, и считают, что воспитание детей - обуза.

Комната релаксации для ребенка - залог здорового поколения

Забота о подрастающем поколении - одна из важнейших задач нашего общества. Направлений работы с детьми и их родителями множество. Автор статьи, основываясь на своем 12-летнем опыте работы с детьми и родителями, предлагает внести дополнение в учебно-воспитательный процесс в виде практики расслабления. Расслабление помогает снять тревожность, агрессию и подавленное настроение.

В любом детском учреждении, наряду со спортивными залами, где дети занимаются активными видами спорта, необходимо создать зону, которая будет оказывать успокаивающее, расслабляющее действие на психику ребенка. Это может быть комната релаксации.

Редакция журнала

Автор: Ясна

На психику ребенка и его поведение оказывает влияние множество факторов, в том числе и тех, которые он не способен осознать. Первейшая из наук - это наука о человеке. И, тем не менее, человек мало что знает о себе, своих особенностях и предрасположениях. Осознавая это, взрослым не стоит уж так усердно манипулировать поведением ребенка, ссылаясь на свой опыт. Ведь если быть внимательным, то можно заметить, что ребенок поступает достаточно разумно. Например, когда болеет - отказывается от пищи, выберет еду соответственно своему состоянию, конфету предпочтет съесть до еды. И такое поведение давно уже объяснили с научной точки зрения и признали правильным.

Может нам стоит больше доверять детям, внимательно наблюдая за ними, разумно подерживая, и в нужных случаях слегка поправляя?

Таким образом, родилась идея создания комнаты психологической разгрузки.

Здесь ребенок может выбрать место по своему желанию, следуя внутреннему импульсу, и уже поэтому этот выбор будет для него полезным. Единственное условие - в этом пространстве соблюдать тишину и не мешать себе и другим. Достаточно провести здесь от 10 до 20 минут, чтобы почувствовать себя бодрым, полным сил и спокойным.

Недостаток стимулов обедняет и ограничивает ребенка во всех сферах его развития, а перенасыщенная среда с хаотичной организацией стимулов дезорганизует его. Окружение ребенка должно давать детям разнообразные и меняющиеся впечатления, побуждать двигательную активность детей и «гасить», тормозить ее, когда это необходимо.

Ребенок должен учиться соблюдать интересы не только свои, но и окружающих его людей.

Одним из таких стимулов может быть атмосфера нетрадиционного решения в окружающей среде, способствующая и располагающая к расслаблению посредством цветковых композиций,

использования музыки и отдельных звуков, ароматов и релаксационных упражнений, прикосновений и дыхательных упражнений.

Такая атмосфера располагает к доверию, открытости.

Способствует накоплению опыта в формировании открытости природе, культуре, обществу, а также открытости своего «Я» каждого ребенка окружению. Вся обстановка помогает успокоению, снятию тревожных состояний и побуждает к созерцанию, умению слушать и слышать, будит воображение и творческую фантазию. Здесь ребенок учится быть сопричастным общечеловеческим ценностям и находить свое место в этом мире, осознавая свою уникальность и неповторимость.

Создание специальной нетрадиционной атмосферы, где ребенок пребывает вне привычной среды, способствует снижению невротических реакций.

Таким образом, целью комнаты релаксации является создание условий нетрадиционной коррекционно-развивающей среды

для регулирования отклонений взаимодействия организма ребенка с окружающим его миром.

В выделенной подобным образом зоне решаются такие задачи, как восстановление недостатка солнечного света с помощью гаммы цветовых решений, приобщение ребенка к новым формам взаимодействия с окружающим миром и с собой. К подобным формам можно отнести тишину, умение слушать и слышать, созерцание, расслабление.

Следующие задачи - создание атмосферы, способствующей воспитанию чувств и эмоций, обстановки, помогающей коррекции отрицательных эмоций.

Средства решения задач могут также быть самые разные.

1. Цветовое оформление помещения:

- цветные шатры, как место уединения,

- цветные маты - разноцветные полянки,

- индивидуальные коврики, подушки разного цвета и разной формы - островки,

- радуга - душ,

- дерево желаний с цветными листочками (которые дети сами привязывают).

2. Музыка - звуковое сопровождение, игры со звуком.

3. Дыхательные упражнения с элементами ароматерапии.

4. Самомассаж.

5. Сказкотерапия.

6. Релаксация.

7. Психогимнастика.

А об эффекте в работе с детьми с использованием комнаты релаксации, который может дать каждое из предложенных средств, мы подробнее поговорим в следующих номерах журнала.

Сказка

Автор: Агафонов Александр

Как-то в волшебном лесу родилось Слово. Маленькое, кругленькое, чистое и лёгкое. Свет пробивался сквозь листья прерывисто и резко, от этого слезились глаза, и кружилась голова.

Слово отступило в тень и попыталось осмотреться. В глазах прыгали зайчики и переливались ярко-оранжевыми кругами.

Постепенно «зайцы» разбежались, круги разошлись, и взору Слова представилась полянка. Вокруг неё росли клёны.

Была ранняя осень, и деревья радовали Слово своими красками. И оно светилось вместе с ними разными оттенками ярко-красных и оранжево-жёлтых цветов. Оно пело и играло, прыгало, скакало и раскачивалось в такт, раскружилось и упало как листьев водопад. Всё вокруг мерцало и шелестело, приятно лаская молодые ушки, которые внимательно вслушивались в этот звенящий мир.

А небо, оно... Оно в этот миг было самое-самое синее, как у всех в детстве! Всё было красивое и хорошее, и Слово очень долго было уютно и хорошо.

И тут оно задумалось: «Какое Я, хорошее или плохое?! А вдруг плохое? Нет, не может быть!» От этих мыслей стало даже как-то страшно. Рядом никого не было. Оно посмотрело на клёны, с которыми только что веселилось и спросило:

- Эй, клёночки-кленочки, какое Я? Хорошее или плохое, а?!

Но ничего не ответили клёны, а лишь веселее закачали своими янтарными кронами, сыпя палитрой цветов. Слово стало ещё радостней, ещё веселей.

- Ну, конечно, я хорошее, раз меня так приветствуют клёны! Мне так радуются все: клёны, небо и трава, что шелестит под ногами.

И кружа в танце вместе с листьями, Слово полетело дальше.

Прошло какое-то время, и Слово вновь призадумалось, какое оно. Помня молчаливый ответ клёнов, оно подумало: «Ну что, подумаешь - клёны, они ведь даже не разговаривают. Да и родилось я у них на полянке - это моя Родина!». И решило оно спросить ещё у кого-нибудь. Неподалеку слышалось какое-то шуршание, и Слово поспешило туда.

Под очень старой засыхающей елью трудилось несколько муравьёв. Они были увлечены переноской иголок, упавших с ели, к себе в муравейник. Дом у них был огромен, где-то около метра высотой, сделан из одних только иголочек.

- Эй! - громко крикнуло Слово, но муравьи, казалось, и не слышали, даже не обратили никакого внимания.

- Эй, вы! Оглохли что ли?! - раздалось эхом по лесу. Муравей положил иголку и вздохнул, в ушах всё звенело, голова гудела.

- Эй, ты, муравей, - язвительным голосом повторило Слово, -

какое Я, ответь мне! Только не вздумай снова промолчать!

Последнюю фразу Слово горделиво протараторило.

- Грубое и невоспитанное! - спокойно ответил муравей, даже не видя того, кто задал вопрос.

- Ээээй! Да откуда ты знаешь? - разобиделось Слово.

- Воспитанные слова звучат негромко. Чем воспитание слово, тем тише оно звучит. А грубое потому, что так не обращаются! Вначале надо познакомиться. И не приставать, когда я занят работой.

всего - его могли вообще выгнать из муравейника. Опять же из-за меня».

У Слова были смешанные чувства, и впредь оно решило следить за интонацией и громкостью своего голоса. В чужие дела без спроса, пожалуй, тоже не стоит лезть.

Вдруг неподалёку что-то засветилось. Неужели уже начинается утро? А тем временем становилось всё светлее и светлее. «Пожар!» - догадалось Слово.

- Эй, эй!!! - кричало Слово.

Это горел муравейник по

приняли активное участие. Соседний муравейник также оказал неоценимую помощь.

Огонь погас, и только тонкие струйки дыма напоминали о нём.

- Спасибо тебе, Слово! - сказал муравей, тот самый Степан, с которым Слово Эй не поладило днём.

От него было особенно приятно это слышать.

- Пожалуйста, - ответило Слово, удивляясь своему красноречию.

Спасибо говорили и жуки-пожарники, и ежи, и много кто ещё.

о Слове "ЭЙ"

- А как Вас зовут? - робко спросило Слово.

- Степан, - ответил муравей, - а теперь идите, пожалуйста, а то муравейник скоро закроется. Я не хочу ночевать на улице!

Слово молча ушло. «Да, действительно Я плохо поступило. Накричало на муравья, а они, как известно, трудятся от зари до заката солнца. И носят грузы, которые тяжелее их в несколько раз. А я просто так, без спроса начало задавать вопросы, да ещё от ответственной работы отвлекло. Уже смеркается, успеет ли муравей домой?! - подумало Слово. - Да и мне надо идти к себе на полянку, темно всё-таки».

Слово всё никак не могло разобраться в себе, какое оно - хорошее или плохое: «Ведь клёны-то, клёны говорили, что я хорошее! Да и небо было такое синее, они не могли врать. Ну а муравей? Муравей-то мог не доделать из-за меня работу и не успеть в муравейник! Что хуже

соседству и из него никто не выходил. А огонь тем временем всё сильнее разгорался.

- Эй, эй, - снова закричало оно, но муравейник так и не оживал. Жители муравейника, который был рядом, хотели было выйти, но Степан узнал голос, кричавший на него днём, и сказал всем, что это кричит невоспитанное Слово. Поэтому муравьи вновь принялись укладываться спать. От беспомощности у Слова всё горело внутри: «Что делать?! Они ведь стоят!» А огонь тем временем усиливался. Жёлто-красные языки пламени развевались из стороны в сторону. Они напомнили Слово кроны клёнов. И вдруг Слово осенило, как надо сказать, чтобы было всем понятно!

- Эй!!! Берегись, пожар!!! Пожар!!!

Первыми на помощь муравьям выбежали жуки-пожарники, потом ежи - экологи леса. И муравьи, которые поначалу растерялись спросонья, тоже

- Не за что! - вновь нашлось Слово. И, несмотря на то, что была ночь, Эй увидело синее-синее небо!

А рядом были клёны такие же весёлые, как и тогда. Слово было хорошо, легко и радостно.

- Какое Я?! Да, наверно, пока нельзя ещё сказать. Ведь Я только начало расти! Поступки мои скажут за меня! Надо много работать над собой, чтобы кем-то стать. Одно ясно совершенно точно. Чтобы тебя все правильно понимали - нужно развивать свою речь!!!

Послесловие для родителей

Помните, что родительское объяснение важнее самой сказки.

Не пытайтесь объяснить всё сразу, ребёнок не воспримет слишком большой объем информации. У вас будет время на объяснения, ведь дети просят перечитывать им сказки. Сосредоточьте внимание на тех вопросах, которые задаёт сам ребёнок.

Голод не тетка!

Если Вы решили узнать о своих возможностях, расширить представления о себе и об окружающем мире, то эта рубрика для Вас.

Первый шаг, который мы предлагаем сделать - это познакомиться со своим телом и сделать его своим помощником. Ведь оно дано нам для самореализации и его следует тренировать посредством асан и дыхания. От состояния нашего тела зависит и ход наших мыслей, и то, как мы ощущаем мир вокруг себя. Сначала даже представить страшно, что тело будет выполнять какие-то асаны. Однако, не отчаивайтесь! А начать предлагаем с практического очищения тела и приведения его в порядок.

Только в ежедневной упорной работе достигается владение телом, душевным состоянием и ходом своей жизни. Мы желаем Вам удачи на этом нелегком, но очень интересном пути.

Редакция журнала

Автор: Хмара Грегор

Очистительное голодание

О том, что голодание может быть лечебным, слышал так или иначе каждый человек. Кто-то имеет даже знакомых, практикующих этот метод оздоровления организма. Но вот испытать его на себе не хватало решимости или отсутствовали побуждающие мотивы к подобного рода экспериментам. Желание создать свое тело по собственному плану - серьезный стимул к тому, чтобы проверить действенность этого метода на личном опыте.

Мы не будем здесь разбирать сложные формы длительного лечебного голодания, доступные опытным людям. Для начала мы освоим цикл с очистительным трехдневным голоданием.

Останавливаться на первичных формах однодневного еженедельного голодания тоже не станем, поскольку нам они кажутся менее эффективными.

Итак, что дает голодание организму человека? Какие физиологические реакции может вызвать эта процедура? Как, наконец, правильно проводить голодание? Попробуем разобраться.

Трехдневное голодание

Накануне вечером после легкого ужина, перед самым сном необходимо сделать очищающую клизму. Утром первого голодного дня у Вас все обычно, только за столом Вы задержитесь совсем не долго, выпьете чашку кипятка да приготовите флягу с водой на день, если Ваша работа связана с разъездами. Весь день Вы стараетесь о еде не думать, на аппетитные витрины продуктовых магазинов внимания не обращать. Вы просто на время забыли о том, что есть еда. Правда, Вам будут

постоянно напоминать о том, что еда все-таки есть. Даже, если Вам придется что-то приготовить для других, делайте эту работу отстраненно, не допуская ни раздражения, ни пробудившегося желания съесть что-нибудь вкусненькое. Перед эмоцией всегда идет мысль, с мыслью же бороться не надо - бесполезное занятие - сейчас она сильнее Вас. Но есть способ ее перехитрить: не обращать на нее внимания. Мысль побродит, побродит в голове и, обиженная Вашим невниманием, удалится. Вы бы точно ушли из любого места, где вас нарочитым образом не замечают. И мысль так же, она ждет Вашего внимания, чтобы разбудить эмоцию. Не давайте, не обращайтесь внимания на любую самую приятную мысль о еде. Это все расход энергии, а поскольку организм только начинает перестраиваться на иные источники энергии, то каждый «грамм» сэкономленной энергии будет полезен ему.

Целый день Вы регулярно прикладываетесь к своей фляге с сырой водой. Можно пить кипяченую, но только горячую воду. Кстати, горячая вода согревает, а во время голодания часто начинает знобить и Вам никак не согреться. Не прилипайте к отопительным приборам, больше двигайтесь. Может появиться сонливость. Ни в коем случае не спите днем, а опять же активно двигайтесь. Ваш организм, не получающий пищу извне, активно займется шлаками и отходами, залежавшимися в потаенных уголках Вашего тела. Он будет их извлекать, разлагать, перераспределять, выводить через кожу, с мочой, с дыханием. Концентрация вредных веществ в крови повышается, поэтому общее самочувствие может ухудшиться. Головокружение, легкая тошнота, головная боль

могут появиться у Вас к концу первого дня голодания. Движение в виде каких-либо гимнастик (но без перегрузок), прогулки на свежем воздухе, контрастный душ - вот ваши лекарства от этих недомоганий. Надо помогать организму освобождаться от грязи. Поэтому вечером Вы опять сделаете очистительную клизму. Постепенно Вам будет становиться легче. Организм очищается, перестраивается на извлечение питательных веществ из воды, которую Вы регулярно ему даете, из вдыхаемого воздуха, из космоса наконец.

В первые дни голода происходит интенсивная потеря веса до двух килограммов в сутки. Запасы гликогена в печени истощаются, и организм приступает к утилизации собственных жиров - вот радость-то! Язык покрывается беловатым налетом, иногда серовато-желтовато-коричневым, все зависит от того, насколько зашлакован организм и «напичкан» болезнями. Шлаки идут отовсюду. Поэтому и запахи могут быть неприятные, и моча мутнеет.

На второй день Вам нужно прекратить чистить зубы привычными щетками и пастами, чтобы не разрушать эмаль. Чистите только собственными пальцами и водой. С этого дня лучше не поднимать тяжести более 2-3 килограмм. В противном случае вы можете почувствовать, как кровь прилила к ушам, участилось сердцебиение. Поднятие тяжестей может вызвать чрезмерные нагрузки на сердце, помните об этом.

К концу третьих суток и болезненные проявления становятся легче, и чувство голода не так сильно угнетает. Кажется уже, что и более длительное голодание Вам по плечу. Да, действительно, голодать бы еще да голодать. До криза, когда организм полностью перестраивается на иные формы энергетического обмена и общее состояние заметно улучшается, еще далеко. Но Вы и так совершили большой прорыв, нанеся хороший удар шлакам и залежам запасных жиров этим трехдневным голоданием. Не будем спешить. Когда-нибудь Вы освоите и более глубокие формы голодания, если потребность в них будет велика. А пока хорошо бы ввести в практику регулярное трехдневное голодание. Раз в месяц, например.

Итак, конец третьих суток. Вечером Вы получаете свою последнюю очищающую клизму. А на утро четвертых суток начинаете выход из голода. Это - очень важная часть всей процедуры голодания и, чтобы себе не навредить, необходимо выполнить ее скрупулезно. Слизистые оболочки кишечника,

желудка на голоде сделались чистыми, нежными, поэтому приучать их к обычному питанию надо постепенно.

Первый день выхода питаетесь разбавленным соком в пропорции 50% сока на 50% воды. Вам хватит 2,5 л этой соковой смеси. Подходят томатный, сливовый, яблочный; не рекомендуются соки цитрусовых, морковный; также очень сладкие соки и соки, приготовленные из концентратов.

Внимание! Сок не должен содержать никаких добавок, соли, и что особенно важно - сахара! Лучше всего томатный. Но если есть индивидуальная непереносимость соков, тогда используйте отвар из овсянки.

Прием этого разбавленного сока в течение дня распределяется следующим образом:

1-й прием - 50 г,	2-й прием - 100 г,
3-й прием - 150 г,	4-й прием - 150 г,
5-й прием - 200 г,	6-й прием - 200 г,
7-й прием - 250 г,	8-й прием - 200 г,
9-й прием - 150 г.	

И далее по 150 г соковой смеси через каждый час до самого сна.

Во второй день стол у Вас будет в два раза богаче, Вы пьете уже неразбавленный сок. Только в первые два приема разбавляете: сначала 50 г сока с 50 г воды и второй раз - 100 г сока и 50 г воды. Далее Вы пьете, то есть едите неразбавленный сок по схеме первого дня, то есть каждый час увеличиваете объем сока на 50 г, доведя до 250 г (вот он вожделенный момент!), и снова опускаетесь до 150 г. На день Вам также хватит 2,5 литров.

Третий день. Первую половину дня Вы питаетесь по схеме второго дня, дойдя до 250 г сока. Через час после этого Вас ждет жидкая овсяная каша на воде без соли и масла (любого). Между обедом и ужином Вы, не спеша, допиваете свой сок. А вечером - праздничный ужин: овсяная каша без соли и масла.

В этот день Вам надо еще почистить зубы специальным образом. Наберите в рот немного подсолнечного масла и в течение 30 минут жуйте его без перерыва. Потом сплюньте и прополощите рот.

Четвертый день. На завтрак у Вас сырые тертые овощи или фрукты. На обед - жидкая каша с маслом или овощное рагу. Полдник - яблоко или овощи с кефиром. Ужинаете Вы кашей с маслом.

Пятый день. Завтрак - фрукты; обед - овощи; полдник - фрукты (овощи) с кисломолочными продуктами; ужин - каша.

Продолжение следует...

ШКОЛА МАССАЖА «ЛИНИЯ ЖИЗНИ»

Многоуровневое обучение
массажистов - практиков

БАЗОВЫЙ КУРС (14 уроков массажа)
КУРС ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВУЮЩИХСЯ
ЦЕЛИТЕЛЬСКИЙ КЛАСС
ЦИГУН

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ И ТЕРАПИЯ

Обучающиеся обеспечиваются учебниками,
видео материалами. Выдается свидетельство.

Санкт-Петербург, ул. Мытнинская, 11, Центр
«Планета». Тел.: (812) 271-71-65

Руководитель - Грегор Хмара,
автор «Самоучителя массажиста»

СТУДИЯ «ЭРОТИКА+» - Открыта и доступна!



Мы приглашаем Вас познакомиться с
эротикой и открыть ее для себя в новом
качестве на вечерах, шоу-программах,
праздниках общения и удовольствия.

В нашей студии: тренинги на
раскрепощение, курсы, семинары,
чувственный массаж, знакомство с
Тантрой. Наши психологи побеседуют с Вами
обо всем, что Вас волнует.

Приглашаем в Крым на летний семинар
«Врата Любви». Поторопитесь, Вы еще успеете!

Будем рады встрече с Вами!

Звоните: (095) 450-02-63, 542-14-11

Наш сайт: <http://eroticaplus.narod.ru>

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ШКОЛА «МАСТЕРСКАЯ УСПЕХА» -

Стань помощником самому себе!

В нашей школе:

- ГРУППЫ (тренинги и беседы)
- ПСИХОПЛАСТИКА
- ТЕАТР (интерактивные спектакли)
- ФОТОПЛАСТИКА, как один из способов осознания себя (занятия в группе и индивидуально)
- ВЫЕЗДНЫЕ СЕМИНАРЫ в Подмосковье, а также к морю и в горы



Хотите записаться в нашу школу?

Телефоны: (095) 450-02-63 и 785-24-12



КЛУБ МАТЭ

КЛУБ МАТЭ пропагандирует здоровый
образ жизни, который очень ценен в наше
нестабильное время.

В клубе любой желающий может не
только отведать полезный напиток матэ
исключительного качества, но и услышать
много интересного о нем и о традициях
древних индейцев, посмотреть церемони-
алы, реконструированные из старинных
книг. Сюда приходят те, кто стремится
познать себя и мир. В клубе работает ма-
газин. Проводятся лекции и семинары.

<http://www.mate-club.ru>
Тел.: (095) 954-89-06
952-00-46

Центр "ПЛАНЕТА"

Оздоровительные и обучающие
программы на основе йоги для:

Детей

Взрослых

Будущих мам

Людей старшего возраста

Дневные и вечерние группы,
индивидуальные занятия

Клубы общения:

Т-клуб Чайная Театр Духовные встречи
Психологические тренинги
Массаж

С-Пб., Мытнинская, 11, (812) 271-71-65

В следующем номере:



Аршан / Автор фото: Богословский Георгий

«А мне летать охота...»

О наших страхах и способах побеждать их.

Сердце билось комом в горле, закладывало уши, и воздушные ямы добавляли страха.

Цветотерапия для детей

Недостаток солнца может вызывать депрессивные состояния у детей...

Семь цветов радуги, как семь нот, настраивают музыкальный инструмент, неуловимой волной цвета, как волшебной палочкой, восполняют недостающее в организме.

«Йога в Саянах»

Зачем мы идем в горы?

Что ищем мы, поднимаясь высоко в горы, опускаясь на дно морское, уединяясь в глуши лесной или пещере? И находим ли то, что ищем?

Узнаем об этом от участников нового проекта «Йога в Саянах», проживших в лагере на высоте 2000 м над уровнем моря, в молчании и бесконечных занятиях йогой, от двух недель до двух месяцев.

Практики

Для того, чтобы иметь здоровое тело, мы занимаемся гимнастикой, бегом, закаливанием. А внутренние органы также нуждаются в гимнастике и гигиене. Об этом Вы прочтете в новом номере.

«Свой среди чужих, чужой среди своих»

О жизни взросло-детского коллектива в лагере «Родники». О том, как проявляются наши дети в среде своих ровесников и в среде взрослых.

Эвтаназия

Сам термин эвтаназия или аутоназия происходит от греческих слов Thanatos - смерть и Au - хорошо, то есть смысл понятия эвтаназия - это «хорошая смерть».

Давайте задумаемся, почему в древней Греции смерть была названа словом Thanatos? Откуда берёт своё начало это понятие?

Извещение	МПООО «Крылья Совершенства»	
	(наименование получателя платежа)	
	ИНН/КПП7712098422/771201001	р/сч. 40703810700250000139
	(ИНН получателя платежа)	(номер счета получателя платежа)
	ОАО "Банк Москвы", г.Москва	БИК 044525219
	(наименование банка получателя платежа)	
	Номер кор./сч. банка получателя платежа	к/сч. 30101810500000000219
	Подписка - "НАДЕЖНЫЙ ИСТОЧНИК" №	год
	(наименование платежа)	(номер лицевого счета (код) плательщика)
	Плательщик	
Адрес плательщика		
Сумма платежа _____ руб. ____ коп.	Сумма платы за услуги _____ руб. ____ коп.	
Итого _____ руб. ____ коп.	«___» _____ 200__ г.	
С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен		
Кассир	Подпись плательщика	

Квитанция Кассир	МПООО «Крылья Совершенства»	
	(наименование получателя платежа)	
	ИНН/КПП7712098422/771201001	р/сч. 40703810700250000139
	(ИНН получателя платежа)	(номер счета получателя платежа)
	ОАО "Банк Москвы", г.Москва	БИК 044525219
	(наименование банка получателя платежа)	
	Номер кор./сч. банка получателя платежа	к/сч. 30101810500000000219
	Подписка - "НАДЕЖНЫЙ ИСТОЧНИК" №	год
	(наименование платежа)	(номер лицевого счета (код) плательщика)
	Плательщик	
Адрес плательщика		
Сумма платежа _____ руб. ____ коп.	Сумма платы за услуги _____ руб. ____ коп.	
Итого _____ руб. ____ коп.	«___» _____ 200__ г.	
С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен		
Подпись плательщика		

Как правильно заполнить купон:

1. Вырежьте по контуру купон;
2. Укажите фамилию и инициалы, а также почтовый индекс и полный адрес подписчика;
3. Срок подписки и сумму уточните по телефонам редакции;
4. Оплатите купон в любом отделении Сбербанка РФ.

Копию купона необходимо направить в редакцию почтой или по e-mail.

Пожалуйста, укажите ваш телефон, для уточнения возможных неточностей.

Внимание! Сбербанк РФ взимает 3% от суммы платежа.

Адрес редакции:

125212, Москва, Ленинградское шоссе, д.41, корп. 2, кв. 32

Телефоны для связи: (095) 450-02-63, 542-14-11

E-mail: nadistochnik@mail.ru



**ТУРИСТИЧЕСКАЯ КОМПАНИЯ
"В МИРЕ ФАНТАЗИЙ"
АВАНТЮР-КЛУБ "БЕЗ ДНА"**

Лицензия 0000197

**АКТИВНЫЙ И
НЕСТАНДАРТНЫЙ
ОТДЫХ**

- △ ПЕШИЕ И ВЕЛОТУРЫ
 - △ СПЛАВЫ И ВОСХОЖДЕНИЯ
 - △ ЭКСПЕДИЦИОННЫЙ И
ЭЗОТЕРИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ
 - △ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ И
ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ
ПУТЕШЕСТВИЯ
 - △ КОРПОРАТИВНЫЕ
ПРОГРАММЫ
 - △ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
СЕМИНАРЫ И ТРЕНИНГИ
- БАЙКАЛ И ПРИБАЙКАЛЬЕ
 - КИРГИЗИЯ И КАЗАХСТАН
 - УЗБЕКИСТАН И АРМЕНИЯ
 - АЗЕРБАЙДЖАН И МОНГОЛИЯ
 - АЛТАЙ И ЮЖНЫЙ УРАЛ
 - ХАКАСИЯ И ТЫВА
 - ПОДМОСКОВЬЕ И КАРЕЛИЯ
 - РУССКИЙ СЕВЕР И КАМЧАТКА

НАШ АДРЕС: 125239, МОСКВА, УЛ. КОПТЕВСКАЯ, Д. 26, КОРП.2

ТЕЛ./ФАКС: В МОСКВЕ
В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ
В ИРКУТСКЕ

(095) 450-05-71 / 450-07-28
(812) 380-74-11
(3952) 09-218

E-MAIL: VMFTUR@ONLINE.RU
WEB : [HTTP://WWW.IWF.RU](http://WWW.IWF.RU)

