ГАЗЕТА НОВОЙ ЭРЫ

ПЛАНЕТА ИНДИГО

№ 2 /май 2008/

Секреты Наталии Правдиной — страницы 4-5

Как выйти из системы — страница 6

Как победить стресс — страница 7

ОТ РЕДАКЦИИ

КТО ТАКИЕ ИНДИГО?



Фото:Максим Костенко

››› Людмила Кузьмина, главный редактор

О детях индиго мир впервые услышал в 1982 году от американского экстрасенса Нэнси Энн Тэпп. В своей книге «Как разобраться в жизни с помощью цвета» Тэпп писала, что в конце 70-х на свет начали появляться дети с аурой цвета индиго. Сегодня 97% детей до 10 лет и 70% молодых людей от 15 до 25 лет являются индиго. Помимо цвета ауры, новое поколение обладает многочисленными талантами, высоко развитой интуицией, чувствительностью к энергетике, повышенным уровнем иммунитета и IQ и, по мнению многих, знаменует собой новый виток эволюции человечества.

Похоже, дети индиго – это «люди икс», пришельцы из будущего. Они нетерпимы к фальши, они выше человеческих дрязг, озлобленности и жадности. Многие из них легко входят в мировое информационное пространство и черпают знания у гораздо более осведомленных и духовно развитых Высших Существ. В общении с детьми индиго многие педагогические приёмы оказываются несостоятельными: они не признают давления, авторитарного подхода, традиций, и ценят лишь свободу творчества. Не мешайте им развиваться. Помогите своим детям, ведь они – будущее этого мира. Пусть это будущее будет прекрасным!

По вопросам сотрудничества обращайтесь по ***тел. (863) 26-81-000*** *и* ***e-mail: planetaindigo@mail.ru.***

ГОРОДСКИЕ НОВОСТИ

ЛИВЕНЦОВКА — ДЛЯ ТУРИСТОВ

Ливенцовскую крепость, расположенную на западной окраине Ростова, сделают объектом археологического туризма. Это укрепление, построенное племенами северокавказской катакомбной культуры в XVII веке до н. э., называют древнейшей крепостью Европы, «Донской Троей». Пока раскопана только небольшая часть крепости, которая является частью большого археологического комплекса площадью 8 га: поселения медно-каменного века, обширный некрополь бронзового века, скифские поселения и курганы. Первые поселения на этой территории появились более 3500 лет назад. Еще в 60-е годы прошлого века Ливенцовская крепость открывала путеводители по Ростовской области. Сейчас большинство ростовчан даже не знает о существовании древнего городища. Жители окрестных домовладений устроили здесь настоящую свалку, на древние курганы наступают огороды местных жителей, а от крепости осталась лишь стена длиной в 2 метра: весь бутовый камень, из которого состояли крепостные стены, местные дачники разобрали под хозяйственные нужды.

Как отмечают представители Всероссийского общества охраны памятников истории и культуры, если сегодня не принять должных мер, Ливенцовская крепость будет потеряна безвозвратно. Для начала необходимо изменить отношение местного населения, расчистить территорию от мусора, обустроить подъездные пути, убрать дорогу, которая проходит по охранной зоне, и подготовить проект межевания.



СЕМИНАРЫ

В МОСКВЕ

«Законы успеха, фэн-шуй для изобилия»
Популярный семинар Наталии Правдиной по основам фэн-шуй и динамическим законам успеха (1-я ступень) состоится в Москве (м. Партизанская, гостиничный комплекс «Измайлово») 27-29 мая с 17-00 до 21-00. Тел. для справок: (495)225-52-30, 502-43-29, *e-mail: seminar888@mail.ru*

17-18 мая пройдет психологический тренинг **«Мой внутренний ребенок: доверие, творчество, любовь»** для тех, кто хочет радоваться жизни и открыть в себе творческое начало. В программе тренинга: встреча с Внутренним Ребенком, Темная сторона и травмы Внутреннего ребенка, исцеление Внутреннего Ребенка, открытие творческого потенциала, освоение нового опыта. Справки и запись у ведущей - психолога-тренера Ирины Коленько: 8(916)969-23-39. Место проведения: м. Менделеевская, Тихвинский пер., 16, психологическая консультация.

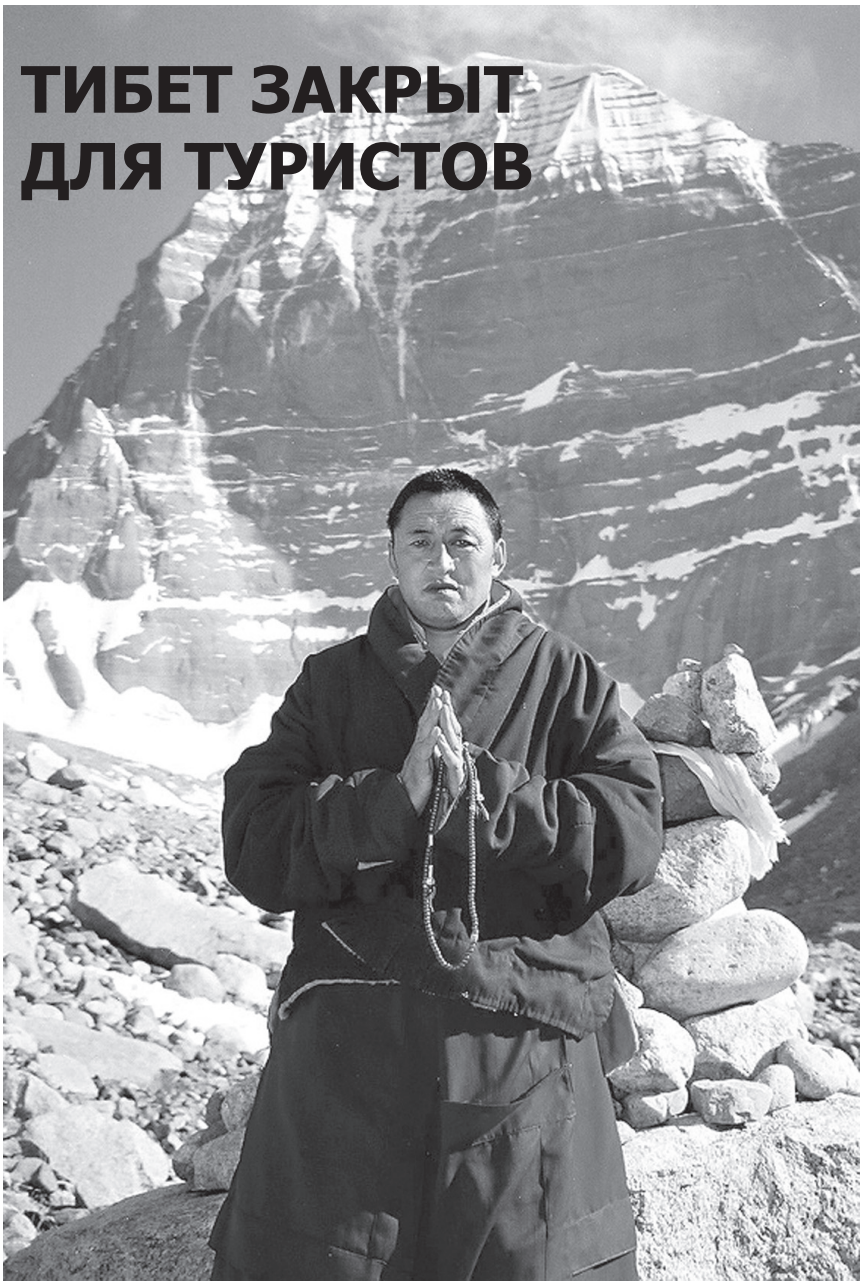
В РОСТОВЕ

24-25 мая **Институт профессионального тренинга** приглашает на семинар **«Целительная магия музыки».** Первый музыкотерапевт России посвятит в тайны своей работы и научит пользоваться музыкальной сокровищницей мира в психотерапевтических целях. Авторская методика Владимира Элькина (Санкт-Петербург) основана на соединении психологии цвета и музыкотерапии.
Этот семинар будет особенно полезен психологам, педагогам, врачам и всем, кому не чужда идея исцеления искусством и кто верит в то, что мир цветной, а не черно-белый.
Тел. 8(928)148-66-56, 8(951)833-31-65, *www.proftraining.ru*

Расписание тренингов учебно-тренингового центра «Школа успеха»:
«Тренинг душевного комфорта» — 12-15 мая;
«Хозяин жизни» — 17, 18, 24, 25 мая;
«Финансовое изобилие» — 19-22 мая;
«Тренинг уверенности» — 26-28 мая;
«Тренинг развития творческих способностей» — 31 мая, 1, 7, 8 июня.
Адрес: пер.Крепостной, 131, оф.35, тел. (863)2-276-276,- *www.shkola-uspeha.boom.ru*

КРУГОСВЕТКА НОВОСТЕЙ

ТИБЕТ ЗАКРЫТ ДЛЯ ТУРИСТОВ



Китайские власти закрыли доступ в Тибет для туристов с 1 мая 2008 года по причине нестабильности в регионе. На какой срок – пока неизвестно. По уточненным данным Lenta.ru, попасть на территорию Тибета не могут как зарубежные туристы, так и путешественники из Китая.

В марте в административной столице Лхасе начались столкновения сторонников независимости Тибета с властями. Китайцы настоятельно попросили иностранных граждан покинуть территорию Тибета и пообещали оказать туристам посильную помощь в выезде из страны.

Чуть позже в 11 монастырях приграничной с Тибетом провинции Гансу были обнаружены склады со взрывчаткой и огнестрельным оружием. По версии китайских властей, монахи планировали поднять вооруженное восстание.

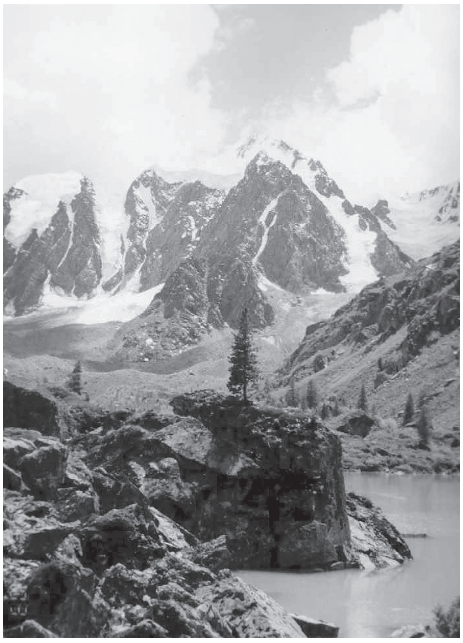
ЭКСПЕДИЦИЯ ВО СПАСЕНИЕ ПЛАТО УКОК

24 июня экспедиция «Запад-Восток» стартует из Санкт-Петербурга, чтобы преодолеть более 60 000 км и пройти большую часть России, Монголию, Китай, Непал и Казахстан. Основная цель экспедиции – познакомить широкую общественность с памятниками природы, культуры и истории в России, Монголии, Китае и Казахстане.

Маршрут экспедиции пройдет по пустыням Гоби и Такла-Макан, горным системам Гималаи, Каракорум, Тянь-Шань, Алтай. Команду экспедиции составляют активные молодые люди, путешественники, фотографы, стремящиеся увидеть огромный мир Азии и показать его каждому жителю России.

Приключенческая экспедиция «Запад-Восток» присоединилась к кампании Всемирного фонда дикой природы по спасению уникального природного парка «Зона Покоя Укок». Алтайское плато Укок отличается богатством флоры и фауны (16 видов растений и более 30 видов животных, которые занесены в Красную книгу), ландшафтным многообразием и хрупкими горными экосистемами.

Плато является геополитическим центром Азии, где на протяжении 50 км стыкуются границы России, Китая, Монголии и Казахстана. Эта уникальная территория входит в список объектов Всемирного наследия ЮНЕСКО. Строительство автомагистрали в Китай через плато Укок станет угрозой для экосистем уникального алтайского природного объекта.





●тел. 221-07-56
●jumpmaster@yandex.ru
●www.airdon.ru

прыжок с парашютом в тандеме, воздушная фото и видеосъемка, авиа-прогулки

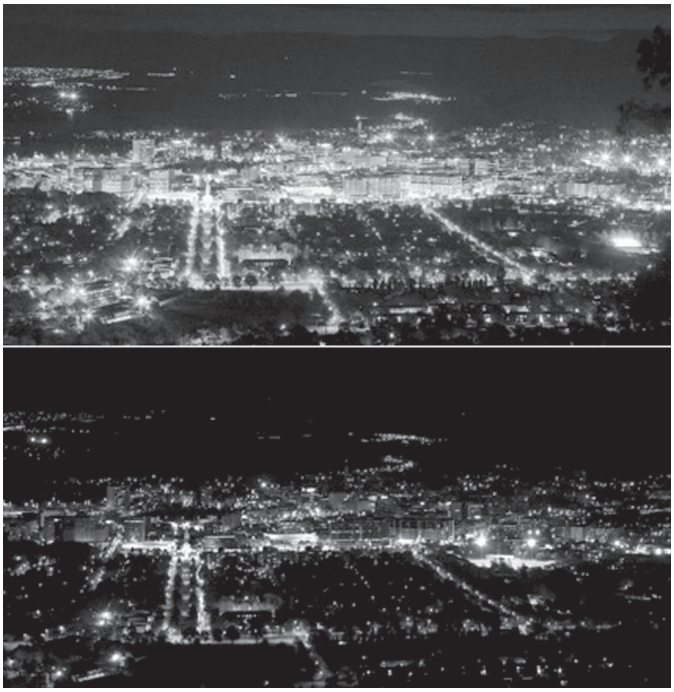
Небо

ВЕДЬМИНО ГНЕЗДО В ИСПАНИИ

В деревне Сугаррамурди испанской провинции Наварра открылся Музей колдовства. За деревней с древних вермен закрепилась слава «ведьминого гнезда»: в Средние века местные жители занимались черной магией, за что и поплатились. Музей открыт в здании бывшей больницы, расположенном на краю деревни. Экспозиция на первом этаже посвящена раскаявшейся колдунье, по наводке которой святая Инквизиция начала в Сугаррамурди настоящую охоту на ведьм. В ведовстве, наведении порчи и варении волшебных зелий были обвинены более 300 местных жителей. На втором этаже представлены видеоматериалы и артефакты, знакомящие посетителей с таким искусством ведьм как зельеварение и магическое взаимодействие с силами природы. Неподалеку от музея находится пещера, где проводились тайные ритуалы. А в окрестностях создана специальная туристическая тропа протяженностью 8 км, которая проведет гостей по памятным местам, связанным мистической историей деревни, пишет «Уникум».

ЧАС ЗЕМЛИ

29 марта в 20:00 в 400 городах планеты потух свет. Миллионы людей по всему миру выключили свет на 1 час, чтобы привлечь внимание к проблеме изменения климата, которое может иметь катастрофические последствия и изменить нашу планету до неузнаваемости. Год назад подобное мероприятие провели в Сиднее. 2 миллиона человек и 2100 компаний на час отключили свет, что в масштабах города позволило сократить расход электороэнергии на 10%. В будущем году Всемирный фонд дикой природы (WWF) планирует подключить к акции органы власти и крупные энергетические компании. Огромное количество электроприборов в наших домах и офисах – это не просто большие счета за электричество. Оставляя включенными ненужные приборы, мы создаем дополнительную нагрузку на электростанции – главный источник выбросов парниковых газов, ответственный за тысячи тонн парниковых газов ежедневно. Каждый из нас может внести свой вклад в борьбу с изменением климата каждый день; начни с того, чтобы выключить за собой свет и ненужные электроприборы. Отдыхай сам – давай отдохнуть природе!



Прогноз на май

Несмотря на наличие позитивных тенденций, май будет во многих отношениях сложным месяцем. Если вам предстоит начинать новое дело или приступать к реализации важного проекта, постарайтесь сделать это в период с 5 по 8 мая; для решения финансовых проблем подходят дни с 10 по 25 мая, но в это же время могут возникнуть осложнения в отношениях с коллегами и руководством. Репутация наемных работников может пострадать из-за действий их недоброжелателей, может пошатнуться и авторитет тех, кто недавно занял руководящую должность. Справиться со всеми сложностями в мае вряд ли удастся, поэтому стоит уделить основное внимание первостепенным задачам. Неразрешимых проблем не возникнет, но во многих случаях терпение и сдержанность будут лучшей тактикой.

Не стоит начинать строительство, заниматься капитальным ремонтом или обменом жилья. По возможности откажитесь от крупных покупок, не заключайте договора на долгосрочной основе. Конец месяца – тяжелое, напряженное время, которое принесет многочисленные конфликты как на работе, так и в семье. В последние дни месяца нужно быть предельно осторожными, поскольку вероятность бытовых травм повысится. Несмотря на несколько легкомысленное весеннее настроение, в эмоциональной сфере главной тенденцией мая станет укрепление семейных связей и существующих любовных отношений. Наиболее скупой на приключения и романтические авантюры будет первая декада мая – эти дни многие предпочтут провести в кругу друзей и членов семьи; могут также возникнуть непредвиденные обстоятельства, мешающие подвигам на любовном поприще. После 10 мая у многих возникнет необходимость сосредоточиться на профессиональной деятельности, что может привести к разладу в семье. Максимальная осторожность и сдержанность потребуется в период с 10 по 17 мая. Довольно сложной для влюбленных будет и третья декада месяца: даже в самых стабильных парах могут появиться разногласия морально-этического характера. У родителей могут возникнуть проблемы с детьми. В некоторых случаях для преодоления трудностей потребуются значительные расходы.

Особое внимание в мае стоит уделить укреплению здоровья. Стоит пройти курс профилактических процедур, провести общее обследование организма. На протяжении всего месяца энергетический потенциал будет невысок, наиболее неблагоприятна в этом отношении третья декада мая. Обязательно найдите время для полноценного отдыха. Организм уязвим для инфекций, возможны расстройства мочеполовой системы и желудочно-кишечного тракта. Конец месяца подходит для косметических процедур, проведения пластических операций на лице, занятий йогой, дыхательной гимнастикой, единоборствами. Вторая и третья декады месяца неблагоприятны для поездок. Водителям рекомендуется быть особенно осторожными за рулем.

Гороскопы@Mail.ru

зовет!

прыжок с парашютом в тандеме, воздушная фото и видеосъемка, авиа-прогулки

тел. 221-07-56●
jumpmaster@yandex.ru●
www.airdon.ru●



ИСТОРИЯ УСПЕХА



СЕКРЕТЫ ДОБРОЙ ФЕИ

На запрос «Наталия Правдина» интернет-магазины выдают свыше 100 наименований: книги по личностному росту и фэн-шуй, диски с мантрами, аудио-книги для медитаций, календари, семинары на DVD... Общий тираж ее книг достигает 6 000 000, а сама Наталия в 2004 году получила премию «Автор года». Наталия Правдина – яркая и успешная женщина, автор многочисленных бестселлеров, практикующий мастер фэн-шуй, специалист по позитивной трансформации сознания. Она пишет книги, проводит семинары, совершает паломничества к таким средоточиям Силы как священная гора Кайлас в Тибете, монастырь Шаолинь в Китае. Улучшение качества жизни, радость, открытие новых возможностей и изобилие всяческих благ – вот те плоды, по которым можно судить о действенности методики Правдиной.

Как приручить блистательную птицу счастья и удачи, Людмиле Кузьминой рассказала сама Фея – Наталия Правдина.

– Наталия Борисовна, как сложилось, что экономист стал знаменитым и успешным популяризатором фэн-шуй?
– Меня всегда привлекало все загадочное и новое. Я впервые взяла в руки книгу по фэн-шуй 10 лет назад и сразу почувствовала, что это мое! Я дала себе слово изучить этот таинственный фэн-шуй и понять, в чем же его сила. А увлечение позитивным мышлением пришло позже, в Америке (мы жили с мужем в Лос-Анджелесе 6 лет), и продолжается по сей день. Что касается успеха, он приходит тогда, когда делаешь свое дело с увлечением и вдохновением.

– Как к вам впервые пришла мысль объединить фэн-шуй и позитивное мышление?
– Из самой философии фэн-шуй. Помимо земной удачи есть еще небесная удача (то, с чем мы родились) и человеческая удача (то, как мы развиваем себя). Я на опыте убедилась в том, что фэн-шуй – это замечательно, однако при негативном мышлении, присущем подавляющему большинству людей, результаты будут не те. Если же соединить знания фэн-шуй с позитивной перестройкой сознания, происходят поистине удивительные вещи: люди возвращаются к полноценной жизни, обретают успех, признание и личное счастье. Все начинает получаться. Причем этот процесс постоянно развивается, и можно говорить о качественном изменении жизни к лучшему. Это очень вдохновляет.

– В ваших книгах подкупает то, что высокие духовные истины вы излагаете очень просто и доступно. Но в последних книгах, особенно в «Место силы – Земля», я отметила постепенное усложнение темы. С чем это связано?
– Мне очень приятно, что вы заметили разницу, это говорит о том, что вы следите за моим творчеством, благодарю! Само место, где мне посчастливилось побывать – высокогорный Тибет – навевает исключительно высокие философские мысли, вот я и позволила себе углубиться в размышления о природе человеческой жизни. «Кто ты? Зачем оказалась здесь? Достойна ли ты пройти весь этот священный путь?» – казалось, вопрошали суровые горы вокруг. Однако следующая книга «Я дарю вам птицу счастья» написана в свойственной мне легкой и веселой манере, наверное, потому, что я не могу быть серьезной слишком долго. Мне нравится рассказывать людям о серьезных вещах с юмором, это лучше запоминается.

– Что вы думаете о «конфликте школ» в фэн-шуй? Кому верить читателям?
– Гранд-Мастер фэн-шуй Яп Чен Хай сказал об этом так: «Пробуйте все. То, что принесет хороший результат лично для вас, и будет правильной школой для вас. Какая разница, какая кошка поймала мышку – белая или черная!» Я часто комбинирую разные школы, если мне это кажется полезным. Да, в фэн-шуй существует множество правил и столько же исключений из правил. Не существует ничего вечного, застывшего и непоколебимого. Надо постоянно находиться в поиске, в движении. Только тогда вы найдете свой путь.

– Существует ли такое понятие как фэн-шуй города?
– Это очень глубокий вопрос. Безусловно, существует и фэн-шуй города, и фэн-шуй страны, ибо в малом отражается большое и наоборот. Тот факт, что практически все столицы мира строились на берегу рек, говорит о том, что люди всегда понимали важность и значимость для города водных путей. А китайцы говорят, что в реках и

озерах водятся водные драконы, которые наполняют города и поселения энергией.
У меня уже вошло в привычку автоматически оценивать фэн-шуй того или иного здания, офиса или магазина. Например, в Санкт-Петербурге есть место, где напротив жилых домов установлен танк времен Великой Отечественной, и его дуло направлено прямо на квартиры людей. Это очень неблагоприятно. Значительно лучше, если напротив дома – школы, детские сады или скверы. А в районе Октябрьской набережной Нева делает поворот, образуя очень благоприятный фэн-шуй для зданий, находящихся внутри этого поворота. Именно здесь находится Смольный собор! Знали ли архитекторы прошлого фэн-шуй? Безусловно!

– Ваши семинары проходят в Петербурге, в Турции, в Египте. Планируете ли вы семинары в других городах? В Ростове нашлось бы немало желающих поучиться у Доброй Феи.
– Я проводила семинары в Петербурге, Екатеринбурге, Москве, Риге, Якутске в течение 5 лет. Это многому меня научило, и я благодарна этому времени и своим слушателям. Но время идет, мне захотелось попробовать что-то новое. Для тех, кто пока не имеет возможности посетить мои зарубежные семинары, я готовлю серию «Видео-семинары Наталии Правдиной» на VHS и DVD. Думаю, мои дорогие читатели будут довольны.

– Ваша работоспособность кажется фантастической: книги, календари, альбомы для медитаций, диски с мантрами, DVD с танцем живота, семинары, издательство (книги серии «Наталия Правдина рекомендует!»)... Как вам удается все успевать?
– Я беру пример только с успешных людей. Например, миллиардер Дональд Трамп спит по 4 часа в день и никогда не

Пробуйте все. То, что принесет хороший результат, и будет правильной школой для вас. Какая разница, какая кошка поймала мышку – белая или черная!

смотрит телевизор. Я пока не могу похвастаться четырехчасовым сном, но телевизор точно не смотрю. И еще один секрет: мне очень интересно жить! А когда интересно жить, то все получается и все успеваешь. Главное – верить в себя и иметь хороших помощников.

– Какое направление для вас сейчас приоритетно?
– Все, что я делаю, я делаю с любовью и вдохновением. Для меня нет незначимых дел. Мое основное занятие – написание книг, но и встречи с читателями в книжных магазинах – это очень важно, ведь человек запомнит наш разговор надолго. Подбодрить человека, улыбнуться ему, пожелать счастья не менее важно, чем написать хорошую книгу.

– Наталия Борисовна, вы производите впечатление успешного и счастливого человека. Это не иллюзия?
– Это не иллюзия, это пример того, что дисциплинированное сознание, направленное только на позитивные мысли, производит настоящий переворот в судьбе. Поверьте, 10 лет назад я была неуверенной в себе, склонной к депрессиям. Сейчас перед вами совсем другой человек, и это результат работы над собой. Фактически все мои книги – это не только описание знаний, но и опыт их применения на практике. Это мой стиль жизни, поэтому мои книги абсолютно правдивы, как и моя фамилия.

Опубликовано в журнале Pleasure.

КИТАЙСКАЯ ГРАМОТА

КЛЮЧИ К ВРАТАМ ВРЕМЕНИ

**Людмила Кузьмина,
консультант по фэн-шуй и БаЦзы**

Не все в жизни зависит от наших решений и выбора. Если проанализировать прошлое, мы увидим, что одна ситуация разрешалась легко, гладко и без негативных последствий, а другая – долго и муторно, принося массу проблем. Если бы знать заранее, какой именно день – наилучший для крупных покупок, операций, заключения договоров, поездок, свадеб, можно было бы не только избежать многих проблем, но и получить от ситуации максимальный результат. Такая возможность у нас есть!
Метод выбора дат существует в области китайской метафизики уже несколько тысяч лет. На Востоке считают, что правильные действия, сделанные в правильное время, это залог успеха. В древности система, позволяющая рассчитать время, была необходима для ведения войны и управления государством. Тогда только избранные мудрецы, близкие к императору, обладали такими знаниями.
Со временем некоторые формулы выбора дат начали использовать для составления календаря Тоншу, рассказывающего, в какой день чем лучше заниматься. Люди обращаются к нему, чтобы выбрать дату для свадьбы, зачатия ребенка, подписания договора, совершения крупной покупки и даже для начала диеты. Однако используемые в Тоншу формулы не берут в расчет личность. Куда более эффективны индивидуальные консультации специалиста, который с помощью сложных формул более точно определит подходящий день.
Суть выбора дат в том, что каждый день имеет свои энергетические характеристики. Совершив нужное действие в нужное время, мы используем максимальную силу момента и в результате получаем максимальную удачу. Благоприятный момент может повториться, так как в основе лежит концепция цикличности времени: все движется по кругу, поэтому мы можем рассчитать снова и снова нужный нам момент времени, имеющий благоприятную энергию для определенного события.
Существует много различных методов выбора даты: это БаЦзы (см. №1), До Шу, система Мастера Дона, Ци Мен, Дун Дзя, Сюан Кон Да Гуа и другие. Каждая система использует свой набор техник, но главное – результат. Если бизнесмен едет в командировку и вместо одного запланированного контракта заключает три, это хороший выбор времени поездки. Если человеку делают сложную операцию, которая проходит без проблем, это правильный выбор времени операции. Если после свадьбы ничто и никто не омрачает жизнь молодой пары, это благоприятный выбор даты свадьбы. Если ремонт прошел быстро и гладко, а вы не потратили намного больше, чем планировали, это хороший выбор даты для начала ремонта. Конечно, во всем этом немалую роль играет сам человек, но и без удачи далеко не уедешь.
Правильно выбранная дата – это дополнительная возможность, бонус к тому, что мы имеем, позволяющий нам легко плыть в потоке времени.

Фэн-шуй, «Четыре Столпа Судьбы», выбор благоприятной даты.
Тел. (863) **26-81-000**,
e-mail: **planetaindigo@mail.ru**.

мысли вслух

Вадим Карабинский:
«РЕАЛЬНОСТЬ, или Как выйти из системы»

Глава 2. Кто такая система?

Система – это все человечество, которое живет и развивается в соответствии с ошибочными убеждениями в умах. Включая тех, кто эти ошибки внедряет в сознание. Ведь они тоже живут с ошибочными убеждениями, раз желают людям худшей участи.

Система искусственная и поддерживается за счет активной пропаганды ложных убеждений.

Давайте проведем мысленный эксперимент и выключим во всем мире на 10 лет телевещание, а заодно и радио, запретим всю желто-черную прессу и такой же интернет.

Представьте, как погасли миллиарды телевизоров и мониторов, как сотни миллионов человек остались без развлекательного чтива в машинах и электричках. Все человечество в одно мгновение оказалось в тишине. У каждого человека высвободилось часов по 6 каждый день. Теперь никто не возбуждает его эго и не внедряет чуждые ему ценности.

Что будут делать все эти люди? Они вынуждены будут оглянуться вокруг и заметить других людей, они вынуждены будут созерцать реальность, в которой живут. Они вынуждены будут думать и осознавать. Чувствительность и скорость мысли неминуемо возрастет в разы. Знаете, что они увидят? Они увидят, что мы все...

Глава 3. Мало думаем

В сутках 24 часа. Из них 8 часов мы спим, 3 часа тратим на еду (включая покупку продуктов, приготовление и уборку), 2 часа на дорогу на работу туда и обратно, 8 часов рабочий день, 3 часа на телевизор или компьютер, итого 24 часа. На мышление остается не так уж и много:)

Мышление – это не логические рассуждения: «из факта №1 следует факт №2, следовательно…» Вспомните, как к вам приходили на самом деле стоящие мысли. Разве вы рассуждали холодным умом? Нет. Это было – как озарение, как догадка. Программисты хорошо знают такое явление: сидишь 4 часа перед монитором, продумываешь алгоритм, подставляешь стандартные решения, а они не подходят. Потом отлучишься по нужде, и ВДРУГ… приходит озарение. На самом деле, не вдруг. Только в расслабленный ум приходят нестандартные решения, ходы, ответы.

И только расслабленный ум способен четко сформулировать задачу или вопрос. Сформулированный вопрос – это половина ответа. Четко сформулированный вопрос – это ответ.

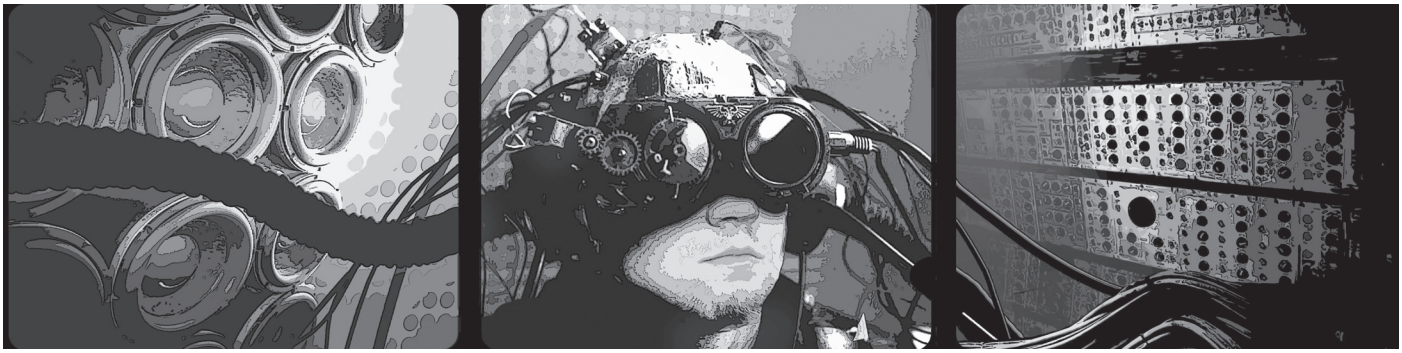
«Суть моя – истина, поэтому я доверяю себе».
Вадим Карабинский

Все ответы существуют во вселенной. И они сразу даются человеку, как только он сформулировал правильно вопрос. Дальше уже возникает проблема того, что человек в суете не может воспринять ответ из вселенной.

Ни в коем разе не отрицаю логическое мышление. Оно необходимо, чтобы объяснить другому человеку то, что сам понял в одно мгновение. Честно скажу, логически я мыслю очень редко. Обычно, когда что-то объясняю, например, пишу этот текст. А что именно писать, приходит в виде озарений. Логикой я проверяю: поймут меня или не поймут, правильно ли поймут. Для того, чтобы мышление было возможным, необходимо время. Причем, в это время ум и тело должны быть расслаблены. Учитывая, что 24 часа в сутки мы суетимся, времени на расслабление нужно много. Но система ориентирована на то, чтобы человек был все время занят. Еда и жилье доступны только за деньги, поэтому необходимо работать. Подсознательный страх остаться без еды или крыши над головой постоянно нас подгоняет: «Надо что-то делать! Возможности уходят! Найдется кто-то другой, а я останусь без работы/бизнеса!» За годы суеты мы разучились быть одни, наслаждаться одиночеством, погружаться в себя. Чуть остановишься – и сразу становится скучно и страшно. Реальность, которую начинаешь чувствовать и видеть, пугает. Миллиарды людей прожили жизнь, как шестеренки, будучи легко заменимой частью конвейера, а каждый хочет чувствовать себя нужным обществу, близким людям, стране, любимому человеку. Поэтому осознание, что время – самое ценное, что у тебя есть, ты продаешь за гроши, очень болезненно. Осознав это, нужно или выйти из системы, или постараться забыть. Большинство выбирает забыть. Страшно хоть на мгновение противостоять системе, которая отлажена за тысячелетия и пропустила через себя миллиарды тебе подобных. Думать и осознавать реальность больно и тяжело. Особенно первые годы. Особенно, когда не знаешь, как с этим жить. У каждого есть выбор: перенести страдания осознания, муки одиночества, страх быть белой вороной, опасность доверять своим чувствам или жить в суете, гонимым чувством страха и безсмысленности существования. Мы делаем этот выбор каждое мгновение!

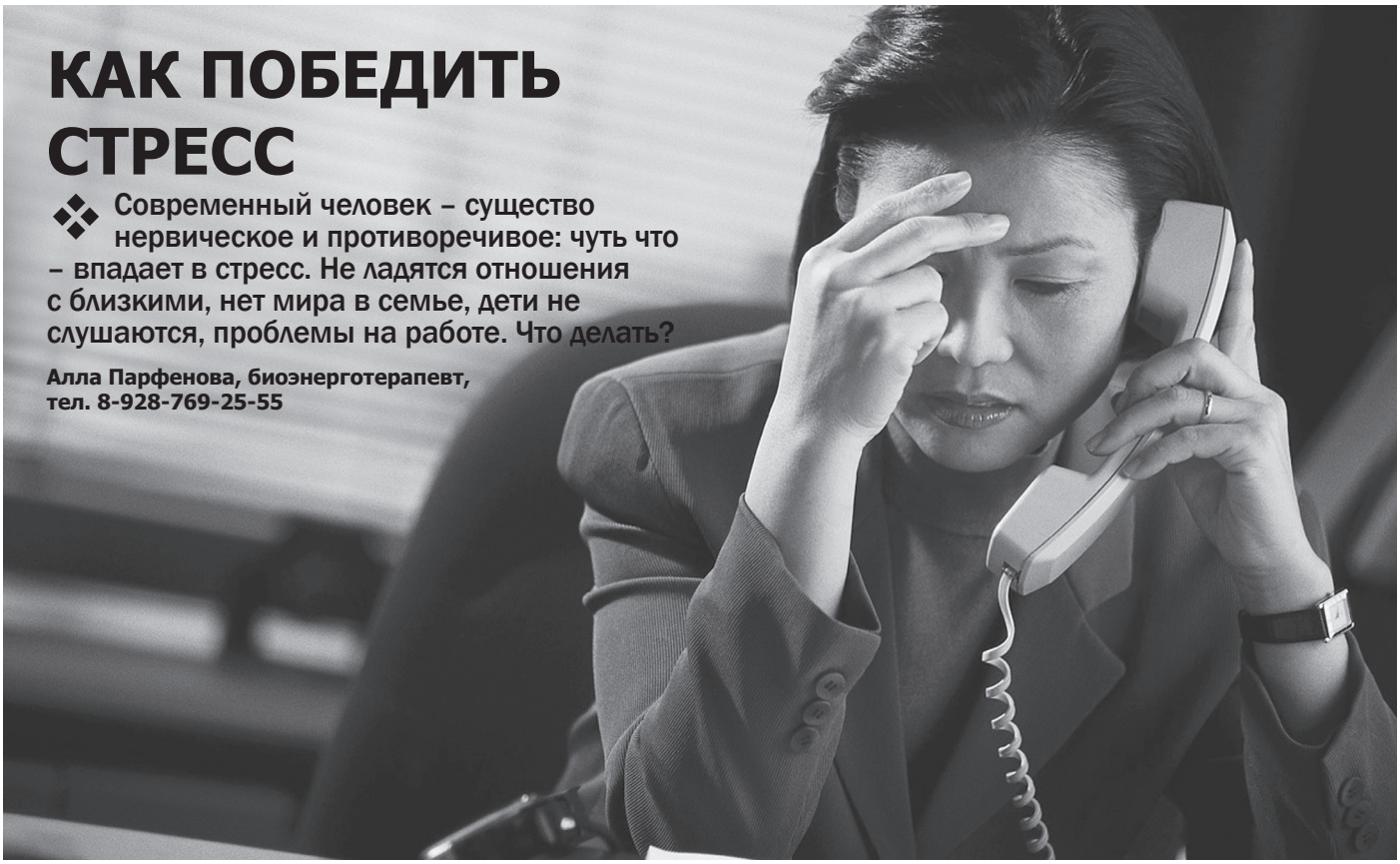
Продолжение. Начало см. в №1.
Продолжение следует.

Главы из книги.
www.ekoposelenia.ru, www.klubmm.ru



БИОЭНЕРГЕТИКА

КАК ПОБЕДИТЬ СТРЕСС



Современный человек – существо нервическое и противоречивое: чуть что – впадает в стресс. Не ладятся отношения с близкими, нет мира в семье, дети не слушаются, проблемы на работе. Что делать?

**Алла Парфенова, биоэнерготерапевт,
тел. 8-928-769-25-55**

Факторов, вызывающих стресс, много, но источников всего два: это происходящие с нами события и наше отношение к ним. Стресс – это страх за свое благополучие и благосостояние и источник болезней. Признаки стресса можно разделить по сферам их проявления на физическом, эмоциональном и поведенческом уровне. **Физические признаки:** общее напряжение мышц и связанные с ним боли в груди, животе, спине, дрожь, нервный тик, головная боль, головокружение, усиленное сердцебиение, потливость. **Эмоциональные признаки:** беспокойство, повышенная возбудимость, невозможность сосредоточиться, ощущение потери контроля над собой и ситуацией, страх, чувство вины. **Поведенческие признаки:** злоупотребление алкоголем, курение без меры, неуёмный аппетит, безразличие к своему внешнему виду, постоянная спешка и стремление всё успеть, поиски виноватых.

Существует множество методов устранения духовных, эмоциональных и физических препятствий, приводящих к стрессу и мешающих свободному потоку жизненной энергии. Прежде всего, надо постараться осознать причины проблемы. Почему это произошло со мной? Что я должен понять? Какой урок вынести? Все события в своей жизни мы создаем сами и отвечаем за них. Ответственность – это не наказание, это тот краеугольный камень, на котором зиждется вся система наших взаимоотношений с миром, с окружающими, с самим собой. Но отвечаем мы только за то, что можем контролировать сами: за свои мысли и эмоции. Прежде всего, это касается отношения к самим себе. Замечено, что человек, любящий себя, гармоничный, с чувством собственного достоинства, редко попадает в унизительные ситуации, и наоборот, неуверенные, недовольные собой люди получают в ответ обиду и унижение. Ответственны мы за чувства, которые испытываем после негативных событий. Эмоции обиды, гнева, раздражения опускаются на дно нашего подсознания, увеличивая и без того нелёгкий груз недовольства собой и жизнью. Всякий раз, анализируя неприятную ситуацию, мы попадаем в её капкан, из которого выбраться становится всё труднее. Осознали свой промах, учли опыт – закрыли тему. **Не возвращайтесь в свои переживания.** И ещё, **мысленно попросите прощения у своих «обидчиков»**, ведь через них Вселенная даёт вам урок. **Простите их и не забудьте попросить прощения у себя за испытанные волнения.**

В борьбе со стрессами помогают **дыхательные и ментальные упражнения** с использованием мыслеобраза (визуализация). Они существенно увеличивают энергетическое поле человека и наполняют организм жизненными потоками. Для начала сделайте глубокий вдох через нос и шумный, интенсивный выдох через рот. Повторите 3-5 раз. Затем представьте луч белого света, который опускается сверху. На вдохе он входит в голову, опускается вниз, омывая плечи, грудь, вплоть до солнечного сплетения. Задержите дыхание на 5 секунд. На выдохе поток белой энергии опускается вниз, снимая напряжение, и уходит через руки и ноги в землю. Выдыхаем медленно и беззвучно через рот.

Следующее упражнение быстро **снимает раздражение**. Глубоко вдохните и задержите вдох. Руки разведите в стороны, сильно сожмите кулаки и с усилием вращайте ими, словно разминаете запястье. Удерживайте вдох до тех пор, пока нестерпимо не захочется выдохнуть. Выдохните плавно и быстро. Успокоив дыхание, повторите еще раз, не более.

Упражнение-мыслеобраз по **повышению внутреннего потенциала**. Представьте себя стоящим на берегу океана. За спиной – отвесная скала, ласково светит солнце, все располагает к расслаблению. Но вот у горизонта появляется тёмная полоска, которая превращается в огромную ревущую волну, несущуюся на берег. Вам некуда деться: впереди – океан, сзади – скала. Остаётся встретить удар волны. И вот она захлестнула, затопила, вдавила в скалу. Ваши мышцы включают глубинный резерв, наливаются мощью и держат огромное давление волны. Она уходит, небольшой перерыв – и вновь прижимает к скале. Вы стоите на берегу того же океана. Он спокоен, над ним – огромный монитор. Постарайтесь увидеть за несколько секунд ситуацию, которая вас беспокоит, и бросьте в монитор огромный камень. Осколки экрана с грохотом падают в воду и тут же исчезают. Силой мысли создайте новый экран, где будет показана другая – радующая вас картинка. Остановитесь на ней подольше, почувствуйте покой и удовлетворение.

Эти упражнения помогут вам победить стресс. Верьте, именно вы – хозяева своей жизни.

ЛУЧШИЕ НА ПЛАНЕТЕ

ФИЛЬМЫ

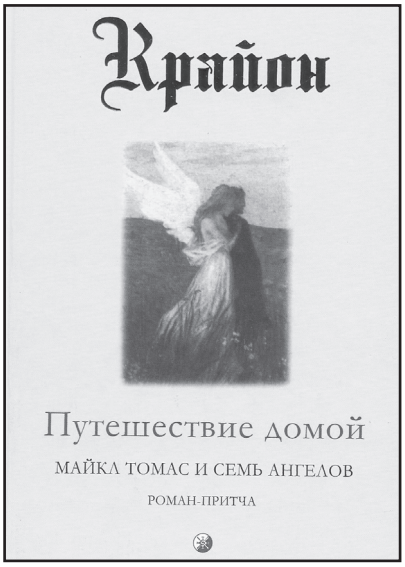


«ПЕПЕЛ И СНЕГ»
Ashes and Snow

Режиссер: Грегори Колберт, 62 мин., США, 2005

За 13 лет Грегори Колберт совершил 33 экспедиции в самые удаленные уголки нашей планеты, чтобы отразить в своих работах удивительные взаимоотношения между человеком и природой. Результатом одиссеи стал уникальный проект Ashes and Snow: часовой кинофильм, снятый на 35-мм пленку, арт-инсталляции и даже роман в письмах. Проект «Пепел и снег» многие считают одним из величайших произведений человеческого гения. «Исследуя скрытый язык и поэтическую чувствительность животных, я пытаюсь обнаружить некую основу мира, когда люди и животные жили в гармонии, - говорит Колберт. - Мои фото показывают мир, у которого нет ни начала, ни конца, ни прошлого, ни настоящего. Я надеюсь, что этот проект поможет людям получить уникальный опыт чуда, понимания, спокойствия и надежды».

КНИГИ



КРАЙОН
«Путешествие домой. Майкл Томас и семь ангелов»

«София», 2007

Пятая книга Крайона - одно из лучших практических пособий по метафизике Новой Эры. Этот роман-притчу написали в соавторстве вполне материальный человек Ли Кэрролл и бестелесный дух по имени Крайон. Главный герой Майкл Томас молод, но уже успел разочароваться в жизни. В состоянии клинической смерти он оказывается в магической стране, населенной семью ангелами и одним жутким монстром. Сюда попадают люди, желающие понять, как устроен мир, и обрести духовную опору. Их ждут непростые испытания, но и ставка в игре высока. Станет ли Майкл Томас одним из Воинов Света? Чему он научится на пути Домой? Как применит свои знания?

МУЗЫКА

«АБВИОТУРА»
«РукиНоги» (макси-сингл), 2006

www.abviotura.ru

Когда-то рок-группа «Абвиотура» по праву считалась лучшей в Ростове. За 5 лет столичной жизни музыканты не только зарекомендовали себя как самый взрывной фестивальный коллектив на российской рок-сцене, но и обозначили свое место на оной в качестве «отцов-основателей этно-кора». Макси-сингл «РукиНоги» стал первой масштабной презентацией этого стиля: характерное для лирики Павла Лапыгина фольклорное начало плюс жёсткое гитарно-риффовое звучание, в которое органично вплетены сэмплы с пением русских и белорусских бабушек. Мощная энергетика ударных хитов «Не надо», «Коляда» и «Тибета Што» нарастает от песни к песне, чтобы погрузить слушателя в транс завораживающей, шаманской «Полетели». Талант и мастерство музыкантов, помноженные на духовный поиск, действительно творят чудеса.
Новый полновесный альбом «Абвиотуры» ожидается этой осенью. Не пропустите!



ПЛАНЕТА ИНДИГО

Газета новой эры
№ 2 /май 2008/

Учредитель и главный редактор
Людмила Кузьмина
Дизайн и верстка
Татьяна Ненашева

Тел. в Ростове-на-Дону:
(863) 26-81-000
Адрес для писем:
planetaindigo@mail.ru

Подписано в печать
8.05.2008
Тираж 999 экз.
Распространяется бесплатно.

Издание **«ПЛАНЕТА ИНДИГО»** выходит 1 раз в месяц с апреля 2008 года.
Отпечатано в типографии «ПринтГрафика».

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Разрешается использование материалов газеты с обязательной ссылкой на **«ПЛАНЕТУ ИНДИГО»**.

ГДЕ НАС НАЙТИ

Учебно-тренинговый центр «Школа успеха»:
пер.Крепостной, 131, оф.35;
тел. (863)2-276-276,
www.shkola-uspeha.boom.ru.

Школа Чжун Юань цигун мастера Сюи Минтана:
тел. 8(905)451-04-32, www.zyqigong.ru.

Женский клуб Аллы Парфёновой:
тел. 8(928)769-25-55.

Магазин фэн-шуй:
ул. Шаумяна, 86.