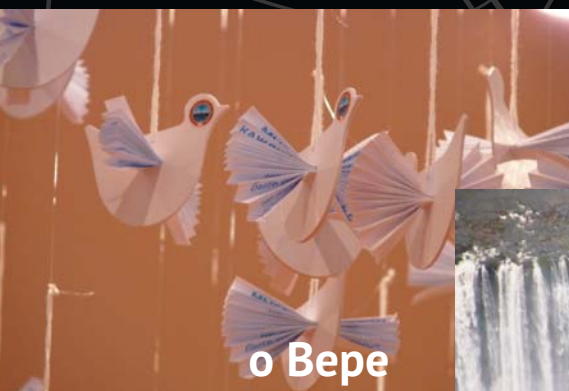


Надёжный ИСТОЧНИК

ПОЛЕМИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ О ЧЕЛОВЕКЕ



о Вере



Интрига времени

Семья



Юрточное Кочевье



№1 (20) / 2012



Ж

урнал «Надежный источник» выпускается Школой йоги Георгия Богословского «Крылья Совершенства» и посвящен Йоге в её самом широком понимании — Йоге как *стилю жизни*.

Мы считаем, что жизнь на Земле строится согласно трём фундаментальным законам Йоги. Знаем ли мы о них или не знаем, но они существуют и действуют. Звучат они так:

МЫСЛЬ МАТЕРИАЛЬНА, ВСЁ ВОКРУГ ЖИВОЕ, КАЖДЫЙ В ОТВЕТЕ ЗА ВСЁ.

Сила мысли в её материальности — своими мыслями люди участвуют в создании мира.

Всё вокруг живое — и поэтому реагирует на мои мысли, чувства, состояния.

Каждый в ответе за всё — с чем бы мы не соприкасались, мы вносим определенные изменения в состояние живого мира вокруг нас. А это ответственность не юридическая, а фактическая.

Чтобы не навредить себе, своим близким, всему живому, что нас окружает, мысли каждого человека должны быть чисты. Для этого ориентирами в духовном развитии становятся *моральные нормы*. Эти моральные нормы являются следствиями фундаментальных законов и не противоречат устоям ни одной религии.

- С уважением относись ко всему живому, к другим людям и к себе самому.
- Живи легко, радуйся настоящему, ни к чему не привязывайся.
- Учись доброжелательности, милосердию, состраданию, пониманию, и приятию.
- Не «загружай» людей ненужной информацией, не навязывай им свою помощь, своё мнение, не вторгайся без разрешения в чужое пространство, не убивай ни словом, ни действием, ни мыслью, уважай себя и своё тело.
- Не обманывай.
- Не обижай и не обижайся.
- Никого не жалея, в том числе и себя.
- Никого не осуждай, не критикуй и не давай оценок.
- Не завидуй.
- Не ревнуй.
- Не ставь жесткой цели
- Доводи всё начатое до конца; сказал — сделай; целиком отдавайся делу.
- Не допускай сомнений: все вопросы и сомнения — это оправдание своей бездеятельности

В Школе йоги «Крылья совершенства» прошла конференция, на которой мы обсуждали наш опыт в освоении и осмыслении новой системы веры. Материалам этой конференции отданы первые страницы этого номера журнала.

С уважением, редакция журнала «Надёжный источник»

Выступление Георгия Богословского на конференции „Новая система веры“

До обеда хочу взять слово. Еще разочек.

Если у кого-то есть вопросы к Маюли — можно спросить.

А я хочу еще разочек остановиться на том, что, мы можем подвести итог нашей работе. Фундаментальные законы вошли в жизнь, хотим мы этого или не хотим. Они стали общеизвестны, И кто-то самостоятельно их использует, кто-то спорит, кто-то о чем-то думает. Ну, как есть.

Следующий факт, который мы вносим в жизнь, — мы говорим, что йога — это *стиль жизни*, или жизнь. Это не физкультура, не метод что-то убрать, поднять, жир скинуть, нет. Это — *стиль жизни*. Совершенно конкретный и понятный. Если мы вникаем в фундаментальные законы, тогда мы про них говорим: раз мысль — это сила, причем любая мысль — это сила, соответственно изменяется структура нашей мысли. Мы всё меньше позволяем себе мысли некорректные, нежелательные, всё меньше и меньше. Хотя ещё и не всегда выходит, но рано или поздно мы приходим к совершенно иному стилю мышления, позитивному, оптимистичному.

Да, мы говорим о значении духовного фактора, морального фактора. Хотя уже много веков пытаются люди что-то в этом плане делать, но работы ещё много, и мы дальше активно её будем вести.

Следующий этап. Мы заинтересованы в том, чтобы наша работа расширялась как можно дальше и как можно шире, то есть охватывалась все большая масса людей. Во всех видах. Имею в виду: это и конкретные формы работы, создание разнообразных структур, как минимум, это и лишь какие-то отдельные словесные формы. Человек не готов еще, но он уже носитель этих идей, оповещает окружающих о том, что он разделяет этот стиль жизни, сочувствует ему и пытается в него войти.

Соответственно, нам надо подумать, какие формы конкретного оповещения, информирования могут существовать.

Я призываю вас к тому, чтобы вы обдумали, как это может выглядеть. Что нужно для этого сделать.

Сюда входит и дальнейшее развитие фундаментальных законов. О них надо рассказывать, но не только в лоб, а опосредовано, через самые разнообразные, в том числе и игровые и творческие формы. Также входит и психологическая часть жизни человека, и социальная, и личная часть — всё входит.

Мы говорим о том, что всё вокруг живое. Что это значит? И тоже надо об этом думать, что ВСЁ живое вокруг, ВСЁ впитывает наши состояния. То есть, вы знаете, если пища сделана с настроением злобным, пользу она не приносит. Если с хорошим, с добрым, то и польза будет. И это всё надо осознать и включать в практику жизни. Практику жизни! И совместить всё это с нашей жизнью.

М

ы отвечаем за всё. Как это видно? Не только в том, что «ой, нас накажут». Это наивная форма. Никто наказывать не будет. Никто. Этот закон лишь говорит о некоем следствии. Что если ты ногой в лужу встал — нога будет мокрая. Никто тебя не наказал. Никто воду в сапог не заливал. Ты просто это сделал сам. Со всеми вытекающими следствиями.

Надо нам всё глубже и глубже в это вникать, создавать разнообразные формы, для того, чтобы люди так же вместе с нами глубже вникали через все формы жизни, и связанные с творчеством, с литературой, с поэзией, с наукой, со всем. Стиль жизни — он во всём!

Это и наука — иная. Иной взгляд на науку. Мы говорим, что из законов, которые рассматривает йога, вытекает, что мир — это *единое целое*. Не отдельное, как сейчас естественно-научный подход. Взять, разделить — на атомы, на частички, посмотреть. Йога рассматривает с позиции иной — что все конкретное целое. Скажем вот, у человека тело не из органов состоит, а единое, целое. И подход должен быть как к некому целому. Потому, что если мы разделим на органы, то это отдельные органы, некая иная структура. А Человек — он цельный. ЦЕЛЬНЫЙ. И он живет. И поэтому все законы жизни связаны с этим, и болезни тоже надо рассматривать как единое целое. Не делится вот на отдельно — «вылечил — не вылечил». Всё связано между собой!

Если есть вопросы к Маюли, то можно уточнить.

— Георгий Леонидович, вот стиль и образ жизни — есть разница? Какая она?

— Ну, это лишь такое подходящее слово, да, образ жизни, стиль жизни, или просто жизнь, да, это совсем иная жизнь. Я имею виду, что это вся жизнь. Не отдельное что-то. А вся жизнь вместе с атмосферой, Землей, всем вместе взятым. Мы на общеприятных принципах можем остановиться, что мир создан нашим сознанием.

То есть, если мы знаем, что что-то меняется, оно меняется. Потому, что если мысль изменяется, всё меняется, изменяется весь мир. Полностью изменяется. И если взять мысли и у всех одновременно остановить — всё исчезнет. Не только вот так, скажем: «Я хочу», — и он исчезнет. На самом деле исчезнет. Сложно поверить, что можно вот так мысль остановить. Сложно, конечно, поверить.

Мы дышим, мы едим, мы ходим, думаем, мы чувствуем, желаем, все это — жизнь.

— Как быть так, чтобы не навязывать?

— Как жить так, что бы не навязывали... Хотя от навязывании никуда не уйдёшь. Научат вас в школе учат как? Навязывают алфавит. Ну, хочешь — не хочешь, учи буквы. Вы отвечаете: «Не хочу!» — «Учи!» — потому что надо специализировать таким образом, чтобы вы вписывались в общество. Поэтому без навязывания никак не будет.

*Мы говорим, что из законов,
которые рассматривает йога, вытекает,
что мир — это единое целое.*

Надо идти и объяснять, что мы исследуем силы, и т.д. и т.п. Будем как в Школе учить: вот так, вот так и так.

Но не совсем в том виде, как Бухарин говорил, что «если народ не понимает своей пользы, значит мы заставим понять». Мы не будем вести таким образом. Иначе. Вот наша задача. Пойдем на обед, будем искать! Ха-ха.

— А что после обеда будем обсуждать?

— А после обеда будем обсуждать, как строить. И думать.

Еще разочек, опять же снова подчеркну.

Хочу остановиться на базовой вещи. Можно всё что угодно делать, но йога к Индии не имеет никакого отношения. И не имела никогда. Никаким образом. Никак. Никак. Это, как некое утверждение принимается, как в математике, что вот так. И дальше строим всё здание. Мы принимаем вот так и строим на этом всё здание. И спорить на эту тему бесполезно и бессмысленно, потому, что да, ведь идет как? Вроде бы мы от прямой передачи, от кого-то, где-то, от первоисточников, от того-то... Но кто-то был первым. Кто-то был первый! Откуда он? Каким образом? А остальное — это накручено. Я объясняю всегда, что люди все взаимосвязаны. Ну, невозможно отделить живущих в Китае, в Америке, в России, в Индии. Все одно целое. Как некий организм. А в организме есть мозг, есть сердце, есть печень, почки... Мы — лучше ломаем. У нас это получается хорошо, Индус — лучше держит, он будет держать, держать, держать! Американцы лучше деньги делают, обмен лучше идет. У каждого особенности есть свои. А вместе — одно целое.

— Может нам так и формулировать, что йога имеет ко всем отношение?

— Это *цельное* знание, *цельное*. Цельное знание об этой жизни. Так же мы утверждаем, что мы единственные. Единственные. Не самые лучшие. Но и не самые худшие.

Необходимость введения сейчас вот именно этого знания обусловлена тем, что если мы не вели, как не парадоксально, не являлись спасителями, то здесь, вот... Это оставим пока в кавычках.

Если бы мы это не вводили, то мир бы рухнул с нашей легкой руки. Ну не сразу. Раз, и его бы не было. Нет, он, конечно, шёл бы, но катился бы потихонечку себе к гибели. А мы, сделав вроде бы элементарные вещи, вводя знания о фундаментальных законах, мы просто изменили всё, так вот незаметно. Вызвав у кого-то бурю, у кого-то там еще что-то... но, суть от этого не меняется.

Дальше еще на один вопрос, не заданный, отвечу:

Я на этой работе бизнеса не делаю и не зарабатываю на этом деньги. Не зарабатываю. И, поскольку я ввожу эту систему, я не должен заниматься бизнесом никаким образом, это в силу негласных духовных законов. Я могу косвенно подсказывать, еще что-то, иначе это будет некорректно. Фактически я пастух. Я живу как по-классике — на милостыню. Кто что приносит, то это и есть.

Если у кого вопросы к этой части есть, можете спрашивать. Я по мере возможности буду отвечать.

А сейчас, наверное, надо на обед. На обдумывание. **НИ**

Человек и религия. В поисках Веры

Похоже, именно этот нравственный закон и направлял человека на всем пути развития в его поиске духовных истин, веры в сверхъестественные, высшие силы...

Слово Рели́гия — латинское, и оно включает в себя несколько взаимосвязанных понятий. Это — «собирать воедино» и «связывать вместе», это то, что соединяет земную жизнь человека с «небесной». Религия — это то, что объединяет людей общими обрядами, ритуалами и верованиями. Религиозная история человечества берет начало в самые древние времена.

Есть такая гипотеза: Религии — это высоко организованные защитные системы, объединяющие людей, в них содержатся программы развития человека, а также данные о защите воспроизведения генов и о воспитании детей. Религии способствуют выживанию человеческого рода и придают смысл жизни. То есть, люди генетически связаны с религией в широком смысле этого слова.

Находясь в лоне религии, **люди могут исследовать свою собственную природу** и природу общества в обстановке доверия и безопасности, раскрывая цель и смысл своей жизни. В людях глубоко заложена способность к поклонению, религиозность. Если реальные религии исчезают, их место занимают

Две вещи восхищают меня больше всего в жизни: звездное небо над головой и нравственный Закон внутри меня.

Эммануил Кант

более слабые религии-заменители. (Нью-эйдж на Западе).

Сердцем любой религии является, с одной стороны, — учение основателя религии, с другой — мистический опыт трансцендентной реальности, а также соблюдение морального кодекса и религиозных правил.

Со временем религия стала превращаться в социальный институт, имеющий свои достоинства и недостатки. Все ведущие мировые религии по своей сути фундаментальны. А это уже мало имеет отношения к Богу. Внутри этих религий заложена агрессия, причиной которой является претензия на всемирное господство — истина только у нас!

Поэтому религию критиковали во все времена. Так в 19 веке Карл Маркс так отозвался о ней: «Религия — это рыдание угнетенного, сердце бессердечного мира и душа бездушных обстоятельств. Это опиум для народа». Таково мнение материалиста.

Западный мир, в отличие от Востока, отделил религию от общества: это значит, что ее можно рассматривать как что-то дополнительное, а не как часть основы общества. Религия перестала быть просто **измерением жизни**, которое надо воспринимать как само собой разумеющееся. Очевидно, существует врожденное стремление людей к духовному росту. Суть религии нерациональна и непостижима.

Религия — это **ПОТОК СОЗНАНИЯ**, находясь в котором человек знакомится с глубиной религиозного опыта, с чувством единения со всей Вселенной.

Надо разделять веру и религию.

Вера в отличие от религии — это личностное явление, **СОСТОЯНИЕ** человека, полное доверия, готовности отдать себя предмету своей веры, это полное отсутствие страха и сомнений, бескомпромиссность.

Верить, в принципе, можно во что угодно. Но, если человек верит в тот образ Высшего существа, который предлагает ему его религия, можно говорить о **ПОДЛИННОМ РЕЛИГИОЗНОМ СОЗНАНИИ**.

Религия может быть дана человеку от рождения, а к вере он приходит сам.

В каждой религии есть такое действие, как **МОЛИТВА**. И это является подтверждением закона материальности мысли. «Сначала было слово...» Люди молились и: «По вере вашей воздастся вам».

Молитва во все времена помогала человеку, давала утешение и ощущение сопричастности.

Существует еще такое понятие, как церковь. Если с религией связано проявление религиозного сознания, то церковь — это скорее институт нравственности и морали. И еще, Церковь — это место отправления религиозных культов, храм.

Вера дает человеку свободу, церковь ограничивает конкретными рамками. Церковь во все времена заигрывала с властью и манипулировала людскими массами.

В поисках Истины и своего предназначения человек прошел длинный и нелегкий путь — от пещерных наскальных изображений, в которых древние люди пытались высказать свое отношение к пугающим и непонятым силам, до великолепных современных храмов, икон, скульптур, памятников архитектуры, созданных во имя Бога.

Искренняя вера вызывала у человека самые возвышенные чувства, приближала его к великому откровению и таинству Любви.

Религия помогает человеку осознать смысл своей жизни.

Высочайшим чувством является опыт единства со Всем Сущим. Это великое

возвращение к Истине, которой жаждет каждая душа.

Мировоззрение и законы нового времени говорят о том, что **МЫСЛЬ материальна, все вокруг живое, мы отвечаем за все.**

И если мы внимательно читаемся в священные писания различных религий, то увидим в них упоминания об этих законах в завуалированном виде, хотя открытыми и доступными для изучения они стали только сейчас.

Религия — это то, что соединяет. Меня с чем? С моими представлениями об ином мире.

Религия — явление массовое, но для всех она индивидуальна. Это опять же **ОТНОШЕНИЕ К ЧЕМУ-ТО**.

В древние времена это было отношение к силам природы, против которых человек был беззащитен и искал помощи у разных духов и богов.

Прошли столетия. Сегодня человек вооружен немислимим количеством техники, новейшими технологиями, построил города-мегаполисы, но он так же беззащитен и ищет помощи у высших сил.

Мы говорили, что стремление к религии заложено в человеке генетически. Но существующие религии уже не отвечают сегодняшнему человеческому сознанию.

Поэтому происходит отмирание различных устаревших религиозных форм. Миру нужна новая религия, с новой системой ценностей. Новым взглядом на жизнь человека, новыми отношениями.

Все мировые религии несут весть о том, что когда человечество превысит меру своих страданий, дано будет Новое Учение, которое создаст условия, подготовит сознание человечества для нового витка эволюции, ляжет в основу Нового Мира.

Любая религия опирается на веру. Вера — это опора в жизни. Так во что же я верю?

Меня всегда интересовал вопрос: что человек творит сам, а что детерминировано, предопределено в его судьбе? С одной стороны он формирует религию сам, с другой она дается свыше и меняется по мере его развития.

Но, если в мире все едино и мысль материальна, значит, сознание человека

какой-то своей частью все время находится в Высших сферах и он черпает знание из этого источника и создает определенные формы взаимодействия с внешним миром.

Мне это напоминает **Океан** в романе Станислава Лема «Солярис». Как по запросу мысли Океан создает различные формы, которые проявляются и растворяются. И как сами эти формы изменяются в процессе взаимодействия с мысленным полем человека.

Это очень сложно понять, но еще труднее принять.

Принять то, что ты не принадлежишь себе. И тогда становится ясно, что такое **иллюзия, майя** как продукт моего сознания. И понятно, почему люди видят жизнь и живут в ней по-разному.

Мы стараемся все время все обобщать, это понятнее и не так страшно, как осознать, что ты на самом деле всегда один и за все отвечаешь сам.

Мы все живем в общем безбрежном океане, как на Солярисе. Только никак не можем это осознать, что-то отпустить (устаревшие установки и стереотипы) и начать действовать.

И именно новая религия, новая система веры может помочь нам это сделать. Прежде всего — найти свой духовный путь.

Что такое вера? Теоретически понятно. Убеденность в чем-то. И по ощущениям, вроде, понятно: я в чем-то совершенно уверена — день следует за ночью, зимой идет снег... Но только

вера это или знание? Где эта грань, и чем они отличаются? Похоже, способность к вере заложена в человеке изначально. Иначе как объяснить эффект плацебо, когда помогает не лекарство, а пустышка, в которую верят, возникновение ожогов при поднесении холодного предмета, кровотокающие стигматы...

Я пробовала поймать состояние убежденности и перенести его на ситуацию, где я сомневаюсь. Не получается. Чего-то не хватает. Мы уже все убедились, что мысль работает. Но это опыт, знание. Во что же здесь верить? Так же и «все живое», и закон ответственности. Я пытаюсь понять, где здесь «предмет» веры.

Возможно, у меня конкретное мышление, и я могу скорее поверить в то, что есть Кто-то, по чьей воле работают эти законы. Так же, как и реализуются моральные нормы.

Возможно, этот Кто-то — это Школа. Школа — это Закон, Принцип — тоже что-то абстрактное или конкретное? Возможно, это путь, по которому мы идем.

Полагаю, что вера — это все-таки заряд энергии, которым может не обладать знание. Причем, сила этого заряда должна быть огромна, если люди, обладая им, шли на костры.

Веру, если это не фанатизм, человек сам выбирает сознательно. И тогда в его воле укрепляться в вере, «накачивать ее, как мышцу» (слова нашего Учителя).

Похоже, это должно проявиться в виде какой-то формы сознания.

А пока надо просто верить в то конкретное дело, которое ты сейчас делаешь.

И еще несколько слов о молитве. Молитва — это практическое воплощение материальности мысли. Она должна быть открытая, искренняя и четкая.

Это не просьба, это желание открыть ту свою суть, которая ведет, не бояться показать себя перед Высшей Силой. Мы должны суметь открыться, показать свое понимание. Мы сами строим свою жизнь. **ИИ**

*Религия может быть дана
человеку от рождения,
а к вере он приходит сам.*

Молитва как символ сердца

Молитва — священное состояние, имеющее сакральное значение и скрытую силу.

Молитва приводит нас в гармонию с вибрациями Высшего Мира и способствует притоку психической энергии.

С молитвы начинается и заканчивается день.

Молитвой сопровождаются обряды рождения и смерти, бракосочетания и крещения.

Молитва — это самое священное из всех священных состояний.

Молитва проявляется в виде мысли, в виде слова, в виде речи или в виде действия.

Молитва представляет собой Вселенную и является символом, содержащим весь спектр существующих и находящихся в потенции идей.

Можно молиться, не будучи религиозным, и можно быть религиозным, не вознося при этом молитвы.

В своей простейшей форме молитва не нуждается в соборах, церквях, священниках или служителях культа. Молитва всегда была и будет делом сердца — попыткой человека вступить в контакт со Вселенной. Религиозное устремление способно сделать молитву более сильной, а потребность в молитве, как и потребность в обрядах и ритуалах, глубоко укоренена в нашей природе.

Мы можем кричать слова молитвы, стоя на вершине горы, или же, украсив их музыкой, исполнять гимны. Мы выражаем себя в молитве по-разному.

Когда из нашей груди вырывается молитва, мы можем позволить ей следовать тем путём, который для нас более органичен.

Мы произносим молитву — к кому-то обращаемся во время молитвы!!! К кому?

Молитва дошла до нас сквозь толщу времен. Сила Молитвы расширяет пределы человеческого сознания. Она является способом преодоления физических ограничений. Сила Молитвы не зависит от расстояния и не имеет границ. Всё, что происходит вокруг и внутри нас, — молитва, весь мир — молитва.

Молитва наполняет каждую клеточку тела. Молитва — это то, чем мы являемся!

Молитва — это медитация. Медитация — это молитва. Молитва и медитация рождаются из глубины сердца. И молитва, и медитация вызывают у человека чувство безмятежности и причастности к чему-то высшему.

Молитва — это вид деятельности, которым может заниматься любой, и не имеет значения, молитесь вы в первый раз или в тысяча первый. Молитва наполняет нас чувствами внутреннего мира, спокойствия и безмятежности.

Мы молимся и наш разум становится спокойнее.

В молитве рождается чувство сострадания, любви и заботы. Когда мы молимся — мы все равны. Во время духовного кризиса — поможет Молитва, она укрепит и направит, позволит собраться с силой.

Молитва может принимать форму молитвенности, и тогда мы чувствуем священную связь со Вселенной. Молитва не прекращает своего существования и остаётся с нами, когда мы гуляем, моем посуду или куда-то едем с детьми. Сакральные чувства появляются из глубин нашего бытия сами собой, подобно чистому горному источнику. Круг может замкнуться, и молитвенность приведет нас к молитве, непосредственной и естественной, как восход солнца.

Нужно ли молиться?

Если мы спрашиваем об этом, значит, мы уже молимся!

Да будет так!



Зинаида Лукина (Ясна) — инструктор йоги, преподаватель йоги, инструктор лечебной физкультуры и массажа, мастер медитаций, педагог-психолог.

Практикует йогу с 1991 года в Школе йоги «Крылья Совершенства», проводит авторские семинары, тренинги: семинар «Дыхание Жизни», С 2006 г. проводит цикл медитаций на тему: «Осознание внутреннего Я, смысла жизни, уверенность, радость», звуковые медитации «Очищение звуком», а также релаксации, философские беседы.

Специалист по детской йоге, работает инструктором по физической культуре в детском дошкольном учреждении. С 1996 года проводит занятия по подготовке женщин к родам «Осознанная беременность». Занимается культурно-просветительской деятельностью по здоровому образу жизни среди детей и взрослых.

Работала с больными и умирающими в больнице и на дому и даже в этих условиях находила возможность приобщить людей к нетрадиционным формам оздоровления — дыхательные техники, пальчиковая гимнастика, расслабление...

Образование техническое, педагогическое, среднее медицинское, курсы по лечебной физкультуре и массажу.

Позиционирует Йогу как стиль жизни, который даёт силы быть активной и увлеченной в жизни.

Наша вера ведёт к ЛЮБВИ!

Недавно на занятии Учитель сказал: «Если вы еще не поняли, йога — это не физкультура. Йога — это любовь!»

В некоторых источниках я встречала такое выражение: «Все религии ведут к любви».

Большинство из нас пришли в нашу Школу йоги в поисках открытости, искренности, честности, принятия, любви, только этот запрос у всех по-разному выглядел. И если задуматься, все наши занятия, практики, работа в Школе на благо других созданы для того, чтобы открыться этим состояниям, развить их в себе.

В поисках любви находится практически каждый человек на Земле, каждый ищет понимания, искренности, естественности в отношениях, каждый хочет, чтобы его принимали таким, какой он есть. И если мы откроем эти состояния для себя и позволим себе жить в них, мы сможем помочь в этом и другим.

Работа Храмов в нашей Школе может заключаться в том, чтобы помогать людям решать их сложные внутренние вопросы, снимать острую душевную боль, отражать их внутренние поиски. Но для этого нам необходимо знать, какие вопросы есть у людей, и знать на них ответы или уметь их находить.

По опыту известно, что то, что близко тебе, будет близким кому-то еще. То есть исследуя то, что есть в нас, что интересует нас, можно помочь, дать ответ и другому человеку. А в силу материальности мысли к нам подтягиваются люди подобные нам.

Несколько лет назад мы в рамках Школы йоги в Санкт-Петербурге проводили Игру «Эксперимент», суть которой заключалась в том, что мы собирались раз в неделю, брали на себя разные задания. За неделю должны были их выполнить, о чем отчитывались на следующей встрече. Задания были связаны с нашими психологическими сложностями, преодолением страхов и тому подобным. Игра строилась на принципах исследования новых состояний, развития в себе осознанности, что может быть также использовано в работе Храмов.

Игра просуществовала больше года. Благодаря ей в наших жизнях произошло много интересного, магического. Мы получили разнообразный опыт. К сожалению, постепенно Игра сошла на нет, когда мы, разобравшись в тех вопросах, которые были на поверхности, подошли к серьезным глубоким страхам. И нам не хватило решимости взяться за их преодоление, а простыми вещами заниматься было уже

не интересно, как-то нечестно перед самими собой. Стало понятно, зачем нужен сильный руководитель, для которого эти страхи не являются препятствием, и который бы подталкивал нас к освобождению от них. Но на тот момент у нас такого не оказалось.

Самый большой страх у многих людей — это страх перед другими людьми, страх, что нас не так поймут, не оценят нас в том, что для нас важно. На построение личных защит и их поддержание мы тратим огромное количество энергии. Чтобы прийти к искренности и любви, чтобы прийти открытыми к людям, нам, как носителям и распространителям Новой веры, важно учиться справляться с этим страхом. Другой человек ведь точно так же боится тебя

и прячет свой страх: кто за агрессией, кто за игнорированием. Но внутри он такой же, как ты, беззащитный, ищущий понимания.

Как известно, самый действенный способ преодолеть любой страх — идти в ситуацию, проходить через нее, чтобы получить свой опыт и понять, что страшного в ней ничего нет. Сегодня, 4-го декабря, когда во всем мире празднуют День объятий, давайте сделаем одну практику для работы с этим страхом: пойдем на улицу и будем обниматься с людьми, которых там встретим. Позволим себе испытать, возможно, очень новое яркое состояние, которое приходит, когда перестаешь чего-либо бояться, расслабляешься и раскрываешься! **НИ**



Отношение человека к сексуальности в современном мире

В своей эволюции, на пути к целостности, даже просто живя и не думая ни о каком пути, человек постоянно сталкивается с миром своих чувств и желаний. Этот мир непредсказуем и алогичен, бесконечно многообразен и индивидуален — он глубоко скрыт, не подчиняется общепризнанной морали, сбивает нас с толку, но имеет на нас неизменное влияние. Это океан состояний, со своими подводными течениями, тайфунами, безднами и мелями. Современное отношение к телесности и чувственности человека выглядит на его фоне куцым и примитивным. Наиболее ярким примером сферы жизни, где запреты существовали очень долго, и как результат сохраняется много искажений и странностей, является сексуальность.

Мы живем в условиях, когда снимаются внешние табу на секс, но снять внутренние табу далеко не так просто. Казалось бы, появляется больше информации на эту тему, и возможностей реализовать свои желания. И все же пока слой запретов слишком силен, чтобы можно было говорить о свободном и радостном отношении к этой теме и соответствующем поведении в обычной жизни. Разнообразная литература, видео, телевидение, секс-услуги на все вкусы — да, НО! Как бы секс есть, он лезет в глаза и в уши, но в жизни человека этого нет, а если

есть — то достаточно серенько. И как преодолеть этот разрыв — большой вопрос. Может быть, научиться любить и слышать это свое серенькое, тогда оно и разукрасится?

Считается, что секс — это сфера, где человек проявляется неким спонтанным образом. Но это только на первый взгляд. На самом деле, эта спонтанность имеет множество ограничений, связанных с семьей, культурной средой, которые делают человека очень несвободным в своих сексуальных проявлениях. Как видимое следствие этого — сексуальные расстройства и болезни мочеполовой сферы. Причины — в отношении человека к этому вопросу, в непонимании значимости реализации сексуального желания, в полном отрицании его. За этим можно обнаружить и более тонкие оттенки.

Я бы хотела набросать самые поверхностные качества, бросающиеся в глаза, которые закрывают человека от приятия сексуальности.

От человека часто, к сожалению, веет разделенностью. И мы, не один год занимаясь в Школе, только идем к целостности. Когда я по роду своей деятельности вижу в людях двойственное отношение к чувственности, я его узнаю, так как испытала на себе, как нелегко принимать себя со своими желаниями, не бояться и не стыдиться.

Какие конкретные проявления принимает эта двойственность?

Вообще говоря, самые разные, но, в контексте темы, «я» — отдельно, а сексуальная сфера — отдельно.

А отделяют сексуальное желание исторически сложившиеся чувства вины, стыда, страха.

Мой опыт основан на наблюдениях, накопленных благодаря массажной и тренинговой практике. Мне как женщине представилась удивительная возможность узнать, чем живут мужчины. Возможно, это

узкий специфичный опыт, но заставляет задуматься.

Для того чтобы человек почувствовал себя хорошо, достаточно лишь просто быть на его стороне, принимать его полностью со всеми его желаниями, особенностями, сексуальностью, страхами, неуверенностью. И это приятие помогает человеку снять внутреннее напряжение, порой очень специфическое, которое обычно требует такого же специфического сексуального сценария.

Приведу очень короткие примеры из жизни:

На чувственный массаж приходит мужчина, и видно, что ему неловко, он скрывает это за анекдотами, смешком и даже стихами. Но ведь он приехал, потратил полтора часа на дорогу в один конец. И на мой вопрос: «Что с вами? Вам стыдно?» он отвечает: «Да...»

И хочется предложить — ну если это так стыдно и неприемлемо — ну тогда не делай этого! Выбери воздержание и радуйся! А если хочется — то отдайся и получай удовольствие!

Мужчина боится женщины, как носителя непонятной ему чувственности, с одной стороны, и понятных манипуляций, которым непонятно как противостоять, с другой. А женщина, не подозревая этого, просто хочет чего-то своего, у нее свой образ любви, и она думает, что для партнера это очевидно. Им по 18... И спустя 20 лет мужчина не может понять и принять, почему она «пошла по рукам» после того, как они были вместе...

Мужчина не может быть таким, каким он хочет в сексе, с женой, потому что «с матерью своих детей он не может себе позволить так поступать». При этом, чего на самом деле хочет мать его детей, он даже не догадывается.

Вышеупомянутые страхи, вина, стыд создают такую ситуацию, что вроде бы секса всем хочется, и он происходит, и даже иногда его называют «интимный контакт», только контакт это лишь на телесном уровне. Глубинных состояний не затронуто, партнеры друг друга не услышали, не почувствовали, голод утолен лишь очень поверхностно, и вот хочется опять, опять. Чего? Близости? Сброса напряжения? Но чтобы сказать «СТОП!!!» такому сценарию, по всей видимости, надо его прожить до конца и осознанно.

На данный момент сексуальная сфера — наиболее открытая с энергетической точки

зрения зона человека. Это значит, что и обмены энергией с миром идут через нее более активно. Так что секс — не только доступное удовольствие, но и предохранительный клапан, через который сбрасывается и избыток сексуальной энергии, и любой другой, когда человек по-другому просто не может, не обучен. Часто приходится наблюдать, что отказ в сексе приводит к вспышке агрессии, а если человек достаточно воспитан, то та же агрессия принимает скрытые формы — злость на партнера, плохое настроение, или переносы на других людей.

А если отказ не извне, а изнутри, из внутренних табу???

Радостно то, что процесс приятия своей сексуальности раздвигает рамки ощущений. Опять-таки из практики массажа я вижу, что для открытого человека внешне сексуальные формы дают состояния, которые человек не может проассоциировать ни с сексом, ни вообще ни с чем, а казалось бы, несексуальное общение рук с голодным на прикосновение телом дает состояние несказанного счастья и тончайшей эротики.

В нашей Школе принят целостный подход к Человеку, вытекающий из трех фундаментальных законов: человек — это результат всех его мыслей о себе, всех желаний, состояний, в их взаимосвязи, ничего не спрячешь, ничего не отделишь, а если

и отделишь — это травма, потеря целостности, болезнь. Мир нас видит целыми, даже если мы прикрываемся фиговыми листочками.

Так что с океаном желаний предстоит океан тонкой работы. Ничего нельзя добиться запретами и внешней моралью. Для этого в школе существует Храм Вождения — акселератор и экстернат проживания желаний.

Давайте осознавать, принимать свои чувственные желания, выражать их, легко, радостно и свободно, слышать и уважать желания других людей, всем вместе высветлять, утончать отношение человека к сексуальности. **НИ**

Алиса Лавринова:

„По базовому образованию я прикладной математик, закончила МГУ.

Первые импульсы к йогическому мировоззрению получила в 1989–90 годах на практиках медитаций Ошо. Далее была длинная череда тренингов, встреч, школ, утоляющих духовный голод.

В Школу Йоги «Крылья Совершенства» пришла в 2000 году.

К 2006 году полученные знания о Йоге вырастили желание передавать их дальше через инструкторскую работу.

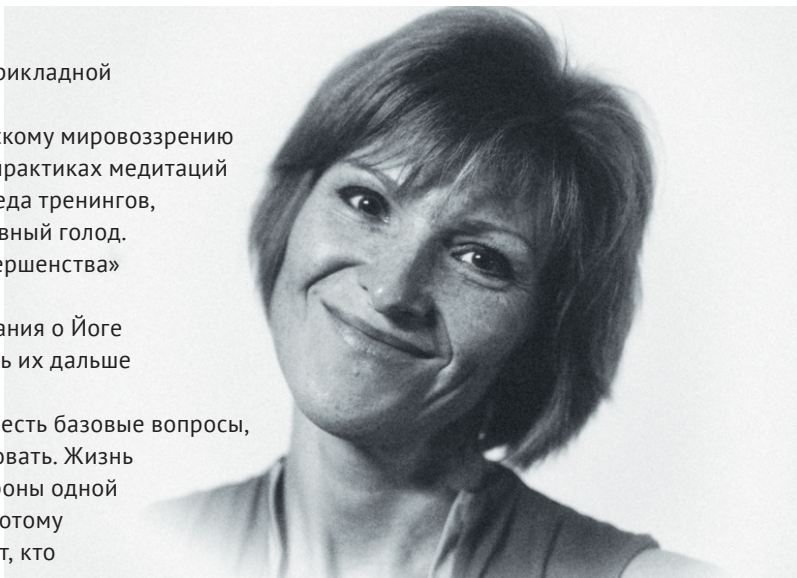
На истинно Духовном Пути есть базовые вопросы, которые невозможно игнорировать. Жизнь и Смерть. Две сестры, две стороны одной медали. Мы боимся умереть, потому что думаем, что исчезнем. А тот, кто рождается здесь, умирает в тонком

мире. Неизвестность перехода страшит, держит нас в определенных рамках, формирует особенности сознания современного человека.

С 2004 по 2008 годы я занималась темой Смерти. Затем маятник качнулся к теме Жизни.

Формирование осознанности включает мир желаний, чувств, эмоций. Эти вопросы являются сейчас моей творческой задачей.

Провожу регулярные медитативные процессы на темы: «Пробуждение Огня», «Мужчина и Женщина. Сотворение», «Желание освобождения», «Жажда Жизни», «Желание», «О Любви» и др. С 2006 года провожу авторский индивидуальный тренинг, направленный на развитие осознанного отношения к чувственности. С 2006 года веду массажную практику, используя принцип взаимосвязи энергии и мысли. С 2009 года организатор и ведущая йога-туров и однодневных семинаров телесно-ориентированной направленности.“

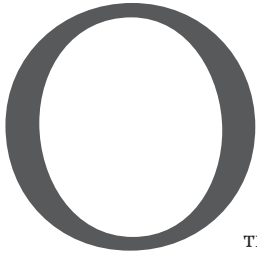


Релаксация

как метод отпуска себя

Я думал, что учился жить — но учился умирать.

Леонардо Да Винчи



Отпустить себя — что стоит за этой фразой? Для меня эта фраза стала камнем преткновения, когда вместо инструктажа по проведению семинара Учитель мне сказал: «Отпустите себя». Полное недоумение и обескураженность. Не сразу, постепенно я постигала суть этой рекомендации. Занятия с Учителем, личная практика, работа инструктором в группах йоги помогли осознать смысл этого выражения, увидеть свое напряжение — внутреннее и внешнее, внутренний конфликт. Постепенно, год за годом, наблюдая за занимающимися, помогая им в освобождении, в работе с телом и сознанием, происходит моя внутренняя работа по «отпусканью» себя. Определилась и моя задача как инструктора йоги: научить людей расслабляться через осознание тела, через дыхание, ощущения и только потом двигаться дальше...

Большинство людей способны испытать прорыв в своем мышлении, когда они находятся в состоянии осознанности, полностью расслаблены и пребывают наедине с собой. В эти моменты мы делаем открытия, творим, изобретаем, «знаем». Мы постигаем единство мира.

Снятие напряжения, внутренних запретов ведет к глубокому изменению во всем — меняется энергетический характер.

Открывается новый образ жизни, несущий радость слияния тела, ума, чувств и всего окружающего. Качество релаксации проявляется в любых действиях, даже в том, как человек ходит, ест, — человек становится естественным в движении, в проявлении эмоций, чувств. Он становится самим собой.

Задача инструктора — создать возможность для каждого практикующего **УСЛЫШАТЬ СВОЕ ТЕЛО**, не оценивая его. Научиться различать, ощущать и осознавать. Научиться описывать свое состояние. Развивать умение вслушиваться в себя, восстанавливать контакт с самим собой. Обращать внимание на зажимы, напряжения, блоки в теле. Отслеживать и убирать их через движение, дыхание и работу с сознанием.

Используя различные упражнения, асаны, дыхательные практики, медитации, постепенно, шаг за шагом, «в лоб» и исподволь подводишь практикующих к более осознанному отношению к самому себе, к своему физическому телу, к своим мыслям, эмоциям, к ответственности за свою жизнь и за взаимодействие со всем окружающим миром.

В процесс внутренних перемен вовлечены, с одной стороны, инструктор как проводник знания Школы йоги, с другой — группа занимающихся. Это обоюдный творческий процесс. **НИ**

Сказка о новой религии

В одном старом, как мир, дремучем лесу безраздельно правил и царствовал лев Леон. Лвица-мать назвала сына Леоном, что в общем-то и означает — Лев, и кому-то может показаться, что это — масло масляное, но, как оказалось, лвица была права. «Маслом кашу не испортишь» — и сын вырос на редкость удачным: царственность и мудрость сквозили во всем его облике, а грозный рык заставлял подданных трепетать и повиноваться.

Однажды Леон возлежал на троне и думал. Но его мысли были совсем не похожи на мысли лесных обитателей, озабоченных пропитанием, безопасностью и потомством. Эта привычная мысленная жвачка была слишком мелкой для льва его уровня. Он слишком многое познал и пережил — царства рушились и создавались по его воле, но это не принесло желаемого результата. Мудрые законы не всегда исполнялись, и все изменения в привычном мироустройстве шли с большим трудом. Лев понимал, что, только поменяв сознание, можно добиться позитивных перемен.

— Новая религия, основанная не на страхе перед наказанием, а на осознанности — вот что нужно! — подумал Лев и ударил хвостом, как хлыстом.

Заповеди «не убий» и «не укради» были хороши, никто и не спорит, но кражи и убийства были рядовым событием, даже пушистые белочки тырили орешки друг у друга, не говоря уже о рецидивистке Лисе, мастерице обмана и развода, или уголовнике Волке, который в наглую отнимал добычу у более слабых, а съев ее, закусывал хозяином. Половинчатые меры вроде навязанного лесным жителям вегетарианства, результатов не дали. При льве, морщась, жевали траву, а ночью выкидывали косточки подальше от своего жилища. Кстати, про ложь там тоже было сказано что-то очень правильное, но лгали все поголовно без перерыва на обед.

— Сколько можно плясать лезгинку на одних и тех же граблях?! Две тысячи лет одно и то же — грешат и каются, — с горечью подумал Лев. — Новая религия, кардинально изменяющая мир в лучшую сторону — вот моя цель!

Грандиозность задачи наполнила сердце Льва радостью. Но один в поле не воин, даже если это такой могучий воин, как Леон. Он давно познал закон Вселенной, который гласил: «Мысль материальна» — и виртуозно этим пользовался. Когда же эта мысль овладевает миллионами, сила ее растет и множится, превосходя самые мощные ураганы.

Один львиный рык — и Совет старейшин уже сидел на хвостах перед царственной особой, внимая и повинуюсь. Лев озвучил Великий План. Тайная советница Брахмапутра, вытаращив глаза от восторга, только и смогла сказать:

— Новая религия — это ОГО-ГО!

Дальше ее заклинило от чувств-с, но «ого-го» было очень эмоциональным. Все прониклись величием замысла, одновременно прочувствовав, что обедать сегодня не придется, да и завтра тоже. Создание новой религии — процесс хлопотный. Просто верить лесной народ не привык, нужны были «костыли» — разные ритуалы покрасивше, жрецы в одеяниях от продвинутых кутюрье, нужны были эмиссары, способные донести законы устройства Вселенной до каждого дремучего жителя леса и вложить их в сознание на понятном языке и в привлекательной упаковке. Моржам рассказать о волшебной силе холодной воды, которая закалит и оздоровит их моржовые тела. Ежикам о целебной силе иглоукальвания. Змеям о необходимости духовно расти, при этом меняя змеиную кожу на более модные расцветки. Жадных сделать щедрыми, лживых — правдивыми, робких — героями, если не войны, то хотя бы труда. Дел было невпроворот. Но стоять у истоков новой

религии, быть ее создателем — от этого сносило крышу. Впрочем, стоять не приходилось, все забегали, заволновались, озаботились, создали комиссию, по привычке, назначили главных, в общем — завертелось.

Появилась и оппозиция, как без нее? Кролики, например, были за старые формы мусульманства. Их привлекала идея многоженства. Да что там кролики, вся мужская половина леса, кто втайне, кто явно, проповедовала полигамию. А женская ратовала за целибат, чтобы знали паразиты, как многоженство разводить. Черная Вдова пошла совсем уж на крайние меры: после спаривания съедала своего партнера и детишек папочкой кормила. Самка Богомола тоже своему голову откусывала, чтобы потом не мучиться, придет или не придет гад полигамный. У Льва порой грива дыбом стояла от всех этих экзерсисов. Приходилось ее резиночкой перевязывать.

Основой новой религии постановили считать три фундаментальные закона:

Мысль — материальна.

Все вокруг живое.

Каждый в ответе за все.

Лиса долго кричала, что это все глупости, сколько она ни кричит «халва», ей сладко не становится. И вообще, за все она отвечать не собирается, пусть Волк тоже отдувается. И только идиот может считать эти каменюки живыми. Но публика в лесу собралась продвинутая. Какой Лев, такие и подданные. Он их не один год реформатировал... Ночью разбуди — скажут: «Мысль материальна.» А некоторые уже не только говорили, но и понимали. Пользовались, правда, совсем немногие.

Но других обитателей на эту планету не завезли. Впрочем, немного «других» было, уцелевших от родительского мировоззрения и кондовых «истин». Их детьми индиго называли. И про то, что у камня своя особенная жизнь и восприятие действительности, уже слышали. А то, что за все отвечать приходится, на своих шкурах испытали, тут сомнений не возникало. Про карму — закон причин и следствий — Лев так хорошо объяснил, что даже Мыша поняла, хотя мозгов у нее хватало только для интенсивного размножения. Но теперь она худо-бедно связывала появление новой партии мышат со своим посещением

дискотеки. Может быть, Вы думаете, что если новая религия такая замечательная, все будут счастливы ей следовать? Увы, увы...

Далеко за примерами ходить не приходится. Все знают о пользе движения, но зарядку делают немногие. Лишняя пища в виде толстых животов висит прямо перед глазами, но отказываться от лакомых кусочков толстяки не собираются. О вреде курения уже аршинными буквами на каждой пачке сигарет пишут. Читателей не находится...

И еще важный вопрос — старое куда девать?! У каждого уютный кабинетик, мягкое креслице, а тут: «Господа, на выход!» Это креслице только с когтями вырвать можно. Добровольно никто отказываться не собирается. А еще теща, не ко сну будет упомянута. Если кресло все же отнимут, она же с потрохами съест, да еще дочке нажужжит: «Надо было замуж за Эдуарда Петровича идти, у него три дачи, а у твоего недотепы только две». Теща уже на Мальдивы собралась, а тут великие перемены, ведь сгрызет не хуже самки богомола и дочь науськает, вдвоем докушают. Изюм всех сил за прежнее держаться будут, все так славно налажено — уже дань сами несут, как при татаро-монгольском иге. И машина к подъезду, и госпак, и секретарша молоденькая — все в комплекте... И это отдать?! Чтобы другие жили правильно, без страха и вместо тещи на Мальдивы да Багамы ездили?! Страх — такое чудесное изобретение, веками проверенное, в невидимых кандалах держащее.

А эти новые: «Живи совершенно свободным от страха!» С ума посходили! Это мысли оппозиции, как вы понимаете. Но и их со счетов сбрасывать нельзя.

«Никто и не обещал, что будет легко» — этот перл уже давно народ цитирует.

Смотри закон первый. Потому и нелегко. Лев, конечно, мог провозгласить: «Тут все от меня зависит!» — но делать этого не стал.

Наверное, помнил, как детенышей учат: «Сами, сами... И спотыкайтесь, и шишки набивайте, и мыслить самостоятельно учитесь, хватит Учителя цитировать».

Главное, что первый шаг был сделан. И самая длинная дорога начинается с первого шага.

Великие перемены приближались. **НИ**

№ 1 (20)/2012

Журнал зарегистрирован
Федеральной службой по надзору
за соблюдением законодательства
в сфере массовых коммуникаций
и охране культурного наследия

Свидетельство о регистрации
ПИ № ФС77-23010 от 21.09.05

Учредитель:
МПООО «Крылья совершенства»

Издатель: ИП Краснова Е. Ю.

Главный редактор: Лея Панова

Над номером работали:

Лея Панова

Людмила Иванова

Сергей Решетников

Макет, верстка:

Сергей Решетников

Лея Панова

Художник:

Евгения Кузнецова

Фото в номере:

Георгий Богословский

Дитель

Редакция благодарит всех,
кто оказал финансовую
и техническую помощь в подготовке
журнала к выпуску.

Все авторы предоставили
материалы в номер безвозмездно.

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

Адрес редакции:

125239, г. Москва,

ул. Коптевская, д. 26, корп. 2

тел.: (495) 542-14-11, 450-02-63

эл. почта: nadistochnik@mail.ru

сайт: www.n-istochnik.ru

Тираж 3000 экз.

Номер подписан в печать 12.03.2012

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 номере:

Материалы конференции «Новая система веры» Школы йоги «Крылья Совершенства»

- Выступление Георгия Богословского
на конференции • 2
- Человек и религия. В поисках веры • 5
- Молитва как символ сердца • 8
- Наша вера ведёт к любви! • 10
- Отношение человека к сексуальности
в современном мире • 12
- Релаксация как метод отпуска себя • 15
- Сказка о новой религии • 16

Интрига Времени

- Время в человеческих одеждах • 28
- Концепция Храма Времени • 30
- Личное время • 33
- Будь в настоящем времени! • 34
- Время и плотность потока энергии • 38
- Относительность времени в халасане
и мягком кресле • 42
- Вымысел, похожий на правду • 44
- Правда, похожая на вымысел • 45
- Заметки о деньгах на полях времени • 46
- Здесь и Сейчас • 47
- Физические факторы
исторического процесса • 50
- Египет хранит ключ к сакральным знаниям • 52
- Обещанное богатство • 55

Байкал

- Этно-Экологическое Юрточное Кочевье • 56
- Уроки • 58

И другое

- Семья • 20
- Рекомендации практикующего инструктора
начинающим заниматься йогой • 24
- Поза «отдыха». Разговор тела и сознания • 25
- Единины в творчестве • 62
- О вере • 64

П

Дорогой читатель!

Приветствуем тебя на страницах «Надежного источника»! Наш журнал после перерыва вновь выходит в бумажном варианте. Основные темы этого номера — это Вера и Время.

С тех пор, как появился номер 19, прошла уйма дней и, тем более, часов и минут, а, возможно, и немало месяцев и даже пару лет. Много ли это времени? — На этот вопрос каждый, скорее всего, ответил бы по-своему. Время, которое вроде бы легко и просто измерять с помощью часов — при подробном рассмотрении оказывается весьма нетривиальным феноменом нашего мира. При этом стоит помнить о том, что в одном слове «время» соединено множество различных понятий и смыслов. Время может быть глобальным — в рамках нашей планеты, либо в рамках исторического развития земной цивилизации; оно может стать некой абсолютной энергетической характеристикой Вселенной; но при этом время измеряется и локально — по-своему в разных регионах планеты; даже у одного человека индивидуальное время может быть разным на протяжении его жизни. И при попытках измерить время в той или иной ситуации люди откладывают в сторону часы и ищут другие способы оценки.

На примере журнала, 20-й номер которого ты держишь в руках, можно попытаться ответить на вопрос «а много ли времени прошло с момента выхода 19-го номера?» через изменения, которые произошли с журналом и с нами.

Итак, журнал поменял формат — он стал меньше и, возможно, теперь его удобней взять с собой. Он стал серьезней, на наш взгляд, в нём больше статей и меньше фотографий. Поменялось и оформление журнала. При этом в журнале появился художник — человек близкий нам по духу и идущий с нами дорогой духовного поиска, и на страницах можно встретить его работы. Также, всё это время продолжает работать и развиваться сайт журнала n-istochnik.ru. Основное направление развития сайта — это так называемые тематические клубы («Он и Она», «Клуб любителей Байкала», «Сознание Земли», «Жизнь До и жизнь После» и другие).

Это та часть изменений, произошедших в журнале, о которой проще написать. На деле их больше — и в журнале, и в каждом из нас, и в окружающем мире. Наш журнал — о Йоге в самом широком смысле. О Йоге как стиле жизни и целостном мировоззрении, воспринимающим всю Вселенную как единое целое. Поэтому мы рассматриваем все изменения в связи с действием Трёх фундаментальных законов Йоги, а полемическая направленность журнала обязывает нас находить разнообразные точки зрения, которые мы затем представляем читателям. В этом смысле мы всегда открыты к сотрудничеству с теми, кто хочет поделиться своей историей, своим мнением и своими предложениями. Для этого с нами можно связаться любым доступным способом — через сайт, электронную почту или лично.

Приятного чтения!

Редакция журнала «Надежный Источник»

СЕМЬЯ

У каждого человека, бесспорно, своя история жизни, но интересно проследить некоторые закономерности, которые могут передаваться из поколения в поколение и одной мыслью изменять личную жизнь тех, кто находится рядом.

Многие живут по определенному сценарию и не придают значения прошлому, оттапливают его от себя или прячут в самую глубину, чтобы не мучило. Но, к сожалению или к радости, психика человека устроена таким образом, что внутренние конфликты время от времени будут вырываться наружу и давать о себе знать неожиданно появившейся болью, недомоганием, травмой или болезнью.

Простая история: представим, что встретились два человека — мужчина и женщина. У каждого за плечами — свой груз переживаний, представлений, взглядов, ценностей жизни. Каждому хочется понравиться другому. И чаще обыгрывается ситуация знакомства так, чтобы другой смог заинтересоваться или «попасть на крючок» (мы пока не рассматриваем историю, когда двое спонтанно встречаются, влюбляются, любят и идут вместе по жизни, сохраняя по-настоящему свои чувства друг к другу... Будем говорить о более частых ситуациях).

Проходит немного времени, двое становятся чуть ближе друг другу. Чаще встречаются, думают о том, как будут жить вместе. Начинают жить, продолжая демонстрировать все свое хорошее. А нежелательное прячут поглубже.

Если отношения выстраиваются на понимании, уважении, слышании, чувствовании другого и себя, то такие отношения становятся искренними и глубокими, зрелыми. А если — нет? Если он как будущий папа воспитывался в семье, где не принято иметь собственное мнение, или где мама

опережала своими действиями желания ребенка, или, наоборот, все время его унижала и не давала шагу ступить? Ребенок в такой семье превращается в человека с низкой самооценкой и соответствующим уровнем сформированности собственного образа тела. Такого человека во взрослом состоянии могут постоянно беспокоить действия других, он все время будет встревожен и будет ждать от других обмана и разочарования.

Продолжая жить с вроде бы любимой девушкой, мужчина будет пребывать в постоянном внутреннем конфликте:

«Я не должен демонстрировать собственное ничтожество, а также то, что в каждой женщине я подозреваю неверность, негибкость, язвительность и желание властвовать».

А она, продолжая жить с вроде бы тоже любимым человеком, решает для себя: «Я не должна показывать, что я ничего не умею, не должна показывать, что считаю всех мужчин беспомощными, несамостоятельными, нерешительными, слабыми». Получается, что каждый считает, что должен быть таким, каким его видит другой, соотнося собственный уровень самооценки с его мнением.

Возникает конфликт, который люди могут замечать, осознавать и что-то менять в себе и собственном представлении. Или же не придавать ему значения и жить так, как живется. Но в конечном итоге, чем более скрытые способы взаимодействия и общения используют люди, тем большим негодованием, раздражительностью, а потом гневом и яростью будет наполняться их внутренний мир, и затем эти гнев и ярость неизбежно выльются наружу. И это тот опыт, который в будущем передастся детям как возможность такого взаимодействия.

Что же происходит? Какая-то несогласованность, где каждый позволяет другому

управлять собой, при этом наполняясь внутренним негодованием. Каждый берет на себя ответственность за контроль над другим, при этом также чувствуя возмущение. Каждый действует то как родитель, то как ребенок, но не как взрослый. Каждый играет роль либо сильного и уверенного, либо беспомощного и слабого человека. Каждый доказывает свое право на власть во всем.

Супруги продолжают пока жить; живут, обрастают хозяйством, желаниями, и, возможно, скоро у них появятся еще и родительские роли. Какими родителями они станут? Что передадут своим детям, какие отношения, роли, страхи, надежды?

Если папа хочет видеть одно, а мама — другое, то ребенок оказывается пленником противоречащих друг другу требований. Если мальчик принимает сторону отца, мать дает понять следующее: «Чего еще ждать от мужчин? Ты такой же, как и твой отец».

Если девочка принимает сторону матери, отец говорит: «Ты такая же, как твоя мать. Лучше бы родился мальчик».

Если мальчик тяготеет к матери, отец может сказать: «Вы с мамой очень похожи. Давай, продолжай в этом духе, и будешь маминим сынком».

Тем самым родители формируют паттерн неадекватного взаимодействия.

Тот способ, при помощи которого родители структурируют свои сообщения, адресованные ребенку, показывают приемы взаимодействия, — все это дает ключик к тому, что и как ребенок будет транслировать во внешний мир. Тем самым в их руках находится и его настоящее, и его будущее.

Если у родителей заниженная самооценка и они мало доверяют друг другу, то они будут ожидать, что ребенок повысит их самооценку, будет продолжением их самих. Мы хотим видеть детей взрослыми, мужчинами и женщинами — счастливыми, реализованными! А как и что мы делаем для этого?

Ребенок рождается и чувствует тепло и сытость, но он также нуждается в сердечных отношениях. Родители могут быть по-настоящему физически хорошими родителями, то есть делать все то, чтобы

ребенок был обут, одет, накормлен. Но эмоционально ему будет холодно. Мамы, которые недостаточно хорошо чувствуют, что надо ребенку, недопонимают, почему ему может быть плохо, как правило, сами жалуется на боли в грудном отделе, или подвержены частым заболеваниям горла и легких, или голос их не наполнен мягкостью и любовью. Они больше требуют или чрезмерно беспокоятся, контролируют и не прислушиваются. Ребенок в любом возрасте считывает информацию как телесную, так и эмоциональную со слов, жестов, движений своих родителей и проявлений окружающего мира. Ему необходимо структурировать мир — распознавать, оценивать самого себя в двух аспектах: как человека что-то умеющего, и как человека, относящегося к тому или иному полу.

Дети создают представления о себе, опираясь на то, каким был их отец. Ребенок сможет использовать взрослые и мужские модели поведения, если он получает от мамы сообщение, что мужчины — достойные существа. Это одна особенность в формировании взрослой самооценки мужской роли мальчика.

Когда родители не способны признавать сексуальность друг друга, они не смогут привнести это знание и в отношении своего ребенка.

Если родители конфликтуют, то ребенок будет получать противоречивую информацию, касающуюся того, каким он должен быть и что делать.

Если в супружеском взаимодействии отец выглядит обиженным, презираемым и отвергаемым, то половая самооценка мужчины будет нарушена.

У девочек будут проблемы с положительной самооценкой, если в этой позиции в супружеских отношениях находится мать.

Если родители постоянно показывают, что они воспринимают ребенка счастливым, способным и сексуально определившимся существом, и если они демонстрируют открытое в радости, понимании и уважении взаимодействие мужчины женщины, у ребенка формируется адекватная самооценка и он становится все более независимым от родителей, когда приходит время.

Предлагаю вам технику работы с обидами. Это интересная и творческая работа, приносящая позитивные плоды.

На что похожи ваши обиды и страхи?

Найдите *их* образ и нарисуйте на чистом листе. На обратной стороне листа напишите 5 слов (желательно долго не думая, слова, спонтанно возникающие, относящиеся к этому конкретному образу). И, глядя на каждый образ в отдельности, спросите, чего ему не хватает, что он хочет получить? Потом возьмите другой чистый лист и, глядя на свой первый образ обиды или страха, нарисуйте собирательный образ (положительный, позитивный) того, чего не хватает первому образу. Затем напишите, какие чувства у вас вызывает вторая картинка, и попробуйте наложить вторую картинку на первую. Если сделать это будет непросто, попытайтесь совершить это в своем воображении. Понаблюдайте за своими чувствами и ощущениями от проделанной работы. Через два дня вернитесь снова к своему рисунку и наблюдайте, что изменилось в вашем восприятии и чувствах. Запишите все на листе бумаги и поставьте число, год, время. В момент появления той же обиды или страха старайтесь удерживать положительный образ внутри себя и наблюдайте за собой, за своими изменениями.

Но отношение мужчины и женщины к себе, другим, определенной силе природы также очень зависит от того, как они воспринимали свою мать, что она вкладывала в воспитание и познание окружающего мира. Если мама не слышит своего ребенка и бесконечно навязывает собственные представления и желания, личные комплексы и страхи, не может удовлетворить его потребности и отстраняется от него из-за непонимания и собственного страха, то ребенок будет страдать от травм, связанных с подавленностью, покинутостью. Покинутость будет мешать ему быть открытым и верить в себя, свою полноценность и доверие к миру. Из-за ощущения подавленности он не сможет защищать свои границы и может стать либо личностью уступчивой и созависимой, либо личностью испуганной и властной. Первые отношения с матерью проецируются в дальнейшем на его взрослые отношения. И, например, «взрослый» мужчина, таким образом, будет жить с ложным и мнимым «Я», и он всегда будет скрывать свое «истинное лицо» и «истинные чувства». Такой человек становится очень зависимым, и любая угроза может помешать удовлетворению его потребностей. Естественно, это вызывает страх...

Внутри, как в памяти, так и в теле, образуется «очаг уязвимости», который в определенных ситуациях порождает обиду, гнев и печаль... И все тогда будет идти по кругу до тех пор, пока человек сам не примет решение изменить свою жизнь.

Но за это время накапливается огромное количество недопонимания, страхов, обид. И чтобы начать новую жизнь, необходимо старый груз всех накопившихся обид снять, освободить тело от тяжести.

Наши предки интуитивно понимали: то, что не выстрадано, не осознано и не интегрировано, передается следующему поколению.

То есть все, что мы накапливаем, живет внутри нашего существа и потихонечку разрушает наш дом, внутреннее пространство. Особенно если мы не придаем значение словам, нашим мыслям как о себе, так и о близких и дорогих людях.

И весь груз накапливается, и такая энергия может вводить в непростое состояние, которое может затрагивать и тех людей, с которыми мы общаемся, живем и так далее. И вот здесь важно не только освоить специальные техники, а научиться осознать, понимать и принимать складывающиеся ситуации и не зависеть в них бесконечно! А если и происходит заикливание на чем-то, то важно «переключить» свое внимание с себя и своей проблемы на что-то легкое и позитивное! И помогут в этом ваша мысль о том, что уже давно пора что-то менять и жить счастливо!

Ирина Эс, практикующий психолог в сфере индивидуального и семейного консультирования. Идейный составитель комплексных психологических программ. Мама троих детишек. Веду психологическую и оздоровительную работу в Центре Йоги и Психологии.

В Институт Практической Психологии и Психоанализа поступала осознанно, получив среднее медицинское образование, пройдя множество обучающих курсов по массажу, и особенно длительные по лимфодренажному и по ритмическому массажу. Но до принятия решения прошло достаточно много времени. После окончания школы я нашла Учителя и стала заниматься йогой. И для меня, впрочем, как и до сегодняшнего дня, йога – это Школа Осознанной Жизни, способная изменить отношение как к себе, так и к жизни в целом в лучшую, позитивную сторону. Стиль Жизни, в котором живешь, а не рассуждаешь о том, как было бы хорошо и замечательно, если бы...



А в институте ППиП я находила подтверждения тому, что понимала, и пыталась чувствовать, практикуя йогу. Мне всегда была интересна связь тела и эмоций, влияние состояний на изменения в теле и появление болезней, качества прикосновений через понимание; что же всё-таки такое живой организм, не только с точки зрения физиологии; настоящие, глубокие отношения; жизнь и смерть, любовь и ненависть, обида, злость, страх, непонимание и уважение; грубость и ложь, нежность, благодарение и благодарность. Почему же многие вроде бы хотят быть счастливыми, а, начиная жить вместе, либо сталкиваются с глобальным непониманием и увеличивают ком обид, либо делают вид, что все и так хорошо. Почему в отношениях не живут любя, а борются. Зачем бьют детей и не слышат их голоса боли и желания быть любимыми? И как же и какими способами психолог или тот, кто собирается им стать, может помогать? И не так, как сочувствующий друг на кухне, а как-то иначе, зная о закономерностях определенных и о чем-то еще таком важном, без чего невозможно и **Быть Психологом, да и Человеком тоже.**

.....

Поза „отдыха“

Разговор тела и сознания

- О** пять ты меня укладываешь в эту ужасную позу «отдыха»^{*}! И кто же додумался ее так назвать?
- Да, ненадолго. Давай до трехсот досчитаю, и потом сразу встаем?
 - До трехсот?
 - Да, обещаю. Может даже меньше.
 - Хорошо, до трехсот и не больше. Сразу встаю!
 - 10, 11, 12...
 - О, как ужасно! Давай встанем, а потом опять ляжем еще? Так будет лучше, точно говорю!
 - Нет, лежи. После шестидесяти будет легче, ты же знаешь.
 - Ага, вот уже 70, а боль все та же, ничуть не меньше! Не могу больше!
 - 80, 81... Вот видишь, боль стихает, я же обещала.
 - Извини, что напоминаю, но нам ставили диагноз артрит левого коленного сустава, забыла? Я прямо чувствую, что он сейчас разорвется! Вместе с голеностопом, между прочим. Нет, пожалуйста, до 300 многовато. Вставай давай!
 - Слушай, прекрати истерику. Что, уж такая дикая боль? Ну если так, чего каждый день свои артритные суставы не растягиваешь, сейчас было бы гораздо легче. 200, 201... Видишь, пошла третья сотня, уже немного осталось.
 - Что-то ты медленно считаешь. Я вот уже чувствую боль в пояснице. Как я долежу до 300?
 - Я считаю медленно, чтобы ты не расстроилась, если придется дольше трехсот лежать. Жалко тебя.
 - Ой, слышишь, девочка рядом выходит из асаны? Я так и знала, что это невыносимо, только ты меня мучаешь, все нормальные люди уже встают!
 - 290, 291... Замолчи, а? Надоело. Прекрати быстро свое нытье. 300.
 - Уже 300, а мы еще лежим???
 - А что, очень больно?
 - Ну нет, кстати, уже не очень. Хотя мой левый коленный сустав...
 - 350.
 - ДОСТАТОЧНО.
 - Ты слышала! До-ста-точ-но!!! До-ста-точ-но!!! Встаем, ура!
 - Теперь встаем, согласна. **НИ**

.....
^{*} «Поза отдыха» – асана йоги; другое название – «Супта-вирасана».

Рекомендации практикующего инструктора начинающим заниматься йогой

Для тех, кто начинает заниматься йогой, логично задаться вопросом, а что же такое йога и в чём её особенности. Начнём с самых доступных и понятных форм — работы с телом, то есть асан и пранаям, хотя начинать надо бы с моральных норм — ямы и ниямы. Но здесь нет противоречия, одно другому не мешает, а как раз дополняет, можно осваивать параллельно и то, и другое.

Так вот, если начинающему повезло, и ему правильно объяснили, в чём же особенности йоги, он узнаёт, что **это не просто работа с телом, но ещё одновременно и работа с энергией с подключением сознания**, то есть направлением мысли в определённые участки тела.

Работая с телом, следует помнить несколько очень важных моментов:

- Занятия должны быть регулярными, тогда тело с благодарностью перестраивается под задаваемую ему нагрузку.
- Соблюдение последовательности и постепенности, от простого — к сложному. Не форсировать события, иначе это может быть сопряжено с травмами.
- Осознанное отношение к занятиям: понимание того, что мы делаем, как и для чего.

В процессе занятий, существующая параллельно с физическим телом энергетическая система, оказывается задействованной благодаря нашей мысли. Направляя мысль в определённую чакру или на работающую группу мышц, мы активизируем ток энергии. Если энергетические каналы чистые, энергия свободно циркулирует по ним, если нет — может возникать болевой синдром в месте непроходимости. То есть, тело оказывается не готовым к восприятию определённого уровня энергии. Что же делать в таком случае? Чистить каналы. Для этого существуют специальные дыхательные упражнения — пранаямы, выполняемые в статическом или динамическом режимах.

Начиная работать с телом, занимающийся может столкнуться с определёнными сложностями. Например, выполняя какие-то движения и принимая позы, с которыми его тело не знакомо, оно (тело) начинает на них определённым образом реагировать. В процессе занятий целесообразно начать изучать своё тело и его особенности, ни на кого не ориентируясь, не сравнивая себя ни с кем (тела у всех разные) и не давая себе оценки. Давая нагрузку телу, стараться найти её золотую середину, то есть с одной стороны не потакать своим нежеланию и страхам, с другой стороны — не перегружать. Руководствоваться здравым смыслом и приобретать знания, касающиеся тела.

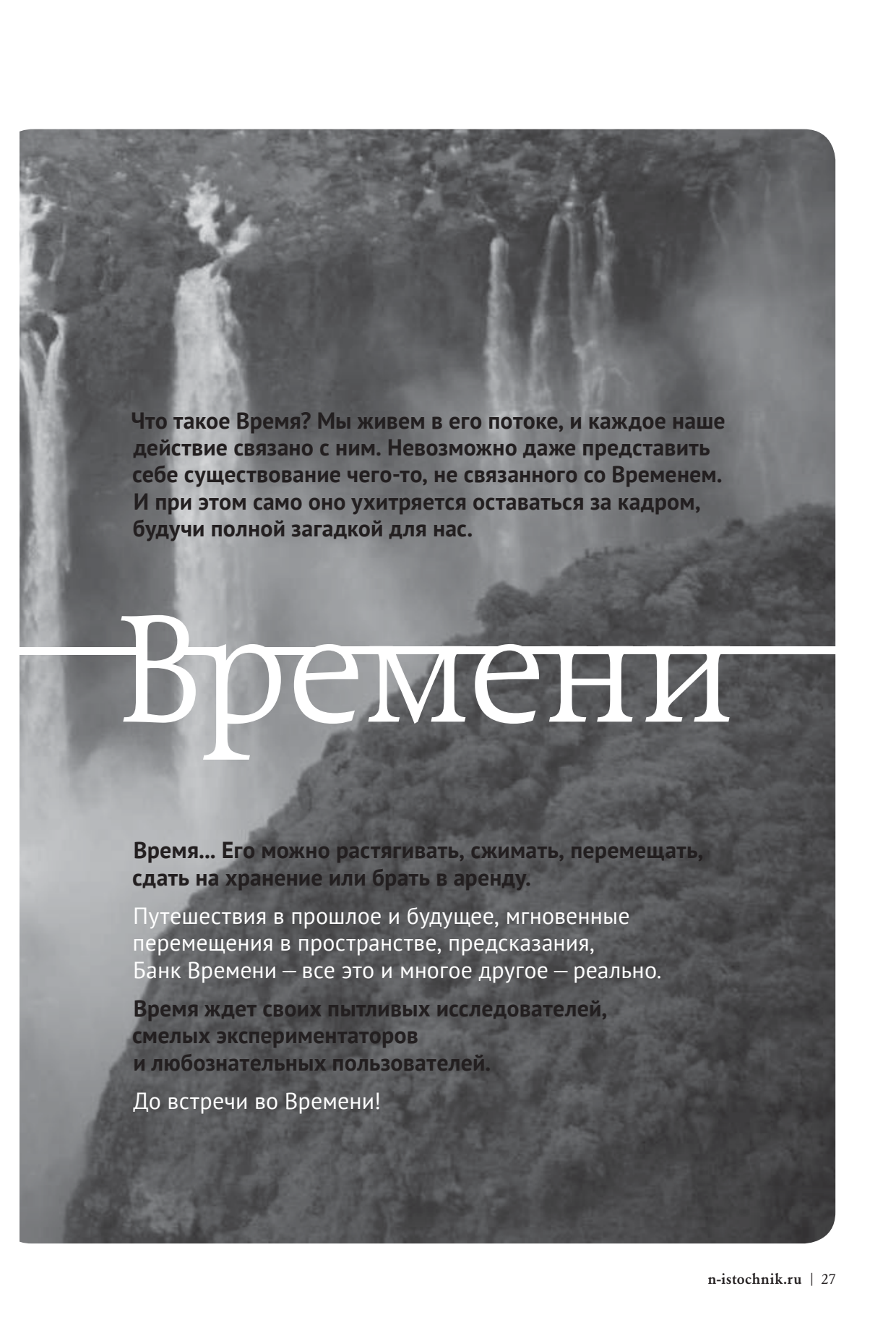
Самое ценное для нас — это **НАШ ОПЫТ ПО ИЗУЧЕНИЮ СВОЕГО ТЕЛА**.

Не менее важны и чистки физического тела, соблюдение моральных норм, принятых у йогов, а так же следование принципам рационального питания. Всё это в целом выстраивается в комплекс мер, способствующих поддержанию полноценного здоровья, как физического, так и нравственного.

Таким образом, мы потихоньку подошли к пониманию того, **что йога — это не только система, способствующая поддержанию здоровья, но и знание о человеке, его месте в этом мире и гармоничном взаимодействии с ним.** **НИ**



Интрига



Что такое Время? Мы живем в его потоке, и каждое наше действие связано с ним. Невозможно даже представить себе существование чего-то, не связанного со временем. И при этом само оно ухитряется оставаться за кадром, будучи полной загадкой для нас.

Времени

Время... Его можно растягивать, сжимать, перемещать, сдать на хранение или брать в аренду.

Путешествия в прошлое и будущее, мгновенные перемещения в пространстве, предсказания, Банк Времени – все это и многое другое – реально.

Время ждет своих пытливых исследователей, смелых экспериментаторов и любознательных пользователей.

До встречи во Времени!

Время

в человеческих одеждах

Вы говорите – время идет. Безумцы – это вы проходите...

Талмуд

Сегодня мы говорим об одном из самых загадочных и спорных явлений нашего мира. Сегодня нам свидание назначило Само Время!

Время владеет не только умами избранных, стремящихся его постичь, но незримо сопровождает каждого из нас от рождения до смерти. Оно владеет нами или мы его хозяева – на этот вопрос люди еще не могут дать ответ.

Сколько легенд хранит человечество о Времени?! Сколько имен дали люди этому неразгаданному, неуловимому и неумолимому явлению?! Оно так же многолико, как невероятно разнообразен мир человеческой истории и культуры. Любой этнос, любая культура на Земле бережно хранит и благоговейно поведает вам о существовании Великого Владыки Времени, который отмеряет меру быть всему живущему на Земле.

В отведенном нам формате мы не можем проследить таинственную фигуру Времени во всей красоте и разнообразии культурных традиций мира. Давайте постараемся понять, как мы, современное человечество, продвинулись во взаимоотношениях со временем. Научились ли мы лучше, чем наши предки, его понимать, а значит эффективнее использовать?

Первое, что бросается в глаза, – это отсутствие каких-либо новых мифов и легенд о самом символе Времени. Теперь его изучают физики, математики – и уже они пишут на символическом языке формулу

и уравнений длинные цифровые имена все того же Владыки Времени. Лучшие умы человечества ищут разгадку этому явлению, создаются целые институты, лаборатории по изучению времени и его влиянию на различные аспекты нашей жизни.

Но изменилось ли что-то по сути от замены символов с буквы на цифру? Люди не перестали сверять свою жизнь по часам, рождаться и умирать в предназначенное им время. Мы не перестали, как это ни странно, относиться ко времени в своей жизни так, словно его нет. Наука дала нам прикладное знание о времени, описывающем происходящее в окружающем нас мире. Но мы так и продолжаем обращаться к оракулам и гаданиям для того, чтобы приоткрыть тайну личного времени нашего пребывания в этом мире. Никто из нас не знает последнего дня своей жизни, никто не знает, когда произойдут судьбоносные встречи или иные события, определяющие судьбу – хотя все это записано в нашем личном коде. Просто не все умеют его читать.

В чем же причина такой таинственности, окружающей время человеческой жизни?

Причина, на мой взгляд, достаточно проста – высшую математику не преподают в начальной школе. Иными словами, человечество, в массе своей, не готово к восприятию информации на таком уровне.

Время всегда давало возможность понять себя, но для малыша в песочнице его

течение незаметно. И потому следить за временем надлежало лишь избранным... Жрецы и астрологи во все века знали, по каким законам течет человеческое время.

Но приходят иные времена! И Время говорит — пора взрослеть! Оно дает понять себя, а самое главное — дает знание, как стать счастливым!

В нашем мире понятия счастья и времени кажутся несовместимыми! Мы говорим: «Счастливые часов не наблюдают». Мы боимся времени, для нас оно символ ограниченности.

*Что войны, что чума? — конец им виден скорый,
Им приговор почти произнесен.
Но кто нас защитит от ужаса, который
Был бегом времени когда-то наречен?*

Какие пронзительные строки Анны Ахматовой...

Люди превратили Время в монстра! Его рисуют темными красками, о нем пишут с надрывом в сердце.

Но почему мы так боимся его? Ответ тоже прост — всему виной наше невежество.

Время — это символ Космической Гармонии, а не Сатурна, пожирающего своих детей!

Пока мы несправедливо считаем его монстром, оно и относится к нам как беспощадное чудовище.

Я понимаю, что разрушаю прочно укоренившееся представление о времени как о чем-то, существующем только в нашей голове. Это верно, но верно лишь отчасти. Во всяком случае, пока человечество не может остановить одну из могущественных мыслеформ, имя которой — Время! Здесь мы с вами подходим к фундаментальному основанию, на котором стоит столько веков вся астрологическая наука.

Вероятно, существует два времени, два потока: **объективное**, которое движет планеты, солнечные системы, галактики и великие циклы проявления. И **субъективное** — то, которое однажды включилось в нашей голове.

Поняв законы субъективного времени, мы попадаем в Поток Великих Циклов — Поток Вечного Счастья! **ИИ**

Вот лишь одно из имен Времени:

Кронос (Сатурн)

Кронос — в древнегреческой мифологии один из титанов, родившихся от брака бога неба Урана и богини земли Геи. Он поддался на уговоры матери и оскотил своего отца Урана, чтобы прекратить бесконечные рождения его детей. Во избежание повторения судьбы отца Кронос стал проглатывать всех своих отпрысков. Но в конце концов, его жена не выдержала подобного отношения к их потомству и дала ему проглотить камень вместо новорожденного. Гея спрятала сына, Зевса, на острове Крит, где он и вырос, вскормленный божественной козой Амалфеей. Его охраняли куреты — воины, которые заглушали плач Зевса ударами в щиты, чтобы Кронос не услышал.

Возмужав, Зевс сверг своего отца с трона, заставил его исторгнуть своих братьев и сестер из чрева и после продолжительной войны занял его место на светлом Олимпе, среди сонма богов. Так Кронос был наказан за свое предательство. В римской мифологии Кронос (Хронос — «время») известен как Сатурн — символ неумолимого времени. В Древнем Риме богу Кроносу посвящали празднества — сатурналии, во время которых все богатые люди менялись со своими слугами обязанностями и начиналось веселье, сопровождаемое обильными возлияниями.

Концепция Храма Времени

Храм Времени, как и другие Храмы, создан для того, чтобы помочь нам в познании себя через одно из проявлений этого мира — Время.

Основные задачи Храма Времени — способствовать пониманию того, что такое

Время (исследовательская), и научить человека использовать его свойства (практическая).

Не претендуя на полный охват работы Храма Времени, выделяю несколько областей его деятельности.

1. Цикличность

Все процессы, происходящие на Земле, цикличны. И жизнь человека, естественно, подвержена этой цикличности. Циклы эти могут быть связаны с движением небесных тел (лунный, солнечный), а могут быть и собственные (биологические ритмы), на первый взгляд не сильно связанные. Храм Времени изучает эти циклы и составляет календари и рекомендации к ним.

Наиболее известен и изучен сейчас лунно-солнечный календарь. Но и с ним нужна исследовательская работа — составление и сбор анкет, где отмечаются параметры разных состояний — психических и физических —

по лунным дням. А затем эта база обрабатывается и выдаются рекомендации — в зависимости от типа человека, места проживания, рода занятий. Большинство известных сведений по лунным дням либо устарело, либо имеет субъективную природу.

Большую помощь в изучении цикличности мог бы оказать анализ исторических событий, статистических закономерностей в экономике, происшествиях, стихийных бедствиях, катастрофах и тому подобном. Хорошо известный пример: после анализа исторических текстов Николай Фоменко сделал вывод, что история сильно повторяется.

2. Астрология

Астрологическую науку можно также считать исследованием цикличных закономерностей, хотя на мой взгляд она несколько сложнее и разнообразнее.

Главное — что в астрологии любое событие рассматривается исходя из положения планет в момент, когда это событие

произошло. То есть отправной пункт — это время. На основании этого уже и даются ответы на все вопросы — каким человек родился, какие в нем заложены способности, черты характера, предрасположенности, каким примерно будет его жизненный путь. С помощью различных комбинаций можно

рассчитывать и рекомендации на любой промежуток времени для человека и группы людей.

Более полный разворот предмета астрологии, я думаю, лучше выделить в отдельную статью.

Остановлюсь коротко на проблемах современной астрологии. На мой взгляд, ей не хватает хорошей научной базы, поскольку астрологическая концепция застыла сейчас на уровне XVII-XVIII веков и практически не использует ни новейшие астрономические открытия, ни изучение изменений в энергетических потоках вокруг Земли. Нужны как смелые гипотезы и модели, так и детальное исследование статистического материала. По большей части астрологи работают бессистемно, по старинке, а разные астрологические школы мало взаимодействуют друг с другом. Не последнюю роль здесь играет и слепое отрицание классической научной школой астрологии как науки, хотя времена сейчас стремительно меняются.

3. Предсказания

Различные техники предсказаний известны с древнейших времен (кости, карты таро и другие, И-Цзин, гадание на кофейной гуще, маятник, опять же астрология). Большинство из них используют тот факт, что прошлого и будущего как такового отдельно от нас не существует, что они присутствуют одновременно, а значит, можно получить более или менее полную информацию о том, что будет. В практическом смысле предсказания, что бы о них ни говорили, очень нужны людям — для того, чтобы ориентироваться в ходе событий и как-то планировать свои действия. Естественно, любое предсказание должно учитывать свободу действий человека и по сути можно проводить аналогию с географическими картами: местность известна, а куда именно пойдет человек — это уже его личное дело. В теоретическом — было бы очень интересно исследовать насколько совпадут предсказания, полученные разными способами, и какую роль играет в них личность предсказателя, научиться влияние этой самой личности убирать.

«Храм Человека»

медитации, исследовательская работа

Храм Я

Исследование внутреннего мира, состояний, эмоций, потока наших мыслей

Храм ТЕЛА

Исследования, наблюдения и разработка рекомендаций по терапии методами йоги

Храм СМЕРТИ

Исследует состояния «до», «в момент» и «после» смерти
Оказывает психологическую помощь уходящим и членам их семей.
Помогает ушедшим в процессе перехода

Храм ВОЖДЕЛЕНИЯ

Имеет дело с чувственно-эмоциональной составляющей нашей жизни и исследует Вожделение Человека ко всем аспектам Жизни в бесконечном объеме и диапазоне

Храм ВРЕМЕНИ

Исследует движение энергии в мире и в самом человеке.
Наблюдает естественные космические и земные циклы и ритмы.
Изучает свойства времени

www.wop.ru

Москва
(495) 542-14-11

Санкт-Петербург
(812) 577-16-51

4. Банк Времени, ускорение и сжатие времени и другие эффекты

Время имеет нелинейную природу, и мы можем это свойство использовать на практике. Если нам хочется — можем ускорить ход времени или замедлить, увеличить или уменьшить реальное количество часов в сутках, сократить время на дорогу или же увеличить объем времени для конкретного дела. Конечно, это не так-то просто — оперировать со временем. Задача Храма

Времени — изучать ход времени, как меняется его скорость в зависимости, к примеру, от фазы Луны, и как на него воздействовать.

Банк Времени, в котором любой человек может взять время для своих личных нужд, с тем чтобы потом вернуть его обратно. Или же положить образовавшееся личное время, чтобы воспользоваться им потом по необходимости.

5. Изучение времени в разных местах Земли

Время и Пространство тесно связаны между собой, и в разных уголках нашей планеты время течет по-разному. В крупных городах оно, как правило, стремительно несется, а в глубинке почти замирает. Не только скорость, но и сам характер времени, причинно-следственных связей в разных местах может быть разным. Эта область пока нуждается в своих исследователях.

Есть места, где встречаются временные аномалии и временные артефакты. В аномалиях время может очень сильно изменить

свои свойства. Теоретически могут быть области, где можно время почти остановить либо выпасть в прошлое или будущее.

На практике можно заниматься не только поиском и изучением этих мест, но и сбором разных слухов, многие из которых могут потом подтвердиться.

В далеком прошлом люди могли создать предметы, сильно меняющие течение времени вокруг себя. Интерес представляют и исследования календарей и обсерваторий древних народов для наблюдений за небом.

6. Путешествие во времени

Исходя из того, что время — это одно из свойств человеческого сознания, можно с помощью мысли перемещаться в нем, исследуя разные его области. Машина времени возможна скорее внутри своего собственного сознания, но и такой опыт может дать нам ключ к понимаю свойств времени, и значит, себя. Хотя возможно

допустить и перемещение во времени тела — некоторые утверждают, что через дыры во времени ежегодно переходит несколько тысяч человек.

Используя пространственно-временные аномалии, можно было бы поставить серию экспериментов с перемещением во времени.

7. Что такое Время?

Думаю, чтобы дать ответ на этот вопрос, необходимо изучить время в различных плоскостях — научной, практической, философской, духовной. Задача Храма

Времени — не только изучение уже известных свойств времени, но и открытие новых горизонтов и неожиданных направлений.

8. Информационные источники

И, конечно, большой задачей является освещение предмета со всех сторон в СМИ, литературе, на конференциях, семинарах, фестивалях, во всех доступных средствах

информации. Постепенное изменение представлений о времени будет способствовать изменению сознания человеческой цивилизации в целом. **НИ**



Личное время

В конце XVIII века директор Гринвичской обсерватории в Англии — МАКСЛАЙН уволил помощника: его данные о перемещении звезд по небосводу отличались от значений, полученных им самим. На целую секунду. Спустя 25 лет немецкий астроном Фридрих БЕССЕЛЬ оправдал несправедливо пострадавшего английского коллегу.

Он доказал: в природе нет двух астрономов, чьи временные отметки совпадали бы полностью. Все наблюдатели регистрируют момент прохождения звезды через перекрестие линий, которое видят в окуляре телескопа, строго индивидуально: одни — чуть раньше, другие — позже. Разница в этих показаниях получила название «личного времени».

А недавно было установлено, что эта погрешность зависит от возраста, темперамента, состояния здоровья наблюдателя и даже температуры воздуха в обсерватории.

— 50-летний Макслийн и его 30-летний помощник в принципе не могли указать одно и то же время, — подчеркивает психолог Питер МЕНГЕН из Вирджинского университета, — Разница всего в секунду неправдоподобно мала: расхождение могло быть и вдесятеро больше, поскольку в пожилом возрасте восприятие хода времени иное, нежели в молодые годы...

Психолог провел весьма наглядный опыт. Он разбил испытуемых на три возрастные группы и попросил каждого участника нажимать кнопку всякий раз, когда, по его мнению, пройдет 3 минуты. Оказалось, точнее всего определяют временные интервалы молодые люди лет 20. Лица среднего возраста, как показал итоговый пересчет, оценили тот же временной интервал в 3 минуты 16 секунд, пожилые — в 3 минуты 40 секунд! Когда же исследователь повторил эксперимент, но при этом усложнил его, попросив испытуемых сортировать письма, погрешность в оценках резко возросла. Молодые люди стали ошибаться в среднем на 46 секунд, а пожилые — на 1 минуту 48 секунд.

— Чем старше человек, тем больше он переоценивает прошедшее время. Оттого ему и кажется, что с годами оно все ускоряет свой бег...

Впрочем, не только возраст определяет точность чувства времени. Усталость, нервозность, увлеченность могут заметно исказить восприятие течения времени. На внутренние часы человека влияет температура — и окружающей среды, и его тела. Когда человек заболевает, у него начинается жар, время для него начинает тянуться невыносимо долго. Особенно мучительно такое состояние ночью, когда «никак не наступает утро».

Последние опыты позволили уточнить среднюю статистическую погрешность в таких случаях. Если температура у человека повышена на 2–3 градуса, то минутный интервал он отмечает с ошибкой в 35 секунд. Это является прямым следствием того, что при повышенной температуре многие процессы в организме протекают быстрее. Причем данное явление наблюдается и тогда, когда здоровый человек находится на жаре.

С помощью снижения температуры можно добиться обратного эффекта: если «охладить» человека на морозе на те же 2–3 градуса, то уже через 30 секунд ему покажется, что прошла минута.

Выясняя, почему ход объективного универсального времени воспринимается людьми по-разному, ученые пришли к выводу, что в первую очередь это объясняется разной скоростью обменных процессов в организме. Кроме того, как показали исследования доктора Лоры КЛЯЙН из Пенсильванского университета, «разночтения» связаны с выработкой таких гормонов, как кортизол и вазопрессин, которые влияют на ощущение хода времени. Именно из-за них влюбленным кажется, будто минуты свидания пролетают слишком быстро... **НН**

По материалам сайта buuu.ru.

*Полная ссылка на материал:
buuu.ru/nepoznannoe-anomalii/anomalii-v-techenii-vremeni.html*

Будь в настоящем времени!

Как во всем мире считают время? Почему время сдвигается при перелетах и переездах?

Наша Земля — шарообразная и непрерывно вращается вокруг своей оси. Поэтому одно и то же небесное явление — например, верхняя кульминация Солнца (самая высшая точка), или солнечный полдень, наступает в каждом пункте в разное время, в зависимости от географической долготы этого пункта.

Вначале вспомним несколько названий и цифр из географии.

Географический меридиан — это линия пересечения земной поверхности с плоскостью, проходящей через земную ось. Угол между меридианом, проходящим через данную точку, и нулевым меридианом называется географической долготой. За нулевой меридиан принят так называемый Гринвичский меридиан, проходящий через Гринвичскую обсерваторию (в предместье Лондона).

Долготу измеряют в угловых градусах, полная окружность — это 360 градусов. Один оборот Земля вокруг своей оси делает за 24 часа, поэтому 1 час соответствует 15 градусам ($15 = 360 / 24$).

Мы время считаем по Солнцу, беря за основу солнечную полночь — это нижняя кульминация Солнца, или когда Солнце находится в своей самой нижней точке на небе. Этот момент считается за начало истинных солнечных суток, за 0ч 0м 0с. Иногда бывает удобнее мерить время

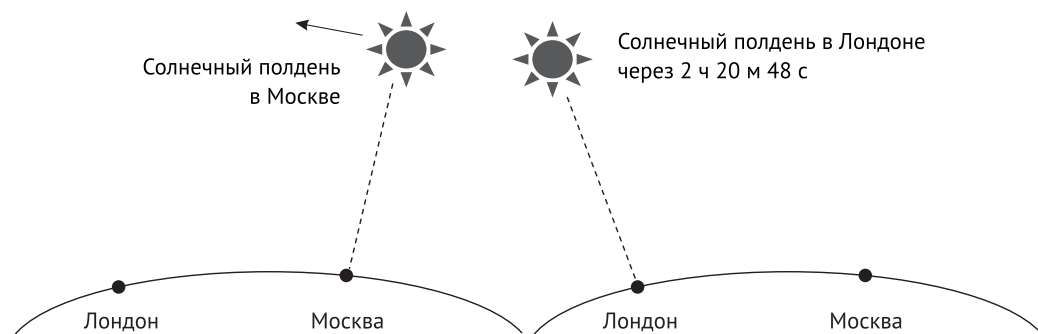
от солнечного полдня — верхней кульминации, когда должно быть 12:00 по истинному солнечному времени. Его, в отличие от полночи, нетрудно измерить. Достаточно поставить вертикальный шест (пользуясь отвесом) и измерять его тень. В момент, когда длина тени от шеста будет минимальна, и наступит истинный солнечный полдень.



В точках, расположенных на разной долготе, истинный солнечный полдень наступает в разное время. Нетрудно догадаться, что эта разница по времени соответствует разнице между точками по долготе, причем 15 градусов соответствуют 1 часу.

Например, Москва находится на долготы $37^{\circ}35'$, а Гринвич — на долготы $0^{\circ}00'$, что соответствует разнице в 2ч 30м 48с. Гринвичское время обозначается как UTC (Всемирное координированное время).

Суточное движение Солнца



Однако, если каждый раз при небольших переездах пересчитывать время, это будет очень неудобно. Представьте, что вы поехали из Москвы в Петушки. Долгота Петушков — $39^{\circ}28'$, и разница с московским временем будет $1^{\circ}53'$, что соответствует $1,8833/15 = 0,12555 \text{ ч} = 7,5 \text{ мин}$. То есть, если вы позвоните из Петушков в Москву и будете договариваться о встрече, или будете смотреть телепередачу из Москвы, вам придется все свои действия пересчитывать на 7,5 мин.

Поэтому в 1884 году резолюцией международной меридиальной конференции в Вашингтоне было рекомендовано поясное время. Весь земной шар делится, как на дольки, на 24 равные части по долготе, каждая часть занимает примерно 15° или 1 час. Внутри этих поясов время считается одинаковым и равным местному времени середины пояса. Середина нулевого пояса находится на Гринвичском меридиане. Для облегчения счета времени границы поясов проходят по рекам, административным границам и т.п., поэтому пояса могут выглядеть достаточно неровно. Внутри одного пояса разница между поясным и истинным солнечным временем не должна превышать 30 минут, если пояс построен правильно.

Не все государства приняли мировую систему часовых поясов до сих пор. В некоторых странах есть дробные часовые пояса — например, в Каракасе смещение составляет $-4:30$, в Ньюфаундленде $-3:30$,

в Тегеране $+3:30$, в Афганистане $+4:30$, в Индии и Шри-Ланке $+5:30$, в Мьянме $+6:30$, в Центральной Австралии $+9:30$, а в Непале даже $+5:45$.

Летнее время — время, сдвинутое на 1 час вперёд относительно времени, принятого в данном часовом поясе. Оно вводится во многих странах в летний период, официальная причина — «с целью экономии электроэнергии на освещение». В зимний период время «сдвигают» обратно, возвращаясь к «зимнему времени».

Теперь немного об истории счета времени в России.

В дореволюционную систему часовых поясов не принималась, так как считалось, что она приведет к утрате самобытности России.

1 июля 1917 года. Временное правительство издает Декрет о введении летнего времени. После этого уже новая власть ежегодно издавала указы о переходе на летнее и возврате на зимнее время.

Летом 1919 года Совет Народных Комиссаров РСФСР ввёл в стране международную систему часовых поясов. Москва при этом была отнесена ко второму поясу (UTC + 2). В это время действовал режим летнего времени, которое было введено еще в 1917 г. (переход летом на UTC + 3).

16 июня 1930 года особый Декрет Совнаркома отменил переход на летнее время и перевел часы на один «декретный» час вперёд. После этого вся страна стала жить на один час вперед относительно мировых

часовых поясов. Таким образом, наше декретное время — это, по сути, продленное на весь год летнее.

1 апреля 1981 года. В СССР снова вводится летнее время, но уже в дополнение к «декретному», то есть в летнее полугодие страна стала жить на 2 часа впереди поясного времени.

Февраль 1991 года. Во всем СССР отменяется декретное время «в связи с обращениями правительств союзных и автономных республик... Советов народных депутатов».

Октябрь 1991 года. Возвращается декретное время на территории России в связи с тем, что эта реформа «вызвала недовольство населения и привела к увеличению расхода электроэнергии».

12 ноября 2009 года. Президент РФ Дмитрий Медведев в Послании Федеральному собранию пишет о необходимости рассмотреть целесообразность переходов на летнее и зимнее время.

28 марта 2010 года. Пять регионов (Чукотка, Камчатская, Кемеровская и Самарская области, Удмуртия) переводятся на время более западного часового пояса, что равноценно отмене для них декретного времени.

5 августа 2011 года по «Закону об исчислении времени» вследствие отмены перехода на летнее время Москва осталась в летнем времени (не перешла на зимнее), то есть как бы перешла ещё на один час вперёд относительно поясного времени, таким образом в Москве время стало UTC + 4 и в результате всех изменений в совокупности стрелки оказались переведёнными на 1 час вперёд относительно наиболее удобного и естественного поясного времени. Это легко увидеть по солнечному полдню. Он наступает сейчас около 13:30, а если бы Москва оставалась в зимнем времени, то солнечный полдень был бы в 12:30, что ближе к естественному ходу времени.

Каков же пояс для Москвы? Москва находится почти на стыке двух поясов — двух- и трехчасового, больше заходя, все же, в трехчасовой (напоминаю, разница с Гринвичем — 2 ч 30 м 48 с). Кроме того, существует международное правило, что

если граница часового пояса делит регион на 2 части, то здесь обычно устанавливается время того пояса, который расположен восточнее. Поэтому часовой пояс Москвы — третий, и разница с Гринвичским временем (UTC) по общемировым правилам должна быть 3 часа.

Из-за смещения часов москвичи сейчас вынуждены постоянно просыпаться и ложиться на час раньше. Если летом это не так заметно (в силу большей продолжительности светлого периода суток), то зимой столь ранний подъем создает большие психологические неудобства. Если получасовое смещение от биологического времени (по которому живут животные и растения) не столь заметно, то полтора часа — уже весьма чувствительная величина. Если периодический переход на летнее время и обратно еще можно было как-то объяснить экономией электроэнергии (хотя, по данным некоторых исследований, экономия весьма сомнительная), то постоянное смещение на один час объяснить довольно сложно.

Еще большую нагрузку испытывают жители Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Долгота Санкт-Петербурга 30°15', что очень точно соответствует второму часовому поясу. Но там сейчас установлено московское время, то есть разница с поясным временем составляет целых два часа!

И совершенно непонятны причины таких изменений в России. Если летнее время можно было как-то связать с экономией электроэнергии, то два часа прибавленных зимой эту экономию могут запросто съесть. А на экологию человеческого сознания и взаимоотношения человека с природой такой сдвиг влияет коренным образом.

При двухчасовом опережении поясного времени, которое более близко к времени природному, астрономическому, детям и взрослым приходится просыпаться на 2 часа раньше. В результате, например, школьники Санкт-Петербурга будут зимой просыпаться ежедневно на три-четыре часа раньше восхода Солнца вместо прошлых двух-трех, а школьники Москвы — на два-три часа.

Рассинхронизация с биологическими часами вызывает накапливающуюся

хроническую усталость людей, неизбежно возрастает количество заболеваний, преждевременной инвалидности и преждевременных смертей. Двойной «декретный час» увеличит число аварий, катастроф и ДТП, которое и сейчас превышает средний мировой уровень в 2-3 раза. Может возрасти тяга к табаку, алкоголю и наркотикам как к временным и ложным средствам преодоления усталости и стресса.

Следовательно, быстрее будут разрушаться нервная, иммунная, эндокринная, сердечно-сосудистая и другие жизненно-важные системы человека, будет ослабляться воля людей к жизни, их сопротивление внешним вредным влияниям, усыпляться и подавляться их совесть, что приведет к дальнейшему падению общественной морали и нравственности и, как следствие, к росту преступности. Из-за резкого ухудшения

не только физического, но и психического здоровья детей возрастет их агрессивность, нежелание учиться и пропадет интерес к жизни.

На наш взгляд, введенная система счета времени значительно хуже действовавшей в прошлом.

Поэтому есть предложение: вернуть поясное время, наиболее близкое к местному, а также пересмотреть границы часовых поясов в разных регионах для приведения их к большему соответствию с истинным местным временем. На наш взгляд, это разумно и экологично!

Как вариант, можно рассмотреть введение дополнительного часового пояса для Москвы +2ч. 30мин. от Гринвича. Все-таки это столица огромной территории, а по долготе Россия является самой протяженной страной мира! **НИ**

Т

регор Хмара

Двадцать лет ведет занятия в группах йоги и цигун, член Межрегиональной просветительско-оздоровительной общественной организации «Крылья совершенства» (Школа йоги). Практикует массаж как форму целительства. Проводит обучение объемному массажу на курсах. Занимается исследованием времени в Храме Времени. Автор запатентованного метода «Объемный массаж» и других оздоровительных методик, книг «Самоучитель массажиста — 14 уроков массажа», «Биоэнергетический атлас человека», «Сотвори свою фигуру».

Смотрите далее его статью «Время и плотность энергии».



Время и плотность потока энергии

Время интересует всех — часы есть на руке большинства людей, чтобы не пропустить, например, важные события. Но знаем ли мы природу времени? Этот вопрос несправедливо находит не столь широкий отклик. А время — из фундаментальных основ мира, его энергетической природы, и для нас, существ энергетических, время играет более важную роль, нежели роль обычного мерил интервалов между событиями. На практике людей устраивает линейное представление о времени, однако сегодня приоткрываются новые грани жизни и время поможет их понять и принять, но прежде необходимо понять само время.

Время и энергия все очевиднее являют нам свою связь. Мы говорим о течении времени, наблюдая, как из одних событий вытекают другие. Причина и следствие, начало и окончание, прошлое и будущее дают направленность времени, все предопределено этим строгим ходом событий. Но так рассматривали жизнь во времени, когда фундаментальные законы были скрыты от сознания большинства людей, в том числе и ученых. Время определялось как геометрический параметр в четырехмерном пространстве-времени и только. Физическими свойствами время не наделялось, хотя многие на себе прочувствовали, как изменение хода времени меняет ритм жизни. Оно может бежать, замедляться, и жизнь человека то переполняется событиями, то замирает в созерцательной неспешности. Время связано с передачей энергии. Например, между частями какой-то системы произошло взаимодействие, протекла энергия, которая пошла на создание чего-то третьего, из причины родилось следствие, и время

подвинулось из прошлого в будущее. Если нам захочется повернуть ход времени и вернуться в прошлое, то надо будет отдать энергию, но кому или чему? Тех участников прошлых событий уже нет, их прежде надо воссоздать, чтобы произвести обратный расчет, а на это опять нужна энергия. Получается, что сильно опоздали с обратными расчетами.

Таким образом, по законам материалистической науки нет прямого способа передать энергию от следствия к причине и изменить тем самым ход времени. Но новая эпоха сказала: мысль материальна! Мысль и раньше была материальной, но не было осознанной воли, способной направить и удержать мысль на конкретном объекте. В широком человеческом сообществе не было: уникальные мастера, владеющие этим искусством, были всегда, они и о природе вещей знали больше других, и о времени тоже. Мысль материальна! Мысль — вот носитель энергии, который способен внести изменения во взаимодействия объектов, сколь бы удаленными друг от друга они ни были, не только в пространстве, но и в прошлом или будущем.

При этом, передается все-таки энергия: время характеризует условия этой передачи и определяется объемной плотностью потока энергии, то есть количеством энергии произведшей работу с объектами системы в единице объема взаимодействия. Действующие лица некоего события, получая энергию из внешнего источника (даже такого удаленного, как в нашем примере), могут прожить ситуацию на иной плотности энергетических обменов, то есть в другом времени. Оно уплотняется или разрежается

вслед за изменением плотности потока энергии от одного объекта системы к другому. Время — характеристика системы **ВЗАИМОДЕЙСТВУЮЩИХ** элементов. Это могут быть частицы вещества в физическом эксперименте, два человека, объединившиеся в семью, много людей, образующих государство, цивилизацию, и видимая вселенная в целом. У каждого сообщества свое время. Времена могут совпадать и сильно отличаться — все определяет энергия, пришедшая в движение, а не отложенная про запас в виде энергетического потенциала, и этим движением творятся изменения, а значит — время.

У камня, горы энергии много, но она скрыта от взаимодействия с окружением и его время тянется долго. Но стоит шевельнуться тектоническим плитам, или огню подняться ближе к поверхности из недр мантии, тут начинается другая жизнь и другое время.

У людей тоже по-разному бывает. Вот они только познакомились: сколько эмоций, слов, чувств, действий. Люди узнают друг друга и бурно обмениваются энергией. Время летит — год за пять лет, будет что вспомнить в старости. Но вот те же люди, познавшие уже, что они счастливо совпали, подошли друг другу, поток их энергии един и нет необходимости перекачивать энергию в выяснениях отношений — их время остановилось, а окружающим видится счастливая пара.

Быстрого и замедленного времени в жизни много, а часы всегда движут свои стрелки в одном ритме, потому что они показывают линейное свойство времени отмечать промежутки между событиями, соотносясь с известными в природе циклами жизни. Время больше, чем линейный параметр, оно динамическая характеристика, описывающая живой процесс взаимодействия энергий.

Система может бурлить внутри, но если ничто не выходит за ее пределы — ни лучика, она замерла для внешнего наблюдателя, ее внешнее время нулевое. Но у нее есть и внутреннее время, которое известно каждому участнику событий. Из физики мы знаем меру неупорядоченности системы — энтропию. Замкнутая система, то есть не взаимодействующая с внешним миром, предоставленная себе самой, рано или поздно потеряет свою упорядоченность. Энергия системы усреднится, а ее жизнь упростится до минимализма. Говорят, что энтропия такой системы возросла, в ней стало больше хаоса и неорганизованности. Чтобы создать в этой системе какой-то порядок, нужна энергия из внешнего источника, своими силами ей не справиться. Время в наших представлениях говорит о другой стороне жизни системы, оно характеризует интенсивность энергетических обменов между частями системы. Даже если система уже утратила свою упорядоченность, она не умерла и внутренние энергетические обмены продолжают. Это время скучной усредненной жизни без всплесков и ускорений, без остановок и тишины.

*Мысль — вот носитель
энергии, который способен
внести изменения
во взаимодействия объектов,
сколь бы удаленными друг
от друга они ни были,
не только в пространстве,
но и в прошлом или будущем.*

Таким образом, время в системе определяет объемная плотность потока энергии, то есть энергия, протекающая в единице объема. Направленное перетекание энергии через выделенные площадки определяется плотностью потока энергии и дает время взаимодействия объектов.

Внутри человеческого тела энергия движется по каналам и действует объемно. Если человека распалил гнев или страх заморозил до корней волос, эти движения энергии ощущаются во всем теле — многим знакомые состояния. Они объемны и обнаруживаются ощущениями в каждой клеточке тела. Разные энергии, и разное

в них течение времени. Когда человек расслаблен, он открыт к восприятию свободной энергии и свободному течению энергии — связь с окружением неразрывна, а человек чувствует наполненность и легкость. Его время замедляется. Но вот человека вовлекают в активное взаимодействие,

он откликается, действует, а мир вокруг вновь становится неоднородным: где-то излишне активным и формирует индивидуума по образцам эпохи, где-то пустота от него самого требует дополнительной активности. А энергия человека снова запирается в руслах каналов и перетекает по внутренним связям, плотности ее потоков возрастают и время ускоряется. Вспомните, как быстро течет вода в горной речке, зажатой тесным ущельем. Так мы и живем, переходя от медленного времени к быстрому и обратно, а часы продолжают свой счет секунд между событиями.

Что связывает события между собой? Или наша жизнь состоит из цепочки независимых меняющихся энергетических состояний — состояния меняются, события происходят. Вспомним третий фундаментальный закон — закон ответственности. Каждый в ответе

за все! Каждый — это любое живое существо во вселенной, а живое вокруг все. Если какие-то действия человека произвели изменения в окружающем мире, меняется энергетический фон вокруг, который и его самого вынуждает к отклику и изменениям. Любой одномоментный акт взаимодействия приводит к обмену энергией, пусть малая ее доля, но перетекла от одного объекта к другому или обратно. Результат этого взаимодействия новая ситуация, которая породит новые действия. Так взаимодействия ткнут ткань жизни и запускают ее движение из прошлого в будущее.

Будущее и прошлое — некие энергетические потенциалы, и между ними возникает поле, которое подвигает человека по своим силовым линиям от одного состояния к другому, из прошлого в будущее.

Время — характеристика системы взаимодействующих элементов.



Достижения современной науки, захватившей сознание практически всех людей земли, часто пребывают в конфликте с гуманитарной, моральной и духовной составляющими жизни.



Но ведь нет ни прошлого, ни будущего, можно только поде-ржать в руках то, что явилось из прошлого в наш сегодняшний момент и неизбежно уйдет в будущее, однако сила, влекущая в этом направлении, реальна и действует. Значит, энергия сохраняет нам прошлое и знает наше будущее, а мы, пребывая в этом поле, неуклонно перемещаемся по стреле времени. Закон ответственности неумолимо требует смены причин следствиями и подвигает человека из прошлого времени к будущему. Но можно ли вернуться к прошлому, чтобы изменить начальные условия и придти к другому настоящему? Локальные законы физических полей удовлетворяют требованию симметрии во времени: вроде бы есть отличная от нуля вероятность чашке, упавшей со стола собраться из осколков в целую. Но жизненный опыт неумолим: упала, так упала. Однако за кадром остался вопрос: почему чашка упала? Для физики сознание человека идеалистично, энергии, которыми оперирует сознание, не поддаются измерению, значит их нет и не стоит рассматривать в физическом опыте с чашкой. И все-таки чашку кто-то толкнул, может сам экспериментатор? Человек волен, изменить условия эксперимента — не захотеть сбрасывать со стола красивую чашку, тогда у всех участников этих событий будет другое будущее.

Изучая физический мир, люди создали теории, позволяющие строить атомные реакторы и другие сложные аппараты, но вот разрушать или нет окружающую среду в этой созидательной деятельности, может решить только сам человек. Значит, физическая теория должна принимать к рассмотрению и энергии самого человека, проводящего опасный эксперимент. Эти энергии может воспринимать живое существо, но не обнаруживает бессознательный,

хоть и тоже живой физический прибор. Но есть фактор, регулирующий и тонкие энергии, — закон ответственности. Этот закон неотвратимо приводит каждого человека и всю цивилизацию в другие энергетические обстоятельства, другое время — в мир следствий. К каким следствиям идти каждый выбирает сам. Многие помнят, как уплотнилось время после чернойбыльской катастрофы, жизнь людей пошла по другому времени. И что же, имело ли наше прошлое варианты? Практически нет, если рассматривать глобальную историю. Но в частности вариации более допустимы, они управляются меньшими потоками энергии. Достижения современной науки, захватившей сознание практически всех людей земли, часто пребывают в конфликте с гуманитарной, моральной и духовной составляющими жизни. Уравновешивающей силы гуманитарного потенциала сегодня не хватает, чтобы защитить людей от них же самих, от незрелости и безответственности, потому катастрофические следствия все-таки происходят в нашей жизни, такова воля энергии, создающей наше сегодня.

А время может быть только настоящим, каждый человек ощущает плотность настоящего потока. В прошлом остаются воспоминания о нем, будущее может быть любым, поскольку мы вольны совершить любой выбор. Вольны, но не совершаем, потому что главные силовые потенциалы меняются медленно, надо еще поработать уравновешивающий полюс духовности. Каждый отдельный человек имеет возможность создавать свое будущее, имеет, но часто не хочет, не обнаруживает в своем настоящем мотивов к реальным изменениям. Потому так фатально предопределено будущее многих, вплоть до даты... Только свободный человек творит свое будущее, потому что он отвечает за свое прошлое и живет в настоящем в согласии со временем. **НИ**

Относительность времени в халасане и мягком кресле

Подобно свету, обладающему одновременно свойствами волны и свойствами корпускулярной частицы, время характеризуется как абсолютной, так и относительной величиной. Абсолютность времени как последовательности течения процессов доказана экспериментально на примере распада атомов трансурановых элементов. Относительность времени как физического параметра выведена теоретически Альбертом Эйнштейном и доказана экспериментально лишь для отдельных систем, опытами на циклических ускорителях и в тороидальных магнитных камерах. Нас, как адептов практик самосовершенствования, интересует в первую очередь время субъективное, время нашего восприятия, и его влияние на время изменений в нашем теле, сознании и нашей духовности.

Абсолютно ли время субъективное? Ответ очевиден — конечно же, нет. Рассмотреть поподробнее относительность субъективного времени на примерах феноменов личного времени поможет версия о наличии у человека помимо телесной нескольких оболочек, сформулированная в свое время Свами Наранджананандой Сарасвати. Лишь осознав единство пяти основных сущностей человека, можно как-то понять те связанные с субъективным временем феномены, которые время от времени наблюдаются в человеческой практике.

Феномен замедленного или ускоренного старения

Статистика накопила достаточно информации о случаях ненормально большой и ненормально малой продолжительности жизни человека, никак не связанных с наследственностью, заболеваниями или образом жизни. Уинстон Черчилль прожил 91 год, занимаясь активной политической деятельностью, не ограничивая себя от вредных привычек и не особенно напрягаясь на спортивные занятия. В то же время известно достаточно случаев, когда люди, не подверженные влиянию вредных привычек, старательно оберегающие свое здоровье, уходили из жизни в возрасте 60–65 лет. Большинство опросов, проведенных среди долгожителей, обращают внимание на одну общую для них черту — их отношение к окружающему миру. Они все, на протяжении всей жизни, говоря простым языком, «не нервничали». Даже в самые трудные для жизни периоды — войны, природные катаклизмы, — даже находясь на самой «нервной» работе, эти люди сохраняли внутреннюю гармонию, спокойствие. С точки зрения физиологии очень обычно — процессы в нервных тканях влияют на все остальные и чем спокойнее человек, тем он дольше живет. Но с точки зрения субъективного течения времени получается, что любые сильные эмоции — как негативные, так и позитивные, — «растягивают» время в витальном теле за счет сокращения времени в теле физическом. А значит, обретая ровность эмоций, мы обретаем баланс течения времени в витальном и физическом телах, тем самым увеличивая продолжительность времени для тела физического.

Феномен кратковременного изменения личного времени

Известна масса случаев, когда даже неподготовленные люди, попадая в критическую ситуацию, действовали необычайно быстро и верно. С физиологической точки зрения изменение состояния вызывается повышением адреналина, стимулирующего нервные реакции. С точки зрения сознания самого действующего — время замедляется. Не ускоряется восприятие, а именно замедляется личное время — могу подтвердить не только со слов других, но и своим личным опытом. Я несколько раз проваливался под лед зимой, но только один раз было страшно. Неосознанный страх был вызван необычным звуком тонкого льда — звонким гулом под ногами. Впечатление было такое, как будто шел по тонкому фанерному листу над пропастью — глубина в том месте около двенадцати метров. Лед треснул не постепенно, но провалился сразу куском, буквально исчезнув из-под ног. Много ли времени надо человеку ростом в метр восемьдесят, чтобы погрузиться в воду по пояс? Думаю, пара секунд, не больше. За это время я успел развернуться на 180 градусов, снять с плеча рюкзак, отбросить от себя рюкзак и ледобур и упереться в край льда руками. Дальше — дело техники: перенос веса на грудь, ноги на лед, пару перекатов и стойка на коленях. Намок даже не по пояс, а немного ниже. Но личные впечатления были именно такими — время замедлилось. Я действовал без спешки, как обычно, но получилось, если проанализировать события, очень быстро. Думаю, что толчком к изменению состояния был именно испуг. Уже много после узнал, что в некоторых видах боевых искусств проводят специальную подготовку бойца на управление личным временем. Стало быть: субъективное течение времени, в том числе и времени тела — плод состояния духа. Состояние духа определяет состояние сознания, а сознание управляет телом. Все связано.

Феномен долговременного изменения личного времени

Медицинская практика описывает множество околосознательных состояний человека, вызванных нарушениями работы центральной нервной системы: различные виды комы, летаргический сон, временная потеря сознания и так далее. Однако сведения о впечатлениях пациентов во время измененного состояния сознания крайне скудны. Проведя кратенькую «переключку» по этому вопросу на интернет-форуме, обнаружил некоторую закономерность — чем глубже изменение состояния сознания, тем быстрее протекает личное время человека. Очень похоже на сон — чем глубже сон, тем меньше человек воспринимает. Уснул — проснулся, и ничего посередине. Полная потеря сознания в результате шока: отключился — включился. Как лампочка: только остается смутное ощущение, что там все-таки что-то было. Однако, люди, пережившие состояния промежуточные, вызванные либо нервным срывом либо физическими причинами, отмечают, что время в этих состояниях проходит субъективно-быстрее, чем при нормальном состоянии сознания. Физиологически — частичное или полное отключение функции сознания в пользу тела. Свообразная защита высшей нервной системы от перегрузки, вызванной неполадками в теле. Энергетически — высвобождение ресурса от энергозатратной функции нервной деятельности на восстановление другого участка тела. А виталически? Ведь шоковое состояние может быть вызвано сильным осознанным потрясением, например, дурным известием. И привести к ускорению течения личного времени. Возврат к управлению — от тела к сознанию — в измененных состояниях сознания тоже может изменять время течения физиологических процессов.

Вопрос, который на первый взгляд выглядит некорректно — духовно ли время? Очень хочется поспорить, встать на «цивилизованную» позицию современной физики, вооруженной коллайдерами и радиоуглеродным анализом. Но не встает как-то на эту позицию — время-то духовно...

Хотите поспорить? Проведите полчаса в халасане, тогда поспорим... **НИ**

Вымысел, похожий на правду

По материалам сайта ufo-legacy.ru

Есть множество показаний очевидцев, которые наблюдали, как над морем возле замка Франка-Кастелло возникает огромное «батальное полотно» — сотни людей, сошедшихся в смертельной схватке. Слышны крики, звон оружия. Однажды это явление до смерти перепугало немецких солдат.

Загадочное происшествие имело место на острове Крит во время второй мировой войны. Немецкие солдаты были разбужены приближающимися криками и звоном оружия. Часовые открыли шквальный огонь, но пули не причиняли никакого вреда призракам, маршировавшим над морем. Записи, сохранившие подробности странного нападения, весьма противоречивы.

Байя-Бланка издавна считается зоной существования энергетического туннеля для пространственно-временных переходов и трансформаций. Так, в мае 1968 года доктор Жерардо Видаль и его жена рассказали, что ехали по окрестностям города в своем автомобиле, когда их внезапно окутал густой туман и оба они потеряли сознание. Придя в себя, они увидели, что автомобиль стоит на дороге в совершенно незнакомом месте, все часы остановились, а краска на кузове автомобиля сильно обгорела. Вскоре им стало известно, что очнулись они только через двое суток и находятся в Мексике, за много тысяч километров от Байя-Бланки.

24 сентября 1990 года экипаж норвежского рыболовного траулера (капитан — Карл Йорген Хае) обнаружил в Северной Атлантике айсберг, на котором находилась молодая женщина, одетая в платье по моде начала века. Ее доставили на судно, и она заявила изумленной команде, что является пассажиркой... «Титаника» и чудом спаслась в ночь кораблекрушения. «Она была очень взволнована и время от времени впадала в истерику, — рапортовал капитан Хае. — Она

считает, что после катастрофы прошли всего сутки, что сейчас 15 апреля 1912 года». Винни Коутс, так назвала себя спасенная, выглядела очень похудевшей, изможденной, но не постаревшей. Она утверждала, что вступила на борт «Титаника» в Англии, в Саут-Гемптоне, откуда лайнер отправился в роковое плавание.

«В сумочке, которую она крепко держала в руках, мы обнаружили билет на „Титаник“, — также рассказал капитан Хае. — Женщина ни за что не хотела поверить, что с момента гибели корабля прошли десятки лет. Весь путь до Осло она устраивала истерики, требовала вернуть ее на „Титаник“».

Проверка документов в морских архивах Англии принесла сногшибательное известие: действительно, в списках пассажиров «Титаника» значились имя и фамилия Винни Коутс.

14 июля 1911 года с римского железнодорожного вокзала в круиз, устроенный фирмой «Санетти» для богатых итальянцев, вышел прогулочный поезд. 106 пассажиров осматривали достопримечательности вдоль нового участка железной дороги. Поезд приближался к супердлинному туннелю. И вдруг начало происходить что-то ужасное. По свидетельству двух пассажиров, успевших выскочить на ходу, все вдруг покрылось молочно-белым туманом, который по мере приближения к туннелю густел, превращаясь в вязкую жидкость. Поезд вошел в туннель и... пропал. После этого происшествия туннель заложили камнями, а во время войны в него попала бомба.

Возможно, об этом случае и забыли бы, если бы трехвагонный призрачный поезд не появился... недалеко от села Заваличи Полтавской области на переезде дежурной Елены Спиридоновны Чебрец. Поезд с наглухо закрытыми шторами, открытыми дверями и пустой кабиной машиниста двигался абсолютно бесшумно, давая разгуливающим по полотну кур. **НИ**

Правда, похожая на вымысел

По материалам сайта ufo-legacy.ru

В 1976 году экипаж летчика-испытателя Марины Лаврентьевны Попович во время полета на Ан-12 попал в крайне опасную ситуацию: внутри грузового отсека разгерметизировался топливный бак, на пол разлилось около 4 тонн керосина. Самолет превратился в большую летающую бомбу, готовую взорваться от любой искры. И в этот момент Ан-12 попал в мощный грозовой фронт — яркие вспышки молний окружили беззащитный самолет буквально со всех сторон... В этот-то момент все 12 человек экипажа почувствовали, что их самолет как бы застыл в воздухе, время на борту вдруг замерло...

У другого летчика-испытателя Марка Галлая при испытаниях истребителя Ла-5 пожар в воздухе все же произошел. Впоследствии он так описывал это летное происшествие: «Откуда-то из-под капота выбило длинный язык пламени... Снизу в кабину пополз едкий сизый дым... Дрогнул, сдвинулся с места и пошел по какому-то странному двойному счету масштаб времени. Каждая секунда обрела способность неограниченно, сколько потребует расширяться: так много дел успевает сделать человек в подобных положениях. Кажется, ход времени почти остановился!»

У многих еще не стерлась из памяти показанная по телевидению короткая, в 3–4 секунды, видеозапись, на которой у летящего вблизи зрительских трибун МиГ-29 вдруг отказывает двигатель, самолет клюет носом, уходит в сторону от людей и взрывается на земле. Но мало кто знает, что запись «черного ящика» впоследствии доказала, что пилот Квочур за секунду до катапультирования успел сделать так много операций по управлению неисправным самолетом, что в нормальной обстановке на это могли бы уйти минуты. А рассказ самого летчика-испытателя об этом событии, произошедшем на авиасалоне, занял вообще несколько часов!

Летчик-штурмовик Сергей Иванович Колыбин, вылетая на одноместном Ил-2 в июле 1941 года, конечно, догадывался, что опасное задание может стать для него последним. Но никакого воображения у него не хватило бы, чтобы предсказать свою дальнейшую судьбу: всего через час он станет первым и единственным летчиком, выжившим после наземного тарана; все его бомбы пройдут мимо цели, но, тем не менее, вражеская переправа будет уничтожена; трое суток он провалится, никем не замеченный, в виде кровавого куска мяса; его ждут несколько лет в гитлеровских, а затем в сталинских лагерях... Но тогда он просто вылетел на задание и не выполнил его. Штурмовик был подбит, и фашистские солдаты уже бежали к месту его предполагаемой посадки. Колыбин круто развернул Ил-2 (а вместе с ним — всю свою дальнейшую судьбу) и врезался в мост. Это мгновение он запомнил на всю свою жизнь и о нем мог рассказывать часами. Самолет перед взрывом задел за конструкцию моста крылом и перевернулся. Колыбин вылетел из кабины... и время в его восприятии остановилось: он рассмотрел выражение лиц всех окружающих его гитлеровцев, видел, как некоторые из них пытались выбраться из танковых люков, другие бежали, ложились, хотели спрятаться от языков пламени, но все их движения были чересчур медленными...

Не менее удивительны рассказы солдат, заглянувших смерти в глаза уже в наше время: «Когда на моих глазах шальной снаряд превратил возницу вместе с конем и повозкой буквально в пыль, для меня время полностью остановилось: сколько я просидел без движения — 20, 30, 60 минут — не знаю» (летчик А. Маркуша). «...Я так залюбовался красивым полетом летящей прямо в меня пули, что даже увернуться не догадался, хотя времени для этого у меня было предостаточно!» (капитан Н.З.). **НИ**

Заметки о деньгах на полях времени

Есть такая замечательная компания, название которой «Время — деньги!». Я в ней тружусь... и частенько размышляю о том, что же означает это выражение — «Время — деньги». Здесь — некоторые мысли, меня посетившие.

«Время — деньги» — это Ценность Времени

Время — самое дорогое, что у меня есть, это моя Жизнь. А *Деньги* — измеритель, который человек определил в качестве критерия ценности. Аналогичным образом мы говорим «Этот человек мне дорог», вовсе не имея ввиду денежную оценку, но используя термин, который обычно применяем для определения стоимости.

«Время — деньги» — это условность Времени и Денег

Если Деньги придумали для удобства стоимостного измерения, то Время — критерий для характеристики действия, изменения.

Время течет по-разному. Кто-то сказал, что у ребенка день длится быстро, а год — долго. А у взрослого — наоборот. Потому что ребенок живет текущим моментом, не замечая течения времени, при этом он получает Опыт, который и есть Время. Вот и кажется ему год долгим. Почему же у взрослого — наоборот? Все спешим куда-то или, наоборот, зависаем в прошлом. И наше Время останавливается, потому что Опыт можно получить лишь в текущем *здесь и сейчас*.

Мое отношение ко Времени и Деньгам определяется тем, что я охотнее — трачу Время или Деньги

Вот, к примеру, возникает ситуация, требующая решения.

Как правило, есть два пути: Денежно-ёмкий вариант решения — заплатить специалисту, либо потратить свое драгоценное Время. Что выбрать?

Можно подойти рационально. Сравнить, сколько времени понадобится на решение вопроса, и сколько за это время я смогу заработать. И выбрать экономичный вариант.

А можно исходить из того, насколько мне интересно заниматься решением возникшего вопроса, что это мне дает для моего жизненного опыта? То время, которое я потрачу, станет ли Временем как Опытном.

Иными словами, хочу ли я потратить свою Жизнь на решение возникшего вопроса?

Уважение ко времени, своему и других, — элемент уважения к себе и к Миру

Вот почему Точность — вежливость королей.

Если рассматривать жизнь как процесс, в котором одни ресурсы превращаются в другие, то сама возможность преобразования существует только благодаря времени. Время — способ зафиксировать разницу в состоянии окружающего мира.

Существование денег невозможно без существования времени, потому что существование денег невозможно там, где ничего не делается.

«Время — деньги» другими словами: «Нет деятельности — нет обретенных ценностей»

Английский вариант фразы: «Fuck me quickly, time is money!»

Лень и глупость — следствие неразумного отношения ко Времени **НИ**

Здесь и Сейчас

— Здесь и сейчас! — Эти два слова, слитые вместе, впервые услышала на психологическом тренинге.

— Это что еще за формула такая?! Какая-то очередная умная фраза, которая кроме эффективности, ничего за собой не несет! Мне она ничего не говорит!

Тогда я еще не знала, что подобные слова не просто *говора*т, а дают направление, в котором нужно двигаться, чтобы собственными усилиями сделать эти истины своими.

А это, между прочим, совсем не просто. Но мне очень хотелось прочувствовать эту загадочную формулу. И мой внутренний запрос был услышан. Нашлось место, которое откликнулось, — это Лосинный остров, московский заповедник. Он подарил мне две истории, в которых, как мне кажется, я попала именно в ту дверь, именуемую *Здесь и Сейчас*.

Первая история приключилась несколько лет назад. В то время мне нужно было рано приезжать на работу. В пять утра к дому подъехала машина от работы, полная сонных сотрудников. Плюхнувшись на сиденье, сразу оказалось зажатой двумя довольно крупными пассажирами. Их локти уперлись мне в бока, да так сильно, что создалось впечатление, словно я попала в расщелину с острыми краями, где не могу ни двинуться, ни пошелохнуться. Жгучее желание вернуться в свою постель, а не тащиться на работу, довершало и без того не радужное положение.

Едем. Путь мне хорошо знаком, и ничего нового увидеть не ожидалось. Вот пролесок, сейчас появиться луг, который видела уже в сотый или тысячный раз. И вдруг... луга на привычном месте не оказалось. Он исчез. Я его не видела! Перед глазами предстало что-то совсем непонятное и странное.

Совершенно ошарашенная, вскрикнула: «Что это такое?» Соседи, удивленно постревав на меня, спокойно ответили: «Как что? Туман».

Видимо мой мозг еще не совсем проснулся, и на какое-то время хорошо знакомые представления отключились. Я совсем забыла, что существует туман, просто забыла о таком явлении! И увидела его, как *в первый раз*, даже пронесся внутренний вопрос: «Туман? А что это такое?» — И тут же получила ответ!

Я одновременно и увидела себя и почувствовала, бегущей по мокрой траве босиком. И это было реальной любой реальности. Ноги обожгло — именно обожгло — прохладой и влагой. И это *обжигающее* трепетом пробежало от кончиков пальцев до макушки. Туман стал для меня не словом, а ощущением. Теплая волна захлестнула все тело и разлилась благодатью.

Честно говоря, не очень люблю слово *благодать*. Оно мне кажется каким-то патетичным и от того ложным. Но испытанное, оказывается, по другому и не назывешь. Просто до того не знала подобных состояния, наверное, так чувствуют себя в раю. И это блаженство подарило мне открытие: «Счастье — то внутри, а не снаружи! Оно не зависит ни от места, ни от времени. Счастливой можно быть в любом месте — даже невыспавшейся, сидя в тесной машине в неудобной позе!»

Понимаю, что во многих книгах именно это написано — счастье внутри, а не снаружи. Но, честное слово, уж в этот момент вообще не думала ни о каких умных книгах. Фраза возникла сама собой, родилась через собственное пережитое. И от того не была для меня чужой, а была естественной и моей. Такого счастья я не испытывала никогда.

Потом много раз пыталась восстановить подобное состояние. Шла на всякие ухищрения! Ходила босиком по утренней росе, заглядывала в туман и искала, искала, но больше оно не приходило. Почему? Я не знала. И только через несколько лет разгадала эту загадку. Нужно тотально находиться в настоящем моменте, и тогда свершается нечто невероятное.

И помогла мне в этом следующая история.

Все как будто повторилось, но несколько с другого ракурса и вполне даже буквально. В тот день шла пешком вблизи этого луга, но огибала его с противоположной стороны, опять же на работу, но только не ранним утром, а ближе к вечеру. Это мой многолетний любимый обычай — пройтись перед работой. И данный лесопарк вполне отвечал моим запросам. Кругом лес, неасфальтированная тропинка, пение птиц, что моментально погружало в состояние спокойствия и равновесия. И, что немаловажно, так же и в ощущение безопасности. Ведь это не глухой лес, и там обязательно встретишь человека, выгуливающего свою собаку, или бегуна, или просто прогуливающихся людей. И в этот день себя ощущала как обычно, и даже отсутствие людей нисколько не насторожило.

Теперь последовательно, по каждому мгновению, потому что как теперь понимаю, каждое мгновение ценно. Иду! Весна, птицы, солнце — все атрибуты, чтобы привести меня в прекрасное настроение. Вдруг на лицо как будто упала перегородка. Раз! И не видно ни солнца, ни леса, не слышно пения птиц, а звучит только неразборчивый мужской голос.

— Ой! — мелькнула мысль. — Откуда тут в лесу знакомый мужчина, да еще такой шутник, закрывает мне глаза руками, чтобы помучилась в догадках — кто это?»

Но потом с удивлением, обнаружила, что не только ничего не вижу, но и еще, что мне трудно дышать, и в конце концов расслышала слова, которые он шипел: «Если будешь кричать — убью!»

Мысли ведь живут какой-то собственной жизнью, и следующая была такая: «Подобного у меня еще не было!» А если не было,

то и не знала, как быть! И оставалось только импровизировать...

Дальше не помню, то ли он меня отпустил, то ли сама исхитрилась вырваться, но только в следующий момент мы сцепились и устали друг на друга.

На меня смотрел молодой довольно крепкий парень, и вся его поза говорила о готовности к прыжку. Пока я успела сообщить, куда и зачем будет этот прыжок, как он, сорвав сумку с моего плеча, бросился в лес.

Следующее мгновение было космическим. Не в смысле высокой духовности, а в смысле ощущения невесомости. Вроде сумка много и не весит, но ее отсутствие сразу очень почувствовалось. И вот стою я вся такая облегченная и только вижу удаляющуюся фигуру. В голове пусто, не единой мысли. Видимо, когда парнишка закрыл мне рот рукой, то перекрыл доступ воздуха в отдел мозга, отвечающий за его включение, потому что если бы хоть на мгновение подключила мозги, то наверняка бросилась бы в обратную сторону с криками: «Помогите, грабят!» Но в этот момент я только наблюдала убегающего мужчину с женской сумкой. Зрелище, должна сказать, довольно дурацкое, а то, что в ней лежат паспорт и пропуск, без которого меня не пустят на работу, добавляло еще и абсурдности. Только что была с документами, подтверждающими, что я есть я, а теперь это нужно доказывать.

И неожиданно для себя начала полет за ним, именно полет! Ведь в голове ни одной мысли, руки свободны, мое имя и фамилия теперь под сомнением. Делай что хочешь! И мне захотелось его догнать! Сработало что-то из детства, когда от тебя убегают, нужно нагнать и осалить! Бегу или лечу, сама не понимаю, только вижу перед собой спину, до которой нужно дотронуться. Потом мозги стали включаться, и возник вопрос: «А чего, собственно, бегу? Что мне нужно? Ах, да! Пропуск на работу!» — И с энтузиазмом Остапа Бендера, пытающегося вернуть украденную колбасу, заорала: «Отдай пропуск!» Он, на бегу оглядываясь, крикнул в ответ: «Не ори!» Но его испуганный взгляд не скрылся

от меня, успев поразить. Как мгновенно все меняется! Несколько минут назад я была объектом для его охоты, а теперь, он сам как жертва удирает от меня. Вот, ей-Богу, чистая игра, главное теперь внести свои правила. И на бегу стала отдавать команды:

— Отдай пропуск! Он тебе не нужен!

А мне на работу! Открывай сумку, в кармашке лежит паспорт, в нем пропуск, брось их на землю, и больше не буду за тобой гнаться!

На удивление это сработало. *Бывший охотник* вдруг остановился.

Резко затормозив, стала со стороны наблюдать за ним, оценивая ситуацию. Он дрожащими руками пытался открыть сумку. Я поняла, что мои условия приняты, и теперь оставалось только довести свою игру до конца. В импровизации, конечно, не знаешь, чем закончиться дело, но если идти в выбранном направлении и считаться с противником, то можно красиво закончить игру. И поэтому тоже приняла его условия, мысленно расставшись с сумкой и всем ее содержимым, но только не с документами, уж больно хлопотно их восстанавливать.

А видимо чужая ноша все-таки тянет, так как парень как-то пригнулся, сел на корточки и, наконец-то справившись со своими трясующимися пальцами, раскрыл сумку. Мелькнувшие знакомые вещицы вдруг подсказали мне, что хозяйка здесь я и мне решать, с чем расставаться, а с чем нет. Поэтому уверенно подошла и села рядом с ним:

— Мобильный телефон и деньги бери!

Документы тебе не нужны, все равно их выбросишь! Забираю! Книжку будешь читать? Герман Гессе? Нет? Забираю! Расческа тебе на фига моя? Забираю!

— Ладно, ладно, — вдруг заулыбался он, глядя на мои заполнявшиеся вещами руки, — всю сумку тебе верну. — И, вытащив из кошелька деньги и подхватив мобильный, протянул мне мою сумку.

За все минуты этой бурной истории меня впервые взяла оторопь. Поистине, нужно сначала со всем расстаться, чтобы потом вернулось то, что тебе действительно нужно. Но я не стала долго размышлять, нацепила сумку на плечо и направилась к дороге. И уже вдогонку услышала его вопрос: «А ты где работаешь-то?»...

Идя по дороге и утирая лицо влажной салфеткой, вдруг с удивлением спросила себя: «А где ватные ноги, бьющееся сердце и страх?» Страх не было! И это больше всего поразило. Почему не испугалась, ведь отчаянно храброй меня не назовешь? И вдруг, как всегда это бывает, неожиданно пронзил ответ: «Здесь и сейчас! Ты прожила эти минуты здесь и сейчас, была в ситуации ежесекундно и каждое мгновение принимала решение в зависимости от обстановки. И пугаться было просто некогда. Смотрела на ситуацию взглядом данного момента, отбросив все страшилки про грабителей, которые слышала раньше. Перед тобой был твой грабитель, и ты с ним разбиралась. Ты прожила это время спонтанно — и от того непредсказуемо для себя и, думаю, для него тоже. А сейчас ты идешь по дороге, все благополучно закончилось, и здесь бояться уж совсем глупо».

Вспоминая свое то состояние, которое определяю как *здесь и сейчас*, мне кажется, что это очень похоже на сказочное «Поди туда — не знаю куда, принеси то — не знаю что». Обычно его воспринимала как что-то негативное, а теперь думаю по-другому: «Иди туда! Доверяй внутреннему импульсу! Не думай — а чем дело закончится?! Просто иди! И принесешь самое бесценное сокровище — опыт прохождения ситуации».

«Поди туда — не знаю куда...» — в сказках так и действуют! Может, если следовать этому всегда, тогда жизнь и станет сказкой?

НИ

Физические факторы исторического процесса

Часть I. Деятельность и общее влияние Солнца

Принимая во внимание огромный объём нашего светила, а также сравнительно небольшое расстояние, отделяющее Солнце от Земли, можно сказать, что Земля находится под непосредственным вполне мощным влиянием центрального тела системы... Излучение Солнца состоит из радиоактивного распада его материи и несёт с собой отрицательные и положительные заряды электричества. Затем Солнце окружено электромагнитным полем, уходящим за пределы... системы... Поэтому земной шар со своим электромагнитным полем находится в таком же поле Солнца огромного действия. Изменение взаимного положения названных тел при их движении оказывает некоторое влияние на состояние их электромагнитных полей... На изменение состояния электромагнитного поля Земли оказывают влияние также колебания физико-химических процессов в веществе Солнца. Эти процессы, достигающие в эпохи максимальных напряжений солнцедейтельности огромных размеров, вызывают во многих участках Солнца появление электродвижущих сил; бурные колебания и разрывы солнечной материи, движения вещества пятен и т.д. — всё это должно давать в окружающем пространстве ряды электромагнитных волн.

Внутренняя жизнь нашего светила протекает не равномерно, а постоянно испытывает ритмические колебания более или менее правильного периода, внешне выражающегося в появлении и исчезновении

пятен, в числе их, а также других явлений: то активность Солнца увеличивается и лик его покрывается пятнами, достигая максимума, то сокращается, падая до минимума... Полный цикл... занимает промежуток времени от 7 до 16 лет (чаще от 9 до 13 лет)... кроме 11-летнего периода ни один из вышеуказанных периодов не установлен твердо... Однако, следует думать, что пятнообразовательная деятельность Солнца, помимо ясно обнаруживаемого 11-летнего периода, подвержена колебаниям иных периодов, которые не удалось ещё точно установить вследствие незначительного количества соответствующего материала.

Причины, заставляющие из века в век солнечную материю совершать ритмические пульсации, ещё пока не выяснены. Зато с несомненностью установлены внешние признаки увеличения жизнедеятельности Солнца: пятна, протуберанцы, факелы, флоккулы, filaments, alignments, корона и пр., и ныне выясняются их свойства и соотношения.

Особый интерес возбуждают солнечные пятна, ибо к ним сводится вопрос о строении самого Солнца. Пятнообразование с давних пор привлекало внимание учёных. И, несмотря на то, что для объяснения природы солнечных пятен многими астрономами был выполнен ряд наблюдений и исследований и предложен ряд гипотез, однако, до сего момента вопрос этот считается ещё не разрешённым в окончательной форме и «великая тайна» пятен, еще не раскрыта...

Пертурбационное воздействие электрических процессов на Солнце на многие процессы на Земле сказывается с неизменной

силою при всяком увеличении активности Солнца. Действительно, периодические напряжения пятнообразовательной деятельности Солнца вызывают в физической жизни Земли периодические нарушения и возмущения. Мы приведем несколько физических явлений на Земле, соотношения которых с пятнообразовательным процессом на Солнце вполне установлены или устанавливаются ныне: магнитные бури; полярные сияния; перистые облака; оптические эффекты в атмосфере; колебания атмосферного электричества; грозы; движения в атмосфере: циклоны, антициклоны, ураганы, смерчи, тропические бури; окраска неба; температура воздуха у поверхности Земли; температура некоторых морей; полярные айсберги; осадки; давление воздуха; колебания или возмущения климата; землетрясения... Что же касается зависимости органического мира Земли от периодической деятельности Солнца, вопрос этот в литературе предмета до сего времени считается открытым. Между тем, общее влияние Солнца на развитие органической жизни еще с древнейших времен тщательно наблюдалось многими мыслителями и было подвергнуто подробному изучению.

Люди всегда чувствовали свою зависимость от Солнца, они угадывали, что судьбы Земли тесно связаны с судьбами Солнца. Поэтому нет ничего удивительного в том, что издревле человек признавал источник света, тепла и жизни своим главным богом...

Религии древнего Востока, культуры Греции и Рима, культуры Мексики и Перу, наконец, религии литовцев, славян, германцев и других народов создавали секты поклоняющихся Солнцу и огню, как земному прообразу первого... учение о действии центрального вечно животворящего огня, как первоисточника всего существующего и первичной субстанции, занимает главное место во всех мифологиях, натурфилософиях и искусствах народов старого мира.

Солнце служило воплощением идеи мощи красоты и плодородия. Греки называли его Гелиос, считая Солнце за основное проявление жизни, за сердце мира, все оживляющее своими лучами. Вспомним

великую мудрость надписи на древнем храме Дианы в Эфесе: «...лишь Солнце своим сияющим светом дарит жизнь!»

Уже мыслители древности делали попытки определить связи, существующие между состоянием человеческого организма и колебаниями окружающей его физической среды, находящейся в известной зависимости от Солнца...

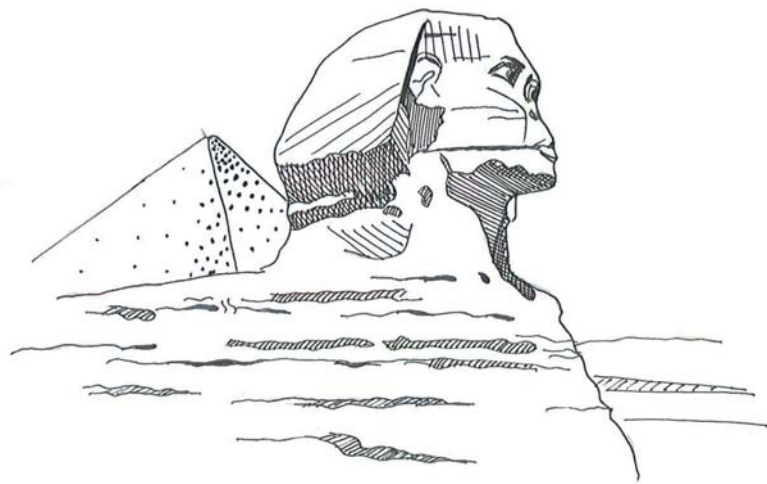
Великое разнообразие органической жизни на земной поверхности вызывается теми потоками энергии, которые врываются в атмосферу в форме солнечного излучения. Стоит ли останавливаться на давно и хорошо всем известной истине, что Солнце представляет собою единственный источник для всех форм энергии, которую мы наблюдаем в жизни природы, начиная от нежного движения зефира и произрастающих семян растений и кончая смерчами и ураганами, и умственной деятельностью человека. Всё это — работа Солнца, творчество Солнца... Не трудно учесть, какую огромную роль играет Солнце только как источник тепла и света в жизни всего органического мира: начиная с полюсов, по направлению к экватору, сопутствуя географическим широтам, вместе с увеличением количества падающей на Землю лучистой энергии Солнца, соответственно увеличивается скорость физико-химических реакций, подъем эволюционной лестницы растительного и животного царства, рост растений, животных и человека, скорость наступления половой зрелости, брачность, рождаемость и т. д.

Если постепенное изменение количества получаемой различными участками Земли лучистой энергии Солнца, вследствие шарообразной формы Земли и наклона ее оси, оказывает такое решительное влияние на общее развитие биопсихической и физической жизни планеты, то возникает вопрос: не отражаются ли на органической природе Земли также мощные колебания солнечной деятельности, связанные с выбрасыванием в пространство несчетных потоков электрических частиц солнечной материи и излучением электромагнитных волн? **НИ**

Ссылка на материал:
astrologic.ru/library/chizhevsky/index.htm

Египет хранит КЛЮЧ к сакральным знаниям

Астролог Рахашан Ра вернулся из путешествия по Египту. В отличие от многих других путешественников он проследил закономерность присутствия солнечных символов практически во всех древних сооружениях. Ключ к их пониманию, возможно, находится в умении использовать солнечную энергию.



— **Рахашан, вы совершили путешествие на «машине времени» «меж двух времен». Какова была задача?**

— Путешествие во времени, поскольку захотелось заглянуть в глубь столетий. Естественно, предыдущие цивилизации обладали большими знаниями, чем сейчас.

— **Из чего следует, что предыдущие цивилизации обладали большими знаниями?**

— Они обладали большими знаниями не техническими. Это видно и по надписям на стенах, и по возведению строений и сооружений. Там все было подчинено единому смыслу. Сейчас архитектура основывается, в основном, на красоте, а тогда все было подчинено некоему ритму, энергетической целесообразности. Современная цивилизация — технократическая, и она в корне отличается от цивилизаций прошлого.

— **Ваше путешествие проходило по местам, связанным с богом Ра, олицетворявшим энергию Солнца. Понятно, что он не просто так он носил такое имя, но не ясно, какой смысл оно в себе несло...**

— У египтян напрямую шло общение с Солнцем, и очень интенсивное. Некоторые сооружения явно предназначались для концентрации солнечной энергии. И, скорее всего, на этой солнечной энергии проводились какие-то ритуалы. Например, Карнакский храм — одно из самых крупных сооружений древнего Египта — предназначался, вполне возможно, для концентрации солнечной энергии и дальнейшего ее распределения по областям страны.

— **Для чего конкретно шла концентрация этой энергии?**

— Для чего угодно. Например, она служила для использования при магических ритуалах в храмах. Жрецы путем магических таинств привлекали население для выполнения определенных задач. Они могли также заряжать этой энергией умерших для возвращения их к жизни, и так далее.

— **Кто построил все эти сооружения? Представители нашей цивилизации, естественно, их возвести были не в состоянии.**

— Люди могли их построить, но, скорее всего, опираясь уже на знания, которые им были переданы. Например, в Луксорском

храме находятся статуи, которые, возможно, были памятниками древним атлантам — представителям другой цивилизации, предшествовавшей египетской. Потому что очень малое время прошло между каменным веком и египтянами, которые были возведены на высокую ступень магического искусства. Скорее всего, им это кто-то дал, они не сами это придумали.

— **А зачем атлантам нужны были эти храмы?**

— Вряд ли они сами это строили, скорее всего, какая-то оставшаяся община атлантов просто передала эти знания, а дальше египтяне, использовали их для своих нужд. И, возможно, даже не подозревали заложенного скрытого смысла этого знания — самого глубинного.

— **В чем заключался глубинный смысл?**

— Глубинный смысл — овладение какой-то корневой энергией, но для обладания такими знаниями необходимо было соответствовать высоким моральным нормам.

— **Пирамиды в Гизе считаются усыпальницами? В этом ли их истинная суть?**

— Честно говоря, не удалось посмотреть пирамиды в Луксоре. Но пирамиды в Гизе, скорее всего, использовались в качестве усыпальниц после того, как они были построены. А так в них явно прослеживается энергетическая структура. Скорее всего, это были грандиозные концентраторы энергии. Внутри одной из пирамид мне удалось заметить, что в нераскопанных нишах есть пространство, которое могло использоваться, например, для омоложения организма.

— **Какие функции были возложены на Сфинкса?**

— Сфинкс — это прообраз стража, и функция у него охраняющая. Эта статуя веками исполняла свою роль, исполняет она ее и сейчас. Но она лежит вне нашего времени. Поражает, прежде всего, мощь, которая исходит от той сущности, которая заложена в статуе.

— **Египтяне также как и шумеры пользовались астрономическими календарями. Зачем древним нужны были знания неба?**

— Все сооружения у египтян были ориентированы по сторонам света, и у них был четкий общий ритм. А владели они

этим знаниями, поскольку они им были нужны в повседневной жизни.

— **В чем конкретно?**

— Для построения ритма жизни, для наблюдения за ходом светил, потому что они четко согласовывали свои действия с ритмами неба.

— **Какую роль играл Сириус в их жизнеустройстве?**

— Им необходимо было знать разливы Нила, который был рекой жизни. С разливом Нила начиналась плодородная пора, совпадающая с восходом Сириуса. Поэтому им было необходимо знать момент восхода Сириуса.

— **Какое самое сильное впечатление от поездки?**

— Впечатление единое — я не ожидал, что остались на Земле места, где сохранились объекты тонкого плана, которым уже насчитывается несколько тысяч, а, возможно, и десятков тысяч лет.

— **В Египте, в отличие от Шумера, практически нет обсерваторий, которые позволяли бы наблюдать за солнечными циклами. Как египтяне отслеживали космические процессы?**

— Смотри, что подразумевать под обсерваториями. Тот же самый Карнакский храм очень хорошо подходит под обсерваторию. Он ориентирован по сторонам света, и там есть масса предметов, расположение которых и расстояния между которыми необходимо изучать именно с астрономической точки зрения. Но заниматься этим в этой поездке просто не было времени. Я думаю, что у египтян были и горизонтальные обсерватории, и более совершенные, но, скорее всего, их пока не нашли, или они вообще исчезли.

— **В чем взаимосвязь египетских пирамид и американских? Очевидно, существовала единая цивилизация на всей земле?**

— Структура магического знания повторяется во всех этих сооружениях как в древней Америке, так и в древних Индии, Персии и других странах. Потом не надо забывать, что все эти страны были частями единого огромного континента, и когда

он разделился на части, эти знания никуда не исчезли.

— **Чем отличаются древние цивилизации от современной?**

— Современная технократическая цивилизация дошла уже до некоторого пика. Так как у нее нет каких-то особых моральных принципов, она вполне может уничтожить саму себя. Почему человечество до сих пор само себя не уничтожило, это не его заслуга, а смотрящих за ним, которые ведут цивилизацию к сакральным знаниям. А технократия, на мой взгляд, это тупиковая область, которая, тем не менее, имеет возможность изучить многие магические законы. Например, на мой взгляд, компьютерная эра — это одна из эр магии, в каком-то смысле.

Другое дело, что строить эту цивилизацию необходимо уже на моральных принципах.

— **Как человека, изучающего процессы в космосе, не могу не спросить о взаимосвязи квантового эволюционного перехода и дате 21 декабря 2012 года из календаря майя.**

— Я занимался этим вопросом. На самом деле, у майя не говорится о конце света. Дата 21 декабря — это века в их календаре, некий скачок. В их календаре 7182 год нашей эры — дата начала Золотой эры. То есть, у них совсем не ограничивается календарь. Другое дело, что любую дату можно использовать для рекламы и шумихи в своих целях.

— **В чем суть Золотого века?**

— На мой взгляд, это век, когда количество переходит в качество, то есть количество сакральных знаний, накопленных человечеством, переходит в новое качество и рождается принципиально новая иная культура. Она рождается на стыке нескольких цивилизаций. И технократический век тоже служит толчком для рождения новой эры. И, мне кажется, сплав будет совершенно необычный — соединение магии, моральных принципов и технических знаний. Вполне возможно, что родится совершенно иное поколение. **НИ**

Обещанное богатство

Давным-давно жил один китаец. Предсказали ему в детстве, что в 36 лет он станет очень богатым. Родители обрадовались, всем рассказали. Вся деревня радовалась, что у них такой богатый человек будет жить.

Попадает этот китаец на небеса, и сразу к богам с претензией. Как же так? Обещано было! Где деньги? Все засуетились, забегали. Стали смотреть по книгам судеб.

Действительно, всё сходится, в 36 лет выписано было китаюцу богатство. Стали выяснять, что к чему. Вызвали хранителя золота.

Он и говорит:

— Как же, как же. Богатство в наличии. Проблема с получателем. Когда срок пришёл богатство выдавать, стали мы его среди Садовников искать.

Искали, искали, да не нашли. Нет среди Садовников. По военному ведомству, по учёному, среди крестьян. Нет нигде. В родительский дом заглянули, нет его. Другие люди в доме живут. Гонцы местность обшарили, найти не могут. Наконец, случайно обнаружили его в лесу. В яму на дороге богатство подбросили, надо было только стенку копнуть. Опять не получилось.

Наконец нашли его в сарайчике на лежанке, хотели ему богатство на голову высыпать, да убить побоялись, слаб уж очень был.

А тут он и сам помер.

Так и не получил китаец богатства.

А происхождением этот человек был из рода Садовников. Ремеслу он учиться не стал. Зачем? И так богатым будет. Так и жил он, в ожидании, родители его кормили. Потом умерли родители, денег не стало. Продал он дом и сад. Стал жить в сарайчике на окраине деревни. Жители его кормят, всё-таки богатым будет! Прошло время. Исполнилось ему 36 лет, а богатства как не было, так и нет. Соседи ропщут, кормить больше не хотят. Поплёл он в лес, ягоду поискать. Нет ягод. Пошёл назад, и на обратном пути свалился в яму. Надо бы ему ступеньки выкопать, да лень. Сидел, сидел, пока его проходящие крестьяне не вытащили. Пришёл он к себе в сарайчик, лёг да и умер.





В

одном светлом природном месте. Там, где берега омываются водами самого глубокого и чистого озера на нашей планете. Ежегодно летом распахивает свои двери Этно-экологическое Юрточное Кочевье «В мире фантазий».

Этно-экологическое Юрточное Кочевье — позитивное пространство для взаимодействия человека с окружающим миром и с самим собой.

Место расположения — Россия, озеро Байкал

Юрточное Кочевье находится в 260 км от Иркутска, на берегу залива Хагдан-Далай Малого моря озера Байкал неподалеку от байкальской косы мыса Уюга. Мыс Уюга — потрясающе красивый мыс с двухкилометровой косой из светлой гальки, здесь есть и очень интересный грот в виде арки. «Юрточное Кочевье» находится напротив острова Огой, где в 2005 году возвели Священную буддийскую Субургу (в пер. с санскрита значит *вершина*) или Священную Ступу Просветления. По буддийским верованиям ступа — это символ главной горы Меру, именно через нее проходит мировая ось, соединяющая землю, пространство и небо и дающая человеку связь с божественными мирами. Ступа у буддистов — это так же то, что помогает постигнуть себя и просветлиться.

Почему оно называется „Этно-Экологическим Юрточным Кочевьем“?

ЭТНО

- настоящие монгольские жилища,
- первозданная земля, флора, фауна,
- чистые байкальские вода и воздух,
- национальная кухня,
- традиции гостеприимства, основанные на уважении и любви к людям,
- отношение к природе и ко всему окружающему миру как к живому существу.

ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ

- качественные свежие продукты питания,
- средства личной гигиены, средства для уборки и санитарной обработки являются полностью экологичными (предоставлены спонсорами),
- утилизация отходов происходит по отдельному принципу,
- материалы, используемые при производстве юрт, — натуральные,
- при сборке юрт не применяется ни единого гвоздя,
- проведение акций по очищению побережья Байкала.

ЮРТОЧНОЕ

- жилища гостей — монгольские юрты,
- трапезная, зал для занятий, санузел — сибирские юрты.

КОЧЕВЬЕ

- нет преград, ограждений, препятствий, чтобы прочувствовать полную свободу действий, гармонию и слияние с окружающей природой,
- ежегодно кочевье собирается на летний период и разбирается по его окончании,
- монгольские юрты всегда использовались и используются для проживания кочевыми народами,
- каждый человек, приезжая в Юрточное Кочевье, может привнести свой вклад в развитие этого места.

Идея совместного писательского творчества явилась естественным продолжением совместной работы **Аиды** и **Яры** на йога-туре «Встреча с собой», прошедшей в виде интересного творческого диалога, отголоски которого мы и представляем.

День второй — день испытаний, день ученичества

Аида: Утро — комплекс. Холоднее минус 15°, сильный ветер, поднимающий с земли снег. Идти к сакральному месту по льду Байкала. Появилось желание сократить это путешествие с пяти часов до трех. Холодно.

Яра: Необъяснимое чувство тревоги принесло серое пасмурное утро. Не смотря на «любимое — нелюбимое» 8 марта, на тепло и уют Дома, на заботу его хозяйки, меня не оставляло волнение. Мантра дня звучала более жестко.

Аида: Обратились к Школе. Вышли из дома. У меня возникла мысль о том, что надо подойти к площади священных Обо поприветствовать их, попросить разрешения на работу и выход на лед Байкал. Но мы прошли другой дорогой, минуя площадь, и... не смогли спуститься на лед Байкала. Прошли дальше — такой же результат. Вернулись — опять не можем спуститься. Нас не пускают на лед. Стоит невидимая стена. Ощущение: если пойдем напролом — не вернемся. Принимаю решение идти назад, к устью реки Турка, где вчера мы выходили на лед.

Яра: Выход на лед Байкала оказался закрыт, закрыт непонятной силой, которую нельзя сломить волей. Можно только понять и договориться.

«Почему?» — спрашивает Аида. «Почему?» — спрашиваю себя я.

Аида: Идем назад и оказываемся около священных Обо на удивление быстро. И начинаю общаться с Духами. Приветствую и извиняюсь, прошу разрешения и помощи в работе. Стало светлее. Яра услышала, что надо идти к кладбищу и вспомнить всех ушедших. У меня накануне была мысль о кладбище, не помню какая, но та,

которую необходимо было услышать и понять, зачем она. Как объяснить? Мысль-интуиция, которая как вспышка и которая очень быстро убегает. Я подумала: ну, кладбище, — и еще сказала вслух: какое хорошее кладбище.

Яра: Пронзительная тоска охватывает мою душу. И вместо приветственных слов с губ срываются слова поминальной молитвы. Рис сыплется с открытой ладони на дорогу, как слезы, оплакивающие души всех ушедших... Теперь понятно, что нужно делать.

Возвращаемся к кладбищу.

Аида: Подошли к кладбищу и опять стали разговаривать. Поприветствовала Духов и всех ушедших, поблагодарила их за то, что они приходили на землю, и отпустила тех, кто никак не может уйти. Слова текли сами, откуда появлялись??? Закончив общение, развернулась к Байкалу (кладбище расположено на горе рядом с Байкалом) и ахнула — стало светлее, легче и чище. Появилось ощущение легкости. Нам разрешили идти.

Яра: Стало спокойнее, светлее и на душе и в природе. Суровые духи успокоились, смилостивились и пропустили нас на лед. А еще появилось желание обратиться к Ветру, попросить Его быть нашим помощником и защитником.

Аида: Пошли. Холодный ветер обжигает лицо. Но это уже неважно. Идем к священной Черепахе. Часа полтора уже пробродили. Идем с Ярой впереди, все остальные позади идут с заданием. Видим много спусков к Байкалу, которые мы не нашли раньше, хотя именно в тех местах и хотели спуститься.

Яра: «Почему? — спрашивала я себя. — Кто такие??? Зачем идете? Вышли на прогулку? Кто вам разрешит просто так топтать священное озеро? Кто вам разрешит без Уважения относиться ко всему живому, видимому и невидимому? Кто вам позволит лгать всем и самому себе?» Это оказалось ключевым вопросом в диалоге сама не знаю с кем. Все происходящее — не игра! Появилось желание поделиться этими мыслями с семинаристами.

Аида: Появляется желание сказать, чтобы серьезно включались в работу и не лукавили. Это здесь не пройдет.

Яра: Пришло время расставить некоторые акценты, приоритеты. Сказать о том, что все происходящее — это не игра. Нужно быть просто честным и откровенным с собой. Слушать, слышать природу и себя. Иначе всех нас могут ожидать очень большие неприятности. Время скепсиса, неверия прошло. После сказанного все стали несколько серьезнее, сосредоточеннее.

Идем дальше. Ветер приветствует нас радостью. «Действительно, помогает. Попутный ветер-то. Спасибо тебе!» — Суровое небо стало вдруг улыбаться и показалось бледное солнышко.

Вот вам и первый урок — великий *Урок Уважения*.

Аида: Наконец-то дошли. Приветствуем священную Черепаху, я передаю привет и мгновенно получаю спасибо. Дыхание, медитация динамическая, потом индивидуальная. Ветер пронизывает насквозь, руки ооченели. Как замечательно, Яра услышала мою просьбу поднять семинаристов, чтобы окончательно не замерзнуть. И начался дикий, быстрый танец Земли и Огня, Воды и Воздуха, танец Вселенной. Так «Кто же Я, кто?»

Яра: Медитация на священной Черепахе тоже оказалась несколько экстремальнее, чем можно было это представить. Ветер стал вдруг сильным, пронзительным и обжигающе холодным. О привычном расслаблении не могло быть и речи. И что делать? Динамическая медитация.

Аида читает текст, мой любимый текст медитации «Разотождествление». Из-за ветра, холода, отсутствия привычных условий

и ощущений меня вначале охватывает некоторое оцепенение и растерянность. Но вдруг необъяснимое внутреннее побуждение: «Иди и делай! — Что делать? Как делать? — Делай!!!»

Что происходило, я не помню совершенно. Не помню ни одного слова из медитации, не помню ничегошеньки! Только одно чувство меня поднимало — медитация должна состояться, не смотря ни на какие фокусы погоды. Медитация должна была состояться — медитация состоялась. Чуть позже я поняла, что это непонятное мне чувство называется — ответственность.

А еще появилось состояние единения с Аидой. Знание того, что мы вместе делаем дело. Вместе...Свершилось. Свершилось. Свершилось!!!

Аида: Благодарим место и отправляемся в обратный путь. Ощущение легкости и радости, Солнце стало ярче, облака прозрачней, ветер теплее. И мысль: «Мы справились».

На обратном пути Байкал стал разговаривать со мной. Я услышала-почувствовала толчок-уханье под левой ногой такой силы и так неожиданно, что подпрыгнула. И какое-то время чувствовала его толчки-уханья то под левой, то под правой ногой — стало так радостно, так светло. Как будто мы сделали что-то очень-очень важное.

Яра: Обратное шли быстро, весело и радостно. И природа отражала наше внутреннее состояние. А может, это мы отражались в ее первозданной Красоте и Силе. Мы стали частью этой первозданной Красоты и Силы, мы стали любимыми здесь.

Выйдя на берег, захотелось поблагодарить Ветер за помощь и урок — *Урок Ответственности*.

После слов благодарности, ветер окончательно затих и умчался на Байкал. Стало солнечно.

Аида: Быстро нашли выход на берег и пошли по поселку. Думаете, быстро пришли домой? Не тут-то было. Написали — путешествие пять часов, еще оставалось минут сорок. Так вот эти сорок минут мы еще бродили по Турке. И этот поворот не понравился, и следующий тоже не очень нравится. Так и дошли опять до кладбища,

от него дом очень близко. Дошли, ощущение счастья переполняет, но и усталости тоже. Тело гудит. Обед... и три часа свободного времени. Семинаристы побежали фотографировать Байкал — Солнце вышло, красота невероятная.

Мы с Ярой рухнули отдыхать перед йога-тренингом. Тренинг затянулся допоздна, закончили только в одиннадцать часов. И это было самое важное и самое трудное действие, где раскрылись все, каждый в своем, включая и нас с Ярой.

Яра: Далее по программе — йога-тренинг... скромное словосочетание... йога-тренинг.

Оказалось, что все события дня прошедшего и настоящего были только подготовкой к главной кульминации.

Как это обычно бывает, «ничего не предвещало» столь сильной концентрации и последовавшего за ней столь же сильного раскрытия для каждого, в том числе и для нас с Аидой.

Описать это невозможно. Только отдельные вспышки эмоциональной памяти выхватывают короткие фрагменты произошедшего.

Семинаристы рисуют страх. Для себя. Нарисовали, и каждый вглядывается в свой рисунок, по сути — каждый смотрит на самого себя. Пауза. Просим услышать свой страх и озвучить его. Непривычное задание. Привычнее комментировать, объяснять словами. Но задание-то сложное — стать своим страхом и зазвучать им. Голоса, звуки. Стоны. Всклипы. Рыдания, скрежет, рычание — каждый звучал своим страхом, каждый стал им хоть на короткое мгновение.

И в это время мы с Аидой стали одним целым. Мы не распределяли ролей, не договаривались, просто был диалог, диалог изумительной глубины и красоты.

Наш голос — это вибрации нашей души, ее надежда, страхов и разочарований, вибрации неосуществленных надежд... Голос — это отражение нашего внутреннего я, это то, что мы порой стараемся скрыть от окружающих. Мы и не догадываемся, что слышать гораздо важнее, чем видеть. Умение слушать и слышать — это понимание внутренней сущности, прямой путь понимания сердца,

даже если это сердце закрыто страхом, печалью, яростью или гневом.

Гнев!!! Вначале испугал и изумил невероятной своей силой и молниеносностью. Гнев, который обрушивался во вне стремительными и сильными ударами...

Что причина ему? Отсутствие Любви.

Голос тихой колыбельной, будто из детства голос мамы... тихий ласковый, любящий и прощающий... примиряет гнев, успокаивает... примирение через прощение, слезы, принятие себя, своего тела., пальчики, коленочки, ладошки, плечики... ножки... женские прелести... женские прелести... чувственность., сексуальность., способность свести с ума одним лишь легким дыханием, одной звенящей интонацией, легкой улыбкой, гибкостью тела, ощущением желанности., манящая магия искристой женской энергии.

Йога-тренинг неожиданно затянулся...

Аида: А в двенадцать уже выходить на ночную медитацию. За окном 20° мороза. И уже замечательное число с семью тройками — 9.03.09.

Наученные дневным опытом, перед выходом за ворота встали в круг и обратились ко Всем Духам с просьбой разрешить выйти на лед Байкала и продолжить работу. Во время нашего обращения появились любопытствующие — проверяющие собаки. За забором стоял невероятный лай собак. Одна забралась ну гору из снега за забором, положила лапы на забор, попыталась перепрыгнуть — не получилось, еще раз очень внимательно посмотрела и ушла; вдруг выпрыгнула еще одна собака, посмотрела и исчезла. Это было так неожиданно и так смешно. Вдруг лай прекратился, и наступила Тишина. Нам разрешили идти. Вышли на улицу — ни души, Тишина, яркая Луна освещает путь. Фонарики нам не понадобились. Луна необыкновенная,



яркая и вокруг большущий ореол — круг. Я сначала не поняла, что это. Звезд на небе нет, кругом облака — а вокруг Луны облаков нет оказывается, ровный огромный круг без облаков! Чудо! Подошли к Байкалу, опять ритуал, идем в Пустоту. Медитация под звуки бубна. Опять сижу в центре вселенной. Здесь Небо и Земля соединяются. Ощущение возрастающей силы во мне и во всех нас. И Благодарность, Благодарность, Благодарность. Что ощутили семинаристы? Не спрашивала. Возвращаются разные, одни притихшие, другие радостные.

Яра: Небольшой отдых и сборы в ночную медитацию.

Очень длинный и насыщенный день, который никак не хотел заканчиваться.

Ночь на Байкале всегда неожиданна и непредсказуема. Ночь на Байкале просто волшебна!

Медитация. (Мне наконец-то разрешили включиться в процесс.) Бубен Аиды звучал легко... и также легко и тихо пришел

ответ на вопрос. Я заплакала и засмеялась одновременно. Стало светло и просто. Тихая печаль. С одной стороны — состояние глубокого счастья и целостности, с другой — печаль. Печаль чувствовать эту целостность и разделенность одновременно, печаль видеть что-то за гранью объективного и сиюминутного... печаль видеть — и жить с этим. И радоваться. И действовать. И любить, и отпускать, и принимать. И открывать сердце, даже зная, что будет больно. Идти вперед, зная, что будет больно... Возвращаемся. Закончился этот непростой многоплановый день. День, который изменил всех окончательно и бесповоротно.

Спасибо тебе, Луна, за свет в пути, за легкость и нежность. Спасибо тебе за *Урок Смирения*.

«За эти три дня прошла целая жизнь... а может и не одна...» — Живем дальше.

Семинаристов не узнать. Их лица... спокойные, красивые, счастливые. **НИ**



ЕДИННЫ В ТВОРЧЕСТВЕ

Дэва Премал и ее партнер Митен одни из самых известных исполнителей медитативной музыки направления New Age. В их композициях, мантры на санскрите изящно сочетаются с атмосферной современной музыкой. На сегодняшний день они выступают на концертах и проводят семинары в США, Канаде, Японии, Бразилии, Австралии и странах Европы, с 2009 они выступают и в России. Дэва и Митен выступали для Далай Ламы, во время конференции «UNITY & DUALITY», проходившей в Мюнхене, в которой приняли участие первые лица из научных кругов и сообщество буддистов. Для нашего журнала артисты любезно согласились ответить на несколько вопросов.

— **Дэва и Митен, вы оба — последователи Ошо. Как вы стали последователями этого духовного учения?**

Дэва: После Второй мировой войны мой отец увлекся восточной философией и начал изучать йогу, мантры, санскрит и Дзен. Я понимаю это как его способ излечить себя от того насилия и ужаса, которые ему пришлось увидеть. Он хотел привнести что-то позитивное для себя и, как следствие, для всего мира. Так что в 1970 году я родилась в семье, в которой восточный взгляд на жизнь был само собой разумеющимся — философия перерождений, следование учениям гуру, что является обычной формой духовной практики в Индии, пение мантр, чтение священных текстов и так далее. В 1980 году мои родители пересеклись с индийским мистиком Бхагваном Шри Раджнеш, начали с чтения его книг. Моя мать поехала в Пуну, в Индию, в его ашрам и стала его последователем. Мне тогда было 10 лет. Я начала заниматься активной медитацией, которую советовал Ошо и которая включает в себя релаксацию, двигательные, танцевальные, дыхательные и другие техники. Я всем своим естеством наслаждалась медитацией и чувствовала себя как дома в коммуне его последователей. Поэтому, я тоже решила стать его сторонницей.

Митен: Я был рок-музыкантом, жил в Лондоне. Я ездил в туры с FLEETWOOD MAC, RY COODER, THE KINKS и многими другими группами. В конце 70-х я стал задумываться о своем стиле жизни. Постоянная погоня за славой, деньгами, наркотиками становилась все более выматывающей. Мне перестала нравиться такая жизнь. Как раз в то время я прочитал книгу Бхагвана Шри Раджнеш «Нет воды, нет Луны». Это был экскурс в учение Дзен. Оно изменило мою жизнь. Я оставил шоу-бизнес, своих менеджеров, звукозаписывающую компанию, своих издателей, семью, друзей и вошел в новый мир. Мир внутреннего познания. Я стал последователем Ошо и долго жил в его коммунах в Индии, США, Италии и Англии.

— **Каковы ваши жизненные принципы?**

Дэва: Жить настолько полноценно, насколько я могу. Жить в любви и сострадании и с пониманием того, что всё и все вокруг божественны и следуют божественному плану.

Митен: Проживать каждый момент, как если бы он был последним.

— **Дэва говорит, что ее отец «взрастил» в ней «осознанность». Что такое «осознанность» для вас?**

Дэва: Это что-то единое внутри. Раньше я могла делать одно, думая о другом. В моей голове звучали разные голоса, которые призывали меня к разным действиям. Я была «расколота». И этот раскол был между моими чувствами, мыслями и телом. Ничего не было выровнено, не было гармонии. Сейчас я практикую «осознанность» как обучение «единичности», которое приносит мне мир и позволяет мне быть в моменте. Существует много практик, которое приводят к повышению «осознанности», и та, которой я наслаждаюсь — пение мантр и медитация. Через пение мантр я становлюсь единой с самой собой, так же как и со всеми окружающими.

Митен: Для меня «осознанность» означает ощущать каждый момент — ощущать свое дыхание, звуки вокруг меня, окружение в настоящий момент. Я практикую это с помощью осознания того факта, что я могу умереть в любой момент, что делает каждое мгновение драгоценным и драгоценным.

— **Митен, существует мнение, что рок-музыка разрушительна для человеческой психики. Многие рок музыканты злоупотребляют наркотиками и алкоголем. Тем не менее, рок популярен на протяжении многих лет. Как Вы думаете, за счет чего это происходит?**

— Люди нуждаются в способах ухода от боли и страданий, которые мы видим вокруг. Существование в торжестве и глубокой благодарности за этот великий дар «жизнь» не дается легко — требуется мужество, чтобы идти по этому пути.

Рок-музыка, как и любая форма развлечения, является способом побега от боли

существования. Она отражает нашу злость, сексуальность, наши обиды, мечты, желания... она захватывает нас. Так что не удивительно, что она популярна. Проблема в том, что рок-музыка — это только отражение Бога, известно, что есть что-то за гранью понятного, но рок-музыка боготворит только отражение. Но однажды, когда вы отвернетесь от отражения и увидите саму суть, рок-музыка становится бессмысленной.

— **Вы очаровательная пара. Помогает ли творчество и духовная практика сохранять ваши отношения? У вас бывают семейные ссоры, и как вы с ними справляетесь?**

Дэва: Да, Вы правы... мы оба любим делать одинаковые вещи и жить одинаково. Мы радуем друг друга — это дает нам силы, мы ослепляем друг друга, чтобы не становиться скучными. Конечно, у нас бывают некоторые несогласия, но, честно говоря, огни случаются очень редко и разрешаются очень быстро.

Митен: Бывают ли у нас ссоры? — нет. Не просите меня объяснить, почему. Для нас с Дэвой это такая же загадка. Мы живем вместе больше 20 лет, и мы ослаблены и счастливы друг с другом. Мы вдохновляем друг друга, да, иногда бывают некоторые несогласия, но это моменты любви, а не гнева. Если гнев все-таки возникает, он приходит как чужестранец, он проносится через наш мир и быстро улетает прочь, не оставляя никаких следов.

Если бы мне пришлось сказать, почему мы такие счастливые, я бы выделил:

1) потому что Ошо, наш духовный наставник, дал нам очень ясное понимание того, как жить в любовных, сексуальных отношениях;

2) потому что музыка, которую мы исполняем, питает нас и открывает пути к изучению нашей тантрической связи вне спальни. Исполнение музыки с кем-то вместе имеет тантрический потенциал — человек наг и разоблачен, он открыт давать и получать. И любовь — это ключ к такому опыту.

О вере

Ядвига

На днях у меня случилась интересная беседа с одним молодым человеком — православным верующим — о религии, о йоге, о сотворении мира, о Боге, о месте и роли человека на Земле.

Вначале меня удивила его непоколебимая, жесткая позиция относительно учения йоги — полное неприятие, отторжение, агрессия и страх. Вскоре выяснилось, что его мама серьезно заболела после занятий «йогой» и слезла, а помогла ей выздороветь православная вера. Как человек интеллигентный, закончивший исторический факультет университета, он был интересным собеседником. Вот что я услышала, невольно осознавая точки соприкосновения и расхождения с тем, что ощущаю и знаю я.

Происхождение мира: Вначале был Бог и ангелы. Бог был Свет и Любовь. Один из ангелов отделился от Света и стал темным ангелом, и ушли за ним треть светлых ангелов, и чтобы восстановить баланс сил на Земле — был создан человек! То есть Человек должен был стать ангелом, пока не решил стать таким же, как Бог — и узнать силу плода с дерева добра и зла. А узнав, стал смертным, стал жить в боли и страдании. Но послал Бог сына своего, Христа, искупить человеческие грехи, в том числе и первородный (от рождения каждый грешен, потому что в *теле* находится, *которое* должно страдать, и чем больше оно страдает — тем крепче дух). Жизнь, по вере этой, у человека одна, а по окончании срока своего каждый попадает в рай или в ад. Самые безгрешные — младенцы, рано умершие, не успевшие нагрешить. А приходят люди от творчества Божьего, который творит ежесекундно, приводит на Землю новые души. Грехи свои можно лишь замоливать, а если не замолил, то они переходят на детей до седьмого колена.

По его мнению, есть светлые практики пути к Богу, а есть темные — это йога, а асаны — это молитва сатане. И еще, что самое

главное, в православии знают, где находится истина, и истина — у них, у верующих.

Я не спорила, и в конце беседы улеглась его взрывная энергия. Он был крайне удивлен, что я слушаю и не противостою, он успокоился; и в какой-то момент мы поняли, что объединены чем-то большим, чем все эти идеи, — объединены желанием осознавать, что происходит с нами в каждый момент времени, и осознанием того, что каждый делает свою внутреннюю работу, как ее ни назови; просто формы совершенствования духа у нас разные.

Позже я обдумывала наш диалог, возвращалась к нему мысленно и осознала, что есть определенные ограничения в таком мировосприятии: Я осознаю, что Мужчина и Женщина были вначале одним существом, а если Женщина была сотворена из ребра Мужчины, то зачем им тогда разные половые органы, которые входят друг в друга? Если допустить, что ребенок, приходящий в этот мир — «чистый лист бумаги», тогда социальная система через родителей, сад, школу наносит на него свои борозды, и человек не имеет шансов включить свою индивидуальность в этот процесс? Если Дух и Тело — суть одно, тогда зачем мучить тело, ведь это материализация Духа. Если задача Человека была быть Богом, что удивительного в том, что он вкусил яблоко, потому что хотел иметь знания такие как у Бога. И если на Землю приходят разные новые люди, какое отношение к родству и грехам родственников они имеют, если до этого люди не были связаны между собой кармическими узами? И самое главное — его жесткая позиция враждебности по отношению к неверным, в то время как Христос говорил: «Полюби врага своего»...

Много родилось вопросов, и мне думается, что если мы говорим о вере, то хорошо бы разобраться в том, что мы делаем и думаем, во что и как верим, потому что мысль материальна. **НИ**

Натуральные безопасные ТОВАРЫ в Компании „Время-деньги!“

Полезное и вкусное питание
на каждый день

Природные кристаллы-
дезодоранты

Мыльные орешки,
мыльные бобы, мисвак

Органическая косметика
без консервантов

Шампуни без лаурил сульфата

Безопасная „химия без химии“

в магазине „Йога Бум“

Москва, м. „Марксистская“,
ТЦ „Таганка“, 1-я линия, 2-й этаж
www.vremya-dengi.ru
тел.: +7 985 410-14-46



Точка доступа к телу
«Планета Перемен»

Уютные йога-клубы в центре
и на севере города

Дружеская атмосфера
и внимание к каждому

Глубокие знания практикующих йогу
инструкторов

Комплексный подход к здоровью
(йога + медитация + SPA-программы)


Возможность самостоятельных занятий

Работаем с 1997 года

ул. Мытнинская, 11, тел.: (812) 271-71-65

ул. Ушинского, 3, к. 3, тел.: (812) 491-94-77

www.planeta-peremen.ru



ЙОГА *ночью*

30 МАРТА

ежегодная всероссийская акция

НОЧЬ ЙОГИ

в лучших йога-центрах России

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!

Дополнительная информация на сайте: www.yogaexpro.ru
Организатор акции: Школа йоги «Крылья Совершенства», www.wop.ru
Акция проводится ежегодно, в последнюю пятницу марта



Улыбка продлевает жизнь, доказали ученые. А мы пошли дальше... Мы совершили открытие и проверили его на себе — всё, что мы делаем с радостью и удовольствием, многократно преумножает ЭНЕРГИЮ, а значит — повышает качество жизни.

В результате этого открытия родился

ЭнергоСтиль —

новый энергичный экологичный стиль жизни

Законы ЭнергоСтиля

I Закон ЭнергоСтиля:

ЭНЕРГИЯ СВОБОДНО ТЕЧЕТ ТАМ, ГДЕ ЕСТЬ РАДОСТЬ И УДОВОЛЬСТВИЕ!

Чем больше радости и удовольствия, тем больше энергии!

II Закон ЭнергоСтиля:

ЭНЕРГИЯ ДАЕТ НАМ ЖИЗНЕННУЮ СИЛУ; ЧЕМ БОЛЬШЕ СИЛЫ, ТЕМ МЫ ДОБРЕЕ!

Чем мы добрее, тем больше радости и удовольствия!

III Закон ЭнергоСтиля:

ЭКОЛОГИЧНО ТО, ЧТО ДАЕТСЯ с радостью и удовольствием! Это касается всех взаимодействий: человек – человек; человек – Земля; человек – Космос.

Как научиться жить ЭнергоСтильно? (принципы ЭнергоСтиля)

- Живи в радости и будь активен
- ВСЁ делай с удовольствием
- Уважай ближнего, равно как и себя
- Люби себя и все живое вокруг

Мы живем и работаем в соответствии с этими принципами и предлагаем вам новый

ЭнергоСтильный ПРОДУКТ:

Энергетические СПА-программы способствуют релаксации, насыщают тело природными, экологически чистыми питательными веществами, поддерживают источник радости в теле.

Полноценный отдых в чистых местах Планеты восстанавливает силы, наполняет вас знаниями, чистой энергией и любовью.

Продукты для здоровья и удовольствия, сделанные с уважением ко всему живому, пополняют Ваши жизненные силы.

Йога и Психология помогают организовать жизнь так, чтобы не уставать от себя и обстоятельств, сохранять легкое и радостное настроение.

Мы все делаем с удовольствием и для удовольствия!

Радуйтесь вместе с нами!

**Добро пожаловать
в мир ЭнергоСтиля!**



+7 (985) 410-14-46

+7 (495) 450-05-71

www.es-grupp.ru