

ДНК: СЕКРЕТ ОМОЛОЖЕНИЯ,
ОЗДОРОВЛЕНИЯ И СТРОЙНОСТИ

страница **6**

СИНТОН -
ЭТО СОЗВУЧИЕ

страница **11**

ТВОИ СВЯТЫНИ,
РОССИЯ!

страница **15**

ОТ РЕДАКЦИИ



НАМ 1 ГОД!

Ровно год назад, в апреле 2008 года вышел в свет первый номер газеты «ПЛАНЕТА ИНДИГО». За год суммарный тираж газеты составил 15 000 экземпляров, а это немало, согласитесь! Спасибо всем, кто поздравил нас с первой годовщиной. Оставайтесь с нами, приходите на наш фестиваль «Мерцающий огонь», на семинары и тренинги центра «РЕЗОНАНС», и не забудьте получить скидку по купону на стр. 5!

>>> *Аюдмила Кузьмина,*
главный редактор

ПО ВОПРОСАМ СОТРУДНИЧЕСТВА, РЕКЛАМЫ, ПОДПИСКИ И
РАСПРОСТРАНЕНИЯ ГАЗЕТЫ ОБРАЩАЙТЕСЬ по тел.
(863) 26-81-000 и e-mail: planetaindigo@mail.ru

СЕМИНАРЫ

Центр «РЕЗОНАНС»

26.04 – II Общедонской фестиваль эзотерики, психологии и целительства «Мерцающий огонь».
Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

25.04 – семинар «ИСЦЕЛЕНИЕ ЭНЕРГИЕЙ» от СТИВА РОТЕРА и ГРУППЫ.

26.04 – семинар «РАБОТА С ДНК: ОМОЛОЖЕНИЕ И СТРОЙНОСТЬ».
Ведущая – сертифицированный тренер организации Lightworker Елена Давыдова (Москва).
Запись на семинары и индивидуальные сеансы: тел. (863) 26-81-000, www.ezorostov.ru

В мае – семинары по ЗДРАВЕ: «ЭНЕРГИЯ ЖИЗНИ» и «РАСТУЩЕЕ ДЕРЕВО». Ведущий – Дмитрий Катков (Оренбург).
Запись на семинары и индивидуальные сеансы: тел. (863) 26-81-000, www.ezorostov.ru

По четвергам – презентация метода «СИМОРОН».

По средам – встречи в клубе «СИМОРОН». Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

По пятницам – весенняя антидепрессивная программа «ДИЕТА ХОРОШИХ НОВОСТЕЙ». Ведущий – духовный психолог, Рэйки-мастер Николай Справцов (Москва). Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

10-11.04 – семинар первого уровня «Психотерапевтическая кинезиология» для врачей и педагогов. Ведущая – к.п.н. Ирина Чобану (Москва), врач-психотерапевт. Выдается сертификат гособразца.

Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

8-12.04 – семинар «ЙОГА ВОЛНЫ». Ведущий – Дмитрий Бразовский.
Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

12.04 – презентация семинара «Магия К. Кастанеды. Моделирование реальности. Навигация бесконечности». Ведущая – психолог-практик, биоэнерготерапевт, участница «Битвы экстрасенсов» Нина Дронова.
Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

17.04 – третье заседание Клуба ТАРО.
Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

ШКОЛА ТРАНСЕРФИНГА

18-19.04 – тренинг «Управление денежным потоком»,
2-3.05 – тренинг «Возвращение силы».
Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru, www.transurfing.ru

СИНТОН

В Ростове открывается представительство центра «СИНТОН»!
Запись на «Базовый тренинг: мастерство коммуникаций» по тел. (863) 229-58-48 и 26-81-000, www.ezorostov.ru

ПОХОДЫ

1-7.05 – поход по горам Крыма: исследование психофизических возможностей группы в режиме умеренных нагрузок. **8-12.05 – стоянка на мысе Меганом (Крым).** Ритм лагеря будет созвучен с природным местом силы Меганом и морем. Соединение тайского массажа, элементов волновой гимнастики и КИ, эническая музыка по-

дарят возможность самовыражения через голос и движение. Ведущий – Дмитрий Бразовский.
Тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

19-26.06 – КУПАЛА на озере Вселуг (Тверская обл.), семинар-мистерия-праздник. Волшебные ночи на вершине лета в честь древнего праздника любви. Ведущий – Дмитрий Шарко (Москва).
Тел. (863) 26-81-000, www.ezorostov.ru

УТЦ «ШКОЛА УСПЕХА»

13-17.04 – «Тренинг эмоционального контроля»
18-19.04 – «Тренинг уверенности»
20-24.04 – «Финансовое изобилие»
25-26.04 – «Самый лучший собеседник»
27.04-1.05 – «Тренинг развития интуиции»
2.05 – «Психологический приворот»
Адрес: пер.Крепостной, 131, оф.35; тел. (863) 2-276-276, www.mir-peremen.ru

Школа ЧЖУН ЮАНЬ ЦИГУН

Семинары I-III ступени (инструктор Екатерина Николаевна Иванова).
Тел. 8 (905) 451-04-32, www.zyqigong.ru

ЖЕНСКИЙ КЛУБ Аллы Андреевны Парфеновой

Еженедельные встречи – по воскресеньям в 11:00.
Тел. 8 (928) 769-25-55

Школа Валерия СИНЕЛЬНИКОВА

11-12.04 – семинар «Кто я? Какой я?».
Тел. (863) 233-96-88, 8 (928) 107-11-90, www.v-sinelnikov.com

25-26.04 – актерско-психологический тренинг театра-школы «ОБРАЗ» «Искусство жить».
Тел. 8 (903) 463-58-59, (863) 241-16-98, www.obraz-rostov.ru

СКИДКА ПО КУПОНУ – 5%

На мероприятия центра «РЕЗОНАНС» скидка 5% по купону на стр.5!

ГОРОДСКИЕ НОВОСТИ

ДАЛЬНЕЙШЕЕ ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННОЕ РАЗВИТИЕ

1 марта в центре «РЕЗОНАНС» ростовская школа ДЭИР представила четырехдневный семинар по первой ступени. Школа ДЭИР создавалась в 80-е годы по заказу ЦК КПСС с целью сделать обычного человека лидером. Технологии ДЭИР структурированы, как математические формулы, и дают быстрый результат: всестороннюю успешность в социуме и быстрый энергетический рост.

В системе ДЭИР насчитывается 5 ступеней. Первая ступень нацелена на освобождение от энергоинформационных поражений, создание защитной оболочки и повышение уровня энергии. На второй ступени начинается выстраивание целей, достижение результата и работа с кармой. Третья ступень посвящена взаимоотношениям в социуме, а также отношениям человека и эгрегора и работе со стихиями.



РАЗБУДИТЕ В СЕБЕ ГЕНИЯ!

Как узнать дело своей жизни? Как создать и развить свой уникальный бизнес? Как стать известным композитором, писателем, художником, режиссером? Как разбудить свою интуицию, чтобы изменить к лучшему свою жизнь? Ответ на эти вопросы дают древние суфийские техники, которые 18-28 марта представил в Ростове президент Академии Творчества Данил Викторович Алексеев (Москва). Его уникальная авторская программа «Гениальность можно развить» предназначена, прежде всего, творческим и деловым людям. Минимальный результат занятий – прилив сил, пробуждение интуиции, решение проблем. Максимум – развитие гениальности, сверхспособностей, умение формировать событийный ряд, создание и расширение своего уникального бизнеса, обретение известности.

Эффективность суфийских техник подтверждают данные организатора семинара Виктории Богорад: из 10 самых молодых мультимиллионеров России 7 являются учениками известного современного суфия – доктора Норбекова.



КЛУБ ТАРО

Таро, ТарО, Tarot, «Царский путь», «Дорога знаний», «Вселенная в кармане»... Сколько было и сколько еще будет названий у этих волшебных картинок! Для одного они – Истина, для другого – каналы Вселенской энергии, для третьего – способ заработать, а для кого-то – веселая игра. Колоду считают наследием предков, посланием иных миров или инструментом шарлатанов. Кто прав? В Клубе Таро (в центре «РЕЗОНАНС» по пятницам) каждый сможет соприкоснуться с этим волшебным миром, сможет глубже, многогранней и ярче раскрыть тайны Арканов и найти СВОЕ ТАРО.



ПОДАРОК ДАМАМ

7 марта центр «РЕЗОНАНС» преподнес дамам прекрасный подарок к Женскому Дню: увлекательную лекцию Татьяны Миловидовой «Женская магия. Женщина-творец» и практическое занятие от центра «Тибет» «Исцеление любовью».

По определению Татьяны Миловидовой, магия – это воздействие волевым импульсом на окружающий мир. Отличие женской магии – функциональное: это так называемый лунный путь (в отличие от солнечного – мужского), связанный с временем и текучестью. Живя в мужском, жестко структурированном мире, женщина должна уметь встраиваться в него, принимая все свои ипостаси (Дочь, Мать, Жена, Ведьма...). Очень важно не драматизировать возрастные изменения, а относиться к ним как к смене сезонов, каждый из которых по-своему прекрасен. Например, климакс – это утрата способности деторождения, но одновременно это пик женской мудрости и магической силы.

Женщине необходимо помнить, что она ответственна за будущее поколения, за их духовную сущность.

В завершение вечера Александр Углов (центр «Тибет») представил слушательницам возможность на себе испытать эффективность упражнений по гармонизации мужской и женской энергии в организме, являющихся составной частью семинара «Исцеление любовью».



САДИМСЯ НА ДИЕТУ ХОРОШИХ НОВОСТЕЙ!

За окном дождь и слякоть, по телевизору кризис. Справиться с окружающим негативом поможет весенняя антидепрессивная программа центра «РЕЗОНАНС» «Диета хороших новостей»! Теперь каждую пятницу вы сможете избавиться от депрессии и апатии и получить заряд положительной энергии, общение с единомышленниками, оптимистичный взгляд на жизнь и полную свободу реализации. Как говорит автор и ведущий программы Николай Справцов, президент Московской областной общественной организации «Центр Психологической устойчивости «Дом Ангелов», Рэйки-мастер, целитель, психолог, «я владею техниками, которые позволяют вскрывать раны на душе без скальпеля». Подкрепляя слова практикой, он показывает упражнения по избавлению от повседневных негативных эмоций. Например, технику «выдувания» обиды из тела; ведь, по статистике, 70% шлаков выходит из организма именно через выдох. Чтобы не заразиться негативом, важно не пересказывать неприятности. Если вам начнут жаловаться, скажите собеседнику: «Расскажи лучше что-нибудь хорошее! Мне доктор прописал диету хороших новостей».



На мероприятия центра «РЕЗОНАНС» скидка 5% по купону на стр.5!

КОЛЕСО ГОДА

21 марта в центре «РЕЗОНАНС» состоялось первое занятие базового курса психолога и основательницы собственной предсказательной школы Татьяны Миловидовой «Колесо года». За шесть занятий Татьяна подробно расскажет об основных церковных и языческих праздниках и даст ценные советы по проведению этих ключевых дней года.

Официально Новый год мы привыкли встречать в ночь с 31 декабря на 1 января, но эзотерический год начинается 25 декабря. Это начало периода созидания, возрождения Земли и всего живого. Наш календарный год магически поделен на 4 части днями зимнего и летнего солнцестояния и днями весеннего и осеннего равноденствия. Между ними расположено множество праздников, и если знать, какие ритуалы в эти дни совершать, энергию Земли и энергию Солнца можно направить в нужное вам русло для исполнения ваших желаний.

ЛОВИ ВОЛНУ!

14-15 марта в Ростове состоялся первый базовый тренинг Школы Трансерфинга «Управление Реальностью». Занятия в Школе Трансерфинга дают простые и действенные инструменты управления реальностью, которые описаны в книгах Вадима Зеланда и которые можно без труда использовать в повседневной жизни. Тренинг «Управление Реальностью» позволяет осознать, какие действия приблизят вас к желаемым результатам, помогут выбрать новое мироощущение, новый образ жизни. По словам Вадима Зеланда, «реальное существует независимо от вас до тех пор, пока вы с ним согласны».

Как сообщил руководитель представительства Школы Трансерфинга по ЮФО Олег Попов, ближайшее занятие «Управление денежным потоком» состоится 18-19 апреля состоится под девизом: «Ты не тот, кому нужны деньги. Ты тот, кто нужен деньгам!» Следующий тренинг «Возвращение силы» запланирован на 2-3 мая.



КУРС НА ОМОЛОЖЕНИЕ

28 марта в ростовском ДК «Энергетик» состоялась медицинская конференция Национального научно-производственного центра технологий омоложения, на которую собрались несколько сотен партнеров компании и гостей.

ННПЦТО в сотрудничестве с Санкт-Петербургским Институтом биорегуляции и геронтологии занимается разработкой геропротекторов — средств, способствующих увеличению продолжительности жизни и активной деятельности. По мнению специалистов ННПЦТО, новейшие разработки позволяют увеличить среднюю продолжительность жизни до 120 лет!

Руководитель научно-исследовательского отдела компании, кандидат медицинских наук Давид Горгилладзе рассказал, что ассортимент компании, включающий сегодня свыше 500 наименований, начинался с 24 сортов аюрведического чая. Несколько позже был разработан и запущен в производство самый популярный продукт ННПЦТО — омолаживающий мезококтейль. Его получил в подарок каждый гость конференции.



ВАШЕ СЧАСТЬЕ — В ВАШИХ РУКАХ!

22 марта в центре «РЕЗОНАНС» психолог и тренер Татьяна Павлова провела шестичасовой семинар с элементами транзактного психоанализа «Языки любви». Семинар был посвящен тому, как привлечь в свою жизнь идеального партнера и достичь счастья и гармонии в отношениях. На каком языке любви разговариваете вы и ваш партнер? Языков любви всего пять: язык слов поощрения, язык качественно проведенного времени, язык подарков, язык помощи и язык прикосновений. Если распознать, на каком языке говорит ваш партнер, отношения станут более гармоничными. Татьяна Павлова объяснила, что нужно изменить в себе и как правильно сформулировать «запрос во Вселенную», чтобы привлечь такого партнера, о котором вы мечтаете.

ТРЕНИНГ «ПСИФОРМЕР»: ПРЕМЬЕРА В РОСТОВЕ

Авторский тренинг психотерапевта Дмитрия Шарко «ПСИФОРМЕР», который уже оценили по достоинству в Москве и в других городах России и Украины, наконец-то приехал в Ростов. 20-22 марта участники тренинга под руководством автора методики прошли мощные практики по освобождению от энергетических блоков («процесс правды» (сеанс холотропного дыхания), телесно-двигательная терапия, динамическая медитация). Затем, после выявления главной проблемы каждого участника тренинга и ее локализации в теле по методу психоорганического анализа Поля Бойсена, настал черед для уникальной авторской техники «Псиформер», позволяющей трансформировать любые проблемы и болезни человека в энергию намерения. Заключительным аккордом стали суфийские вращения и импровизированные «русские народные зикры».

Центр «РЕЗОНАНС» планирует регулярно проводить в Ростове «ПСИФОРМЕР» и другие тренинги Дмитрия Шарко, а также клубные занятия по авторской технике «Псиформер». Кроме того, приглашаем читателей принять участие в экспедициях Дмитрия Шарко: «КУПАЛА НА ОЗЕРЕ ВСЕЛУ» (19-26 июня) и «ВОЛШЕБНЫЙ САД СРЕДИ КАМНЕЙ» (7-дневный поход по Каппадокии, Турция).



ПУТЬ В НЕБЕРУ

29 марта в центре «РЕЗОНАНС» состоялась презентация книги Александра Заметина и Сергея XEDESA «ПУТЬ В НЕБЕРУ». Александр Заметин (Аменх), известный маг, шаман, специалист по шумерским магическим практикам, ответил на вопросы гостей, среди которых было немало его учеников. Он рассказал, что источником магии была шумерская цивилизация. Люди тогда были ближе к природе и к богам, им были ведомы секреты творения. Некоторые из этих секретов (через Каббалу и «Некрономикон») дошли до наших дней. Книга «ПУТЬ В НЕБЕРУ» носит практический характер и позволяет начинающим магам работать без посвящения и без посредников. В ней представлены имена и печати богов и духов, ключи и жесты входа. По словам Аменха, самопосвящение возможно во все письмены и в шаманские случаи; в остальных случаях понадобится помощь опытного мага.



ЗДРАВА – ВЗРАЩИВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Дмитрий Катков (Оренбург),
инструктор по Здраве

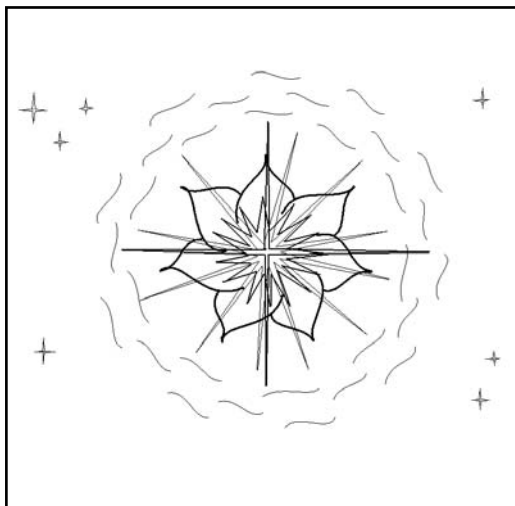
ЗДРАВА – это система развития тела и духа, имеющая в своей основе корни, уходящие в древнеславянскую ведическую культуру. Выстроена на естественных механизмах саморегуляции и восстановления организма:

- * естественным образом восстанавливает функции внимания и восприятия,
- * восстанавливает и возвращает здоровье человека,
- * возвращает человека к себе, раскрывает природные источники сил и энергий в человеке,
- * раскрывает человека, его сознание, его способности и возможности,
- * пробуждает генетическую память Рода, заложенное в человеке знание Творца.

Во всем мире издавна знали об Энергии Жизни. Славяне называли ее Жива, христиане называют ее Духом Святым. Коран говорит о Рухе – святом дыхании Аллаха, и во всех религиях и учениях это божество называли Матерью Мира. Не нужно верить в нее, она не любит слепой веры. Каждый должен прийти к ней через свой опыт, только тогда она полностью открывается. Это жизнь, и она себя покажет сама.

Когда наше внимание там, куда мы направили его, энергия жизни свободно движется по каналам и меридианам, питает и восстанавливает организм, обеспечивая все его потребности. Если этот процесс естественен, он подталкивает нас к единому пространству жизни. При этом наше внимание переходит с любования собой или жалости к себе к пониманию окружающей нас действительности, к осознанию самих себя. Но, самое интересное, наши чувства, ощущения и переживания становятся выразителями мудрости протекающей сквозь нас жизни. В этом потоке жизни мы становимся едины со всем. Это наша гармония, это наше здоровье.

Без пищи человек может прожить около месяца, без воды несколько дней, без воздуха несколько минут, а без энергии столько же, сколько лампочка может светиться без электроэнергии. Ни одно живое существо не может жить без энергии, потому что оно состоит из нее. За счет энергии и посредством нее все движется и развивается. Любой энергии присуще одно качество – движение, это неотъемлемое свойство, смысл, предназначение, цель. Энергия никогда не застаивается, она всегда стремится к движению, к выражению.



Человек, прежде всего, существо энергоинформационное. Энергия и информация неразрывно связаны между собой, любая энергия несет информацию, и любая информация образует энергию, которая стремится реализовать эту информацию. Любое живое существо не может жить замкнуто и обособлено в плане энергии и информации, ведь само свойство Жизни — это Движение, перетекание из одной формы в другую. Энергии стремятся к движению, информация стремится к обмену. Содержание нашей информации и качество наших энергий влияют на наше здоровье, на наши мысли, поступки и саму жизнь. Но и человек своими мыслями, желаниями, словами, поступками постоянно влияет на движение энергии и информации. Сам того не осознавая, он нарушает или восстанавливает это движение. Стоит лишь нам в себе восстановить должное движение энергий, как постепенно восстанавливается наше здоровье, жизнь улучшается, раскрываются и реализовываются способности и возможности.

Жизнь полна сама по себе, она мудра и всезнающа, она естественно обладает гармонией, целостностью, здоровьем и совершенством. Из биологии мы знаем, что любой живой организм обладает естественными функциями восстановления, регенерации – это само свойство жизни. Любое животное в естественных условиях крепко здоровьем, быстро выздоравливает, достигает своей цели. Оно не раздумывает и не сомневается, оно просто действует в гармонии с жизнью. Нужно всего лишь дать жизни двигаться, действовать.

ЗДРАВА использует естественные механизмы, которые высвобождают Движение Жизни (движение жизненных сил и энергий в нас), которое совершает в нас и вокруг нас необходимую нашему естеству работу. Движение Жизни возвращает нас к истокам, к изначальной целостности, к гармонии и мудрости, к нашим корням, являясь основой для нашего развития и жизни. Важно помнить, что практика – не цель и не волшебная палочка, которая будет за вас работать. Это средство, ступеньки. Практика – это ключ, но какие врата откроются – зависит

от самого человека, от его чистого желания и устремления!

«Энергия Жизни» – практическая форма работы с Энергией Жизни, восстановление и развитие своей энергетике, нервной системы и сознания. Работа с другим человеком.

«Растущее Дерево» – оздоровительный комплекс гимнастики ЗДРАВА, направленный на релаксацию, развитие чувствительности, саморегуляцию. Включает гимнастику на позвоночник и суставы, динамическую медитацию, дзен-чаепитие.

В мае состоится семинары Дмитрия Каткова по Славянской Здраве: «Энергия Жизни» и «Растущее Дерево». Запись по тел. (863) 26-81-000.



- ◆ фэн-шуй-аудит дома и офиса
- ◆ анализ совместимости помещения и его обитателей

- ◆ коррекция негативных факторов
- ◆ Ба Цзы (Четыре Столпа Судьбы)
- ◆ выбор благоприятной даты

тел. (863) 26-81-000, e-mail: planetaindigo@mail.ru



ЗНАНИЯ ДРЕВНИХ

ЦИГУН: ТАЙНЫЕ ЗНАНИЯ И ПРАКТИКИ

Сергей Кицын,
психолог-целитель, преподаватель йоги и цигун

Цигун зародился в незапамятные времена, когда еще не было письменности. Нам известно только то, что Хуан Ди (Желтый Император) записал все эти знания, и вся китайская медицина и даосские трактаты являются комментариями его произведений. Происхождение самих знаний неизвестно. Есть гипотеза, что они были переданы китайцам представителями погибшей цивилизации. Так вдруг возникла из ничего странная и необычная китайская медицина.

Даосские практики менее известны. Трактаты даосов полны аллегорий и метафор, как трактаты европейских алхимиков. Для профанов, не имеющих ключа, они остаются поэзией, набором бессмысленных фраз, образами, порожденными воображением и лишенными связи с реальностью. Все это было бы вполне обоснованно, если бы не было живых представителей этой традиции. А они удивляют всякого, кто с ними сталкивается. Особые способности, которых нет у обычных людей. Знание организма человека, недоступное современной медицине, представление о мире как о противостоянии двух сил – положительных и все-таки противоположных. Эти необычные представления уводят нас с

привычной дороги, где предметы и живые существа являются неизменными, а весь мир – строго заданным порядком.

Мы попадаем в мир, где происходят превращения предметов и существ. Где все готово превратиться в мираж или возникнуть из миража и пустоты. Противоположности создают и разрушают этот мир. В нем нет ничего устойчивого. И самое материальное исчезает, приняв другую форму. Как в этом бесконечном потоке существ и форм найти свое место и понять, кто ты?

Одна из особенностей мировоззрения даосов – это поиск пути Дао. Этот путь находится между небом и землей, а человек их соединяет. Поиск гармонии небесного и земного в своей жизни является главной целью даоса. Одна из сторон этого поиска – это сосредоточение на Дэ, благодати, состоянии умиротворенности, любви, милосердия

и доброты. Даосы доброжелательны, и всегда готовы помочь тем, кто ищет путь самосовершенствования. Своим ученикам они все время говорят о важности Дэ. Дэ – это проявление милосердия неба на земле. А мир земли – это мир справедливости. Мудрость – это умение сочетать милосердие и справедливость, способность понимать всех людей и все ситуации.

Упражнения цигун позволяют достичь этого состояния наиболее коротким путем, воздействуя на тело, ум и чувства, приводя их в гармонию. Попробуйте, возможно, это ваш путь.



ЗАНЯТИЯ ЦИГУН В ШКОЛЕ ЧЖЕНЬ ЦЮАНЬ ДАО

С 1 мая – I ступень и лекции по цигун-терапии.

Ведет занятия Галина Беляева (Москва), инструктор цигун, имиджтерапевт.

Тел. 8 (928) 102-91-96 (инструктор цигун Сергей Кицын).

ГОРОДСКИЕ НОВОСТИ

СЕМИНАРЫ ПО ЧЖУН ЮАНЬ ЦИГУН

В марте в Школе Чжун Юань цигун прошли семинары первой и второй ступени. Их провела инструктор Школы Екатерина Иванова, личная ученица Мастера Сюи Минтана.

В традиции Чжун Юань цигун семинары первой и второй ступени посвящены проработке нижнего и среднего энергетических центров (даньтянов), набору, накоплению и трансформации в этих центрах животельной энергии Ци. Многие ученики многократно проходят эти семинары, поскольку групповая работа в сочетании с регулярными самостоятельными занятиями позволяет значительно продвинуться в практике цигун. Несмотря на стандартный набор упражнений, каждый такой семинар отличается своей «изюминкой»: дополнительные упражнения, работа с мантрами, лечебный цигун, особые медитации, которые Екатерина Николаевна ежегодно привозит из Индии – от Бхагавана Саи Бабы. На этот раз особенным оказался семинар второй ступени: он был посвящен раскрытию духовного сердца и включал мощные упражнения и медитации по очищению и активации сердечной чакры.



СКИДКА ПО КУПОНУ 5%

на любое мероприятие

центра «РЕЗОНАНС»

с 15.04.09 по 15.05.09.

Тел. для справок: 221-66-78

II Общедонской фестиваль психологии, эзотерики и целительства

«МЕРЦАЮЩИЙ ОГОНЬ»

26 апреля с 10:00 до 19:00

ДК «Роствертол»

СКИДКА ПО КУПОНУ 5%

Тел. для справок: 221-66-78

СКОРО В РОСТОВЕ

ДНК: СЕКРЕТ ОМОЛОЖЕНИЯ, ОЗДОРОВЛЕНИЯ И СТРОЙНОСТИ



Елена Давыдова (Москва),

тренер-метафизик организации Стива Ротера Lightworker
expert_effectiv.livejournal.com

невидимую кисть в руки и начинаете рисовать: закрашивайте кистью морщинки вокруг глаз, как будто Вы телесной краской выравниваете цвет и текстуру кожи и направляете в эти места поток энергии. И совершенно не нужно тратить на эту процедуру часы. Несколько минут ежедневно, и вы сможете вскоре увидеть результат!

О стройности

Стройность – проблема для многих. Как мы мучаем себя, а вес фактически не меняется! Да дело даже не в весе, согласитесь, а в объеме. Ситуация начнет меняться только тогда, когда мы будем довольны тем отражением в зеркале, которое видим. Вес начнет снижаться только после принятия себя такой, какая вы есть.

Для формирования четкой уверенности, что вы сможете обрести желаемые формы, найдите свою фотографию, где вы довольны собой и своей фигурой. И вспомните, как тело себя чувствовало в те годы. Это и будет началом работы с вашей ДНК! Желаю вам фантастических успехов и буду рада встрече с вами на занятии по работе с ДНК 26 апреля!

Занятие «Работа с ДНК: омоложение и стройность»

«Что вам нужно делать, чтобы восстановить связь между нитями ДНК? Да, существует множество курсов, которые вы можете пройти, и методов активации. В отношении всех методик на вашей планете есть хорошие новости – они все действенны. Плохие новости в том, что сейчас вам придется определить, какая из них подходит именно вам».

Стив Ротер и Группа, из книги «Итак, я - Бог. Что дальше?»

С помощью работы с ДНК возможно:

- обрести стройность,
- провести омоложение организма,
- улучшить структуру волос,
- оздоровить организм.

Программа занятия:

Теоретическая часть

Почему техники омоложения сейчас работают?

Разговор с клетками: оздоровление и омоложение организма

Эмоциональное питание

Зачем нужно заземление?

Практическая часть

Формирование намерения для омоложения и стройности.

Проведение техники по омоложению, оздоровлению и стройности.

Способы заземления.

В вашем арсенале будет несколько техник. Вы сможете выбрать наиболее эффективную для себя.

На занятие нужно взять с собой фотографию многолетней давности, где вам нравится, как вы выглядите, и вы довольны собой!

В 16 лет я была убеждена, что в 40 буду выглядеть лет на 30, в 50 – максимум на 35. Откуда я владела таким знанием? Просто мне так чувствовалось. Сейчас пришло то фантастическое время, когда мы сами творим свою реальность, свое тело, здоровье и молодость! Из многих источников к нам все чаще поступает информация о работе с ДНК: Крайон, Стив Ротер и Группа, Маргарет Руби и другие авторы пишут о возможности активировать свою ДНК. Если раньше ДНК обновлялась раз в 7 лет, сейчас это происходит в разы быстрее. Вибрации планеты Земля настолько повысились, что наши желания теперь воплощаются практически без временной задержки. Как вы думаете, почему появилось так много книг, техник по воплощению желаний? Потому что сейчас это работает! Наше намерение в настоящее время способно творить чудеса, поэтому воплощаются цели, которые мы не могли претворить в жизнь много лет.

Сейчас работают все техники, в которые мы верим, сложность только в том, чтобы поверить или сформировать намерение, четкое убеждение, что мы влияем на свою ДНК и можем выглядеть молодо и быть здоровыми.

О здоровье

Один из действенных способов – разговор с клетками. Когда мы говорим, что любим клетки, когда просим их исцелиться, процесс начинается. Приведу пример: у моей знакомой часто высокое давление, и так прихватывает сердце, что никакие лекарственные средства не помогают. Она начала разговаривать со своим сердцем, просить, чтобы оно исцелялось, посылать ему визуальную энергию. И боль уходит!

Об омоложении

Как вернуть молодость? К этому процессу мы можем еще подключить управление энергией. Представьте, что через макушку в вас входит мощный поток света. Вы начинаете «рисовать» на своем лице. Берете

Скидка 5% по купону на стр.5!

**25 апреля состоится семинар «ИСЦЕЛЕНИЕ ЭНЕРГИЕЙ»,
а 26 апреля – семинарское занятие «РАБОТА С ДНК: омоложение и стройность».**

Автор и ведущая тренингов – Елена Давыдова (Москва), сертифицированный тренер, ученица Стива Ротера, автор статей для журналов «COSMOMagia», «MINI», «Женские секреты», «ПОХУДЕЙ», «Планета ИНДИГО» и др. Елена прошла обучение у Стива Ротера программам OverLight и посвящение в Метафизику с правом представлять организацию Lightworker.

**Запись на семинары и индивидуальные сеансы Елены
Давыдовой по тел. (863) 26-81-000.**

приложение к ПЛАНЕТЕ ИНДИГО

ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ

№ 5 /апрель 2009/

УХОД ЗА КОЖЕЙ
ВЕСНОЙ

страница **8**

ПИР ДЛЯ
ВАШЕГО НОСА

страница **9**

ОДА КАПУСТЕ

страница **10**

ОТ РЕДАКЦИИ



Весна – прекрасное время года! Все оживает, расцветает, просыпается. Это время надежд, любви, новых желаний и новых возможностей. Избавляйтесь от всего ненужного, что вам мешает жить полноценной здоровой и счастливой жизнью – от старых вещей, от вредных привычек, от негативных мыслей. Весной сама природа помогает нам обновиться. Используйте это время на благо своего здоровья.

Татьяна Нестеренко,
редактор приложения
«ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ»

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ И ЧАСТНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ
по тел.: (863) 256-05-77 и e-mail: tt-nt@yandex.ru

ПУТЬ К ГАРМОНИИ

ИЗМЕНИТЕ СВОИ МЫСЛИ!

Ученые установили, что оптимисты живут качественнее и дольше, чем обидчивые, недоверчивые и сварливые люди. Это связано с тем, что гормоны радости повышают иммунитет. Взгляните на детей, ведь они радуются каждой минуте своей жизни и быстро забывают все обиды и неудачи. Они уверены, что весь мир принадлежит им, а в их мире нет места тоске и грусти. Взгляните на мир глазами детей!

«Жизнь становится такой, какой ее формируют наши мысли», – говорил древний философ Марк Аврелий. Чтобы быть здоровым, надо прежде всего постараться стать оптимистом. Надо создать свой собственный образ молодости и здоровья. Это будет способствовать пробуждению восстановительных сил организма.

Существует чудесное правило: никогда не сравнивать себя с тем, кто объективно живет на несколько порядков лучше. Это снижает самооценку и наводит тоску и депрессию. Необходимо развивать свои достоинства, радоваться тем успехам, которые уже есть. Если мы поддаемся унынию, отчаянию, подавленному настроению, то это немедленно сказывается на состоянии здоровья; наша защитная иммунная система в таких случаях срабатывает очень медленно.

Мы не задумываемся, что лучшее лекарство, которое дала нам природа – это мысль! Наше мышление – единственная область, где мы сами можем добиться реальных результатов. Каждый человек в любой момент жизни находится там, где он и должен быть в соответствии с уровнем своего разума. Все, что мы имеем вокруг себя, есть лишь результат деятельности наших мыслей. Учитывая вышесказанное, необходимо научиться мыслить только позитивно и останавливать себя всякий раз, когда хочется упрекнуть, обидеть, покрипиковать. Подумайте, какую жизнь вы для себя хотели бы, с какими людьми вам приятно общаться, какую работу вам хочется иметь и т.д. В соответствии со своими желаниями выстраивайте и свои мысли, и результат не заставит себя ждать. Важно не создавать в своем уме ни одной отрицательной мысли, чтобы ни одна клетка не получила команды разрушать себя и тело. Не давайте

каким-либо негативным мыслям в вашей голове ни малейшего шанса на существование. Необходимо научиться рассматривать все негативные события с позитивной точки зрения и помнить, что все в этом мире происходит в вашу пользу.

Очень важно забыть свои неудачи и ошибки, ведь наши мысли формируют наше будущее. Если вы уже догадались, какие именно мысли подрывают ваше здоровье, значит, вы сделали большой шаг на пути выздоровления. Тело всегда будет изменяться в том направлении, в котором движутся потоки наших мыслей. Вспомните о хорошем, что было в вашей жизни – любовь, успехи, удачи, похвалы, все, что укрепляет нашу веру в себя, помогает нам жить. Жизнь всегда к нам справедлива, а вот мы порой несправедливы к себе. Мир начнет меняться тогда, когда мы изменим наши представления о самих себе, и будем работать над своими мыслями и поступками.



УХОД ЗА КОЖЕЙ ВЕСНОЙ

С наступлением тепла, на ярком весеннем солнце сразу становятся заметнее те изменения, которые претерпела наша кожа за зиму: новые морщинки, сухость, бледность. Весенние неприятности (зуд, сухость, шелушение, раздражение, покраснение, трещинки) возникают по целому ряду причин. Вот основные:

- недостаточность влаги из-за низкой влажности воздуха в помещениях зимой;
- избыточное использование моющих средств;
- частый прием горячих ванн;
- ухудшение питания кожи из-за спазма капилляров, вызванного воздействием холода;
- недостаточное поступление в организм витаминов А, В2, В6, В12 и микроэлементов, в том числе и цинка.

Уход за кожей лица весной должен быть комплексным. Начните с диеты, постарайтесь сбросить килограммы, накопившиеся за зиму, и очистить организм от шлаков. Подстегните иммунитет витаминами и пищевыми добавками. Старайтесь пить не менее 2 л жидкости в сутки.

Если кожа стала более сухой и раздраженной, полезно заменить умывание водой на

очищение кожи отваром ромашки или смесью ромашки и липового цвета, а при выходе на улицу необходимо пользоваться защитными кремами. Рекомендуется накладывать на очищенную кожу марлевые салфетки, смоченные в отваре из сухих трав. Для его приготовления смешать липового цвета 3 части, цвета ромашки 2 части, лепестков розы 1 часть, листьев мяты 1/2 части. 2 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка.

Вечером можно нанести на лицо сметану или кефир с растительным маслом. Смыть лучше всего настоявшимся чаем или настоем шалфея, а затем нанести на кожу питательный крем.

Надо постараться, чтобы в вашем рационе было побольше витаминов, фруктов, салатов, это сразу отразится на коже. С последствиями авитаминоза помогут справиться поливитаминные комплексы с микроэлементами; старайтесь применять натуральные, природные витамины, а не синтетические.

Витамин Е снимает воспаление, замедляет процесс старения, укрепляет кожу лица. Витамин С – природный антиоксидант, активизирует защитные и



обменные процессы в коже и улучшает кровообращение. Витамин F снимает раздражение, устраняет сухость и разглаживает морщины на лице. Витамин А (ретинол) активизирует процесс обновления клеток. Но не забывайте, что косметика, содержащая ретинол, повышает восприимчивость кожи к ультрафиолетовым лучам и иногда может вызывать на лице раздражение.

Высококачественная косметика для вашей кожи. Природные витаминные комплексы! Консультации по тел. 8 (903) 406-05-77

СЕМЕЙНЫЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР

Как вы думаете – возможно пройти обследование у 40 докторов за 60 минут, сэкономив, как минимум, месяц вашего времени? Да, теперь это возможно!

Обследование в нашем центре позволяет:

- * **получить качественную оценку функционального состояния организма еще до развития клинических симптомов;**
- * **определить наличие вирусной, бактериальной, паразитарной инфекции во всех органах и системах организма;**
- * **оценить характер патологии;**
- * **установить причину аллергических реакций;**
- * **предотвратить любое заболевание в начальной стадии его развития.**

Мы гарантируем:

– **ОБЪЕКТИВНОСТЬ:** методика исследования организма разработана омскими учеными в институте психофизики и основана на регистрации сигналов с подкорковых структур головного мозга пациента. Входящие сигналы поступают через головные устройства, в которые встроены триггерные датчики, исходящие сигналы регистрируют электроды, находящиеся в руках исследуемого.

г. Ростов-на-Дону, ул.Островского, 32, каб. 7, здание женской консультации №9

На мониторе компьютера в цветном изображении врач (кандидат медицинских наук, врач I категории) и пациент наблюдают всю картину исследования организма, где по 5-балльной системе оценивается функция органов. Во время тестирования происходит обработка исходящих данных вашего организма и их сравнение с эталонными процессами, информация о которых содержится в основной базе данных.

– **БЕЗБОЛЕЗНЕННОСТЬ И ТАКТИЧНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ:** инъекции, мази, баночки, пробы ВСЕ В ПРОШЛОМ! Абсолютно безболезненный метод исследования как взрослого, так и детского организма дает возможность получить полную информацию о здоровье и начальных стадиях проявления заболеваний, когда жалобы еще отсутствуют.

– **ВЫСОКУЮ СТЕПЕНЬ ДОСТОВЕРНОСТИ:** метод позволяет выявить те проблемы, которые при обычном лабораторном исследовании могут остаться незамеченными, например, выявление бактерий, вирусов, глистных инвазий и пр.

– **ШИРОКИЙ ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ СПЕКТР:** установление причины аллергических состояний организма, диагностика эндокринной, моче-

половой, костно-суставной, пищеварительной, сердечно-сосудистой систем.

– **ЭКОНОМИЮ ВРЕМЕНИ:** в течение 60 минут в комфортных условиях врач на доступном для пациента языке поэтапно расскажет о тех процессах, которые протекают в организме пациента, выявит причину заболевания. Лечение может осуществляться аминокислотами, пробиотиками, ферментами, экстрактами трав. Предусмотрена повторная встреча «врач-пациент», в течение которой врач определит динамику происходящих в вашем организме процессов, даст рекомендации по дальнейшему приему препаратов. Индивидуальный подбор препаратов!

Уникальная методика лечения в гинекологии и урологии (воспаление, бесплодие, эрозия шейки матки, эндометриоз, спаечный процесс, простатит, нарушение потенции). Грязелечение (одноразовые инъекторы с гелем на основе грязи Мертвого моря). Возможно самостоятельное проведение процедур в домашних условиях.

ФИТОАПТЕКА.

Лицензия №61-01000353 от 13.04.2006

ПИР ДЛЯ ВАШЕГО НОСА

Ароматерапия пробуждает у нас потребность развить обоняние, если мы хотим пользоваться дарами природы. Благоухание цветов, трав и деревьев чаще всего объясняется присутствием в растениях эфирных масел. Эти вещества с мощным целебным действием помогут нам в неблагоприятных обстоятельствах, когда, например, пошатнулось наше физическое или душевное здоровье. Скрытые в крошечных желёзках растений сильнодействующие летучие вещества обладают множеством полезных свойств. И благодаря ароматерапии, использующей эти вещества, мы можем вновь обрести бодрость и здоровье.

Ароматерапия — идеальное средство самопомощи, поскольку оно одновременно действенно и доставляет нам большое удовольствие. Ванны, массаж и ингаляции с эфирными маслами могут повысить наш иммунитет, укрепить здоровье и улучшить самочувствие в целом. К тому же, применение эфирных масел в соответствии с указаниями не предполагает побочных эффектов. Это немаловажно, когда все большее число людей понимает возможный вред от употребления некоторых химических лекарственных препаратов, а это опасность зависимости от препаратов, ослабление иммунной системы, нежелательные побочные эффекты и, нередко, неприятие организмом препаратов как чужеродных веществ. Посетите ароматерапевта — и вы получите несомненную пользу от лечения, подобранного в соответствии с индивидуальными потребностями и нуждами, в чем, согласитесь, состоит дополнительный плюс такого способа лечения.

В ароматерапии используются такие основные методы введения масел в организм, как ингаляции, втирания и ванны. Эфирные масла — летучие вещества, быстро испаряющиеся на воздухе; при вдыхании они попадают в организм через органы обоняния. В разведенном

виде, при втирании, молекулы эфирных масел проникают в организм через кожные покровы. Ванны позволяют впитывать масла одновременно посредством вдыхания или через кожу. Попадая в организм, эфирные масла служат восстановлению нарушенной в нем гармонии и функциональному обновлению давших сбой систем или органов.

Спектр воздействия эфирных масел широк и многообразен, но прежде всего выделяются их антисептические свойства и способность поддерживать у нас душевное равновесие и физическую форму. Эффективность применения ароматерапии определяется целым рядом факторов: качеством эфирных масел, их точным подбором в каждом конкретном случае, с учетом индивидуальных особенностей организма и специфики нарушения, методом использования.

Если же вы занимаетесь ароматерапией самостоятельно, используете масла в соответствии с рекомендациями по лечению или профилактике определенных заболеваний, однако вскоре выяснится, какие из эфирных

масел подходят больше: если запах масла вам приятен, значит, масло будет полезно. Эфирные масла оказывают лечебный эффект при условии их высокого качества, а значит, они должны быть чистыми, без примесей и, желательно, полученными от растений, выращенных в оптимальных условиях (без минеральных удобрений).

Эфирные масла обостряют ощущения и, если вы возьмете себе за правило применять масла ежедневно, то значительно повысите свой порог восприятия и обретете новый вкус к жизни. Все эфирные масла обладают, как считается, антисептическими свойствами, и, используя масла в аромалампе или в качестве очищающих средств, вы наполните свой дом приятными ароматами, а также уничтожите присутствующих в воздухе микробов. Включив эфирные масла в ежедневное употребление в качестве ароматерапевтических средств ухода за кожей, ванн и массажных смесей, вы будете не только доставлять себе постоянное удовольствие, но сделаете важный шаг на пути восстановления и поддержания здоровья.

Наблюдения показывают, что эфирные масла являются бесценными натуральными средствами, укрепляющими защитные механизмы организма, его иммунную систему; применяя масла, мы ставим барьер перед инфекциями. Масла воздействуют таким образом, что все органы и системы человека, участвующие в борьбе с чужеродными организмами и в уничтожении токсинов, сохраняют свою активность и устойчивость. Но масла дадут стойкий оздоровительный эффект, если применять их, ведя спокойную и размеренную жизнь.

Отдавайте предпочтение здоровой пище, старайтесь снизить уровень стресса, и тогда вы наилучшим образом воспользуетесь таким восхитительным профилактическим средством, как ароматерапия.

По материалам сайта
www.justcosmetics.ru



ОДА КАПУСТЕ

Родиной капусты кочанной являются страны Средиземноморья. Ее видовое название *capitata* происходит от древнеримского слова «капут», что означает «голова» (по форме кочанов). Люди употребляют капусту в пищу с незапамятных времен. Первые письменные сведения о возделывании этой культуры дошли до нас в папирусах Древнего Египта. В первые века новой эры выращивать капусту начали южные славяне и жители Кавказа. В Киевскую Русь она проникла из Древней Греции. Уже в IX веке о ней упоминается как об обыденном растении. Капуста занимает одно из самых почетных мест в овощеводстве, возделывается жителями от жарких субтропиков до Заполярья.

Для лечебных целей используют кочаны, заготавливаемые в августе-октябре. Канадские исследователи установили, что в вареной капусте витамина С больше, чем в свежей. Кажущийся парадокс связан с тем, что в капустном соке имеется неактивная форма витамина – аскорбиген, который при кипячении не разрушается, как другие формы аскорбиновой кислоты, а переходит в биологически активное вещество – витамин С. Кстати, содержание аскорбиновой кислоты значительно выше во внутренних листьях кочана. Отлично сохраняются витамины в квашеной капусте. При хранении ее в холодном месте на протяжении 6 месяцев их содержание уменьшается всего на 15%.

Сырая и кислая кочанная капуста, а также сок квашеной капусты (раскол) повышают аппетит, усиливают секрецию желез, активируют перистальтику кишечника. Сырая капуста обладает мочегонным, потогонным и отхаркивающим действием. Сок ее стимулирует регенерацию эпителия желудочно-кишечного тракта, ускоряет рубцевание повреждений слизистой оболочки при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Из капустного сока в 1948 году был выделен противоязвенный фактор, названный витамином U (от лат. *ulcus* – язва), который оказывает на организм еще противомикробное и противогрибковое действие.

Капуста с давних пор применяется как лекарственное растение. Марк Порций Катон (234-149 гг. до

н.э.) в трактате «О земледелии» писал, что капустой лечат больных с заболеваниями печени, желудочно-кишечного тракта, ее используют при бессоннице, поражении глаз, суставов, при ранах и язвах. В Древнем Риме ее рекомендовали для кормления ослабленных детей, поскольку она укрепляет организм и является хорошим профилактическим средством при желудочно-кишечных заболеваниях. Пифагор писал, что «капуста постоянно поддерживает бодрость духа и веселье, спокойное настроение».

Широко применялась капуста как лекарственное средство и в России. В одном из древнерусских справочников указано: «Капуста толченая смешанная с белком яичным, и то прикладываемая ко всякому ожогу и так язвы их заживляет». Корень капусты применяли при мочекаменной болезни: «Корень капустный на пепел сожжен и принят в питье, камень дребежжит и изнутри выгонит».

В народной медицине используют свежеприготовленный сок капусты при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Он ускоряет заживление язвенного дефекта, уменьшает воспалительные явления, нормализует кислотно- и ферментообразующую функцию желудка, используется и в качестве противосклеротического средства. Лечебный его эффект обусловлен наличием тартроновой кислоты, тормозящей отложение

холестерина в стенках сосудов. Важно знать, что эта кислота разрушается при тепловой обработке и квашении капусты.

Рекомендуют капусту больным желчно-каменной и ишемической болезнями, сахарным диабетом. Содержащийся в ней холин способствует нормализации жирового обмена, а пектин и растительные волокна связывают холестерин, желчные кислоты и ускоряют их выведение из организма.

Пектин и клетчатка капусты адсорбируют, нейтрализуют и способствуют также выведению из организма микробных токсинов, солей тяжелых металлов (свинца, ртути, стронция, цезия, урана). Серосодержание аминокислоты цистеин и метионин, связывая свободные радикалы, образующие при облучении в клетках, защищают органеллы от токсического влияния. Значительное количество калия в капусте препятствует всасыванию и способствует выведению радиоактивного цезия, поэтому она включена в обязательный рацион лиц, работающих на вредных производствах, с источниками радиоактивных излучений. Капуста как наиболее распространенное растение, обладающее выраженным радиозащитным действием, должна широко употребляться в пищу жителями районов с повышенным радиоактивным фоном.

Капуста рекомендуется и лицам с избыточной массой тела, хроническими запорами. Она малокалорийна (30 ккал на 100 г) и содержит много неперевариваемых остатков, которые создают ощущение сытости и стимулируют перистальтику кишечника.

Свежая капуста противопоказана при острых заболеваниях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся поносами, при воспалительных заболеваниях почек, после хирургических операций на органах брюшной и грудной полости, а квашеная – при острых гастритах, обострениях язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, панкреатитах, гипертонии, отеках, почечных заболеваниях.



СКОРО В РОСТОВЕ

ФАЛУНЬ ДАФА (ФАЛУНЬГУН).

www.falundafa.org www.falundafa.ru www.ru.clearharmony.net

Фалунь Дафа — древняя система совершенствования, которая тысячелетиями передавалась от учителя единственному преемнику. Эти знания никогда не были известны в человеческом обществе в таком объеме.

В учении Фалунь Дафа говорится о том, что подобно тому, как для формирования цельного живого человека, кроме физического тела, необходимы душа, темперамент, характер, свойства личности и т.д. — также и наша Вселенная, кроме материальных объектов (камня, воды, воздуха, планет), обладает свойством. На самом высоком уровне оно может быть выражено тремя словами: ИСТИНА-ДОБРОТА-ТЕРПЕНИЕ. «Если проявить Закон в полном объеме, то содержание его беспредельно богато. Если иметь ввиду только его наивысшую точку, то становится очень просто и ясно, потому, что Закон напоминает пирамиду. На самом высоком уровне это можно обобщить всего лишь тремя словами, т.е. ЧЖЕНЬ-ШАНЬ-ЖЕНЬ (ИСТИНА-ДОБРОТА-ТЕРПЕНИЕ). Почему это происходит, в чем причина? В своей книге Чжуань Фалунь Мастер Ли Хунчжи пишет: «В наших идеологических кругах исстари существует дискуссия о том, что первично — материя или дух... На самом деле, я вам скажу, материя и дух идентичны. Ученые, занимающиеся исследованием человеческого тела, считают, что мышление, происходящее в мозгу человека, и есть материя (известно, что мыслительная деятельность может быть зафиксирована приборами. Прим. ред.). Значит, с одной стороны, оно является формой бытия материи, а с другой представляет собой вещь духовного характера. Разве тут не проявляется идентичность?»

Особенности практики: вырабатывается гун, а не ци. В обычных школах цигун занимаются манипуляциями с ци («ци» — неструктурированная, космическая энергия изначально присущая любому организму), стремятся заменить хорошей внешней энергией внутреннюю плохую и т.о. добиться очищения организма. На самом деле это ничего не значит. Только когда с энергией произойдут значительные изменения, когда она превратится в «гун» (энергия более высокого порядка, структурированная, например, она может испускаться в виде луча), только тогда она может влиять на оздоровление. Появление и развитие такого гуна означает, что человек привел себя в соответствие с Законом Вселенной и получил реальные достижения в совершенствовании (без чего все сводится к поверхностным и незначительным изменениям). В школе Фалунь Дафа гун начинает вырабатываться с первых занятий, на что в других школах могли рассчитывать только после многолетней упорной практики. Другой отличительной чертой является формирование «Фалунь» (энергетическое образование, которое представляет собой Вселенную в миниатюре и является ее воплощением). Фалунь

ПРИЗНАНИЕ ВО ВСЕМ МИРЕ.

С 1992 года книга «Фалунь Дафа» и другие труды Мастера Ли Хунчжи переведены более чем на 30 языков.

В 1996 году книга Мастера была занесена в Пекине в список бестселлеров. Этот метод сегодня практикуют свыше 100 миллионов человек, более чем в 80 странах мира и ощутили на себе его благотворное влияние.

В Китае, США, Канаде, Европе и Австралии Фалунь Дафа и сам Мастер Ли Хунчжи получили более 1000 наград, дипломов и почетных званий. Так, например в декабре 1993 в Китае на Восточной Выставке Здоровья Мастер Ли Хунчжи получил наивысшую награду «За наилучшие достижения в области нестандартных наук» и «Специальную Золотую Премию» а передаваемую им практику за её замечательные принципы и волшебный эффект в Китае неофициально стали именовать «Золотой Фалуньгун». Мастер Ли Хунчжи дважды выдвигался на соискание Нобелевской премии Мира в 2000 и 2001 г.

В 2001 году господин Ли Хунчжи стал номинантом Премии имени Сахарова «За свободу мысли» присуждаемой Европейским парламентом

вращается непрестанно в нижней части живота практикующего, приводя его в состояние «круглосуточного закаливания», от чего эффект в практике наступает быстрее. Еще одно отличие состоит в том, что совершенствование должно проходить с ясным сознанием (не требуется и не разрешается входить в транс или засыпать). Требуется совершенствовать себя сознательно. Совершенствуясь по Фалунь Дафа, люди узнают, в чем смысл человеческой жизни, в чем причина человеческих страданий, и вырабатывают правильное к ним отношение. Зачастую люди склонны считать, что судьба к ним не справедлива или кто-то к ним не справедлив; этим они ставят себя на позицию жертвы и чувствуют от этого страдание. Когда же приходит глубокое понимание, что на все существует причина, — все изменяется: практикующие учатся брать ответственность за свои поступки, избавляются от вредных привычек и т.д. Мастер Ли Хунчжи пишет: «Чтобы никогда не болеть, избавиться от бедствий в жизни и стать безгрешным, человек должен встать на путь самосовершенствования, на путь возвращения к истоку жизни и достижения действительного пробуждения»

Фалуньгун не имеет отношения к религии, не занимается политической или коммерцией. Любый человек независимо от возраста, национальности, вероисповедания и социального положения может начать совершенствоваться.

Упражнения Фалунь Дафа



Первый комплекс «Будда растягивает тысячи рук». Основой этого комплекса упражнений является максимальное растягивание всего тела, после чего следует резкое расслабление. Благодаря этому в теле с первых занятий пробиваются все энергетические каналы, автоматически поглощается энергия Вселенной.



Второй комплекс «Стоячая свая Фалунь». Комплекс состоит из четырех положений охвата «колеса». Способствует проявлению жизненной силы и повышению мудрости.



Третий комплекс «Пронизывание двух полюсов». Вызывает значительный энергообмен между человеком и Вселенной, что приводит к ускоренному замещению собственной энергии человека на чистую энергию из Космоса, кроме того, открываются проходы в макушке головы и ступнях ног.



Четвертый комплекс «Небесный круг Фалунь». В теле человека формируется устойчивая циркуляция энергии, которая не ограничивается отдельными каналами. Энергия движется по всей передней и всей задней поверхности тела, исправляя все неправильные состояния существующие в организме, болезни считаются неправильным состоянием.



Пятый комплекс «Метод усиления чудотворства». Проходит в состоянии созерцания (медитации) без вхождения в транс. Способствует очищению тела и души путем погружения в покой. Позволяет развить скрытые способности, присущие человеческому телу, и повысить жизненную энергию, преобразовать тело практикующего.

На фотографиях показаны промежуточные положения из каждого комплекса упражнений

СКОРО В РОСТОВЕ

СИНТОН - ЭТО СОЗВУЧИЕ

Учебный центр «СИНТОН» – это крупнейший в России центр психологических и личностных тренингов. Слово «синтон» (ударение на второй слог) – психологический термин. В переводе с латинского – «созвучие», «унисон», «гармония». «Синтонный» человек – умеющий легко располагать к себе других, психологически комфортный в общении. Создателем центра «СИНТОН» является Николай Козлов, профессиональный психолог, кандидат философских наук, автор 8 книг-бестселлеров общим тиражом более 10 млн экземпляров.

Центр работает уже 25 лет (кстати, этот год станет юбилейным), ежегодно обучение в «СИНТОНЕ» проходит более 3000 человек.

В «СИНТОНЕ» проводится более 50 авторских тренинговых курсов по всем основным темам, важным для личностного развития. Центр «СИНТОН» объединил более 30 профессиональных тренеров, многие из которых являются звездами в своей области, авторами популярных книг.

В «СИНТОНЕ» вас всегда встретит дружественная и душевная атмосфера, в которой приятно учиться и развиваться. Здесь собираются интересные люди, с которыми радостно как учиться, так и отдыхать. Приходите – проверяйте.

Зачем люди приходят в «СИНТОН»:

Исследования показывают, что приходят люди за следующим:

- * Лучше понять себя, разобраться в себе
- * Освоить уникальные технологии и методики, которые помогут добиться желаемого быстрее и эффективнее
- * Решить проблемы, возникающие с близкими людьми
- * Определить свои жизненные цели
- * Научиться гармонично строить отношения в семье, с партнерами, коллегами
- * Приобрести новый интересный круг общения, завести полезные знакомства

* Стать еще сильнее, увереннее, гармоничнее

Обучение в «СИНТОНЕ» рекомендуют начинать с базового тренинга.

«Базовый тренинг: мастерство коммуникации»

На данный момент является одним из самых мощных и интенсивных тренингов личностного роста. В СИНТОН-



программу за двадцать с лишним лет авторы собрали все лучшее из практической психологии, что смогли найти или создали сами, а в Базовый тренинг собрали все самое важное, первоочередное и дающее самый быстрый эффект. Базовый – это тренинг навыков и умений. Как быть более уверенным в себе, общаться тепло и бесконфликтно, умея при этом отстаивать свои интересы. Как управлять своей внутренней погодой, воспринимать себя и окружающий мир ярче и объемнее, слышать и чувствовать партнера по общению. Решать конфликтные ситуации, строить нужные отношения, в которых тепло и уютно – всему этому учит Базовый.

Кроме этого, Базовый тренинг учит учиться – эффективно и самостоятельно. Есть замечательная метафора: «Если ты поймал для кого-то рыбу, то ты накормил его сегодня. Если ты научил кого-то ловить рыбу – ты накормил его на всю жизнь». Так вот: на Базовом тренинге вы учитесь «ловить рыбу», приобретаете техники и умения, с помощью которых впоследствии вы будете решать свои жизненные задачи самостоятельно и успешно. И все это – в теплой и открытой атмосфере, вместе с единомышленниками и друзьями.

По материалам www.syntone.ru

**Если вы хотите пройти
«Базовый тренинг: мастерство
коммуникаций» или другие
тренинги центра «Синтон» в
Ростове-на-Дону, звоните по
телефону: 229-58-48; пишите
на e-mail: anohinm@mail.ru**

СКОРО В РОСТОВЕ

ИСКУССТВО ЖИТЬ

Вы когда-нибудь мечтали измениться? Найти свое истинное предназначение? Хотели бы наполнить свою жизнь радостью и комфортом? На двери написано: «Актерско-психологический тренинг «Искусство жить». Заглянем? В небольшом зале сидит дюжина мужчин и женщин разного возраста. Ведущий что-то рассказывает им. Как эти два дня тренинга повлияют на их жизнь?

Среди участников – бизнесмены и студенты, бухгалтеры и инженеры, руководители и менеджеры. Всех их объединяет одно – желание играть, играть не только на сцене, но и в тренинговом зале, и на улице, и дома. Вспомните детство – маленькими играли все. Но постепенно это счастливое состояние забылось – и теперь, чтобы позволить себе играть, нужно сделать волевое усилие. Вот что говорит об этом автор системы Сергей Базаров – художественный руководитель и директор театра-школы «Образ»:

– Я убежден, что в этой жизни играют абсолютно все. Еще великий Шекспир сказал: «Весь мир – театр, все люди в нем – актеры!» Мы все общаемся, и при этом в разных местах мы разные: дома – одни, на работе – другие, на свидании – третьи. А значит, каждый раз вы удерживаете образ, а значит – играете. И это естественно. Но почему-то люди умудряются играть еще бедных, больных, одиноких, брошенных... а ведь можно играть здоровых, успешных и любимых. Для этого сначала нужно вернуть это состояние игры, которое мы потеряли.

Наша система несколько отличается от других школ. Первое отличие: у нас не применяется никакой специальной терминологии – чакры, ауры, энергоинформационные обмены, карма. Мы стараемся упростить язык до быденного, элементарного, понятного любому человеку.

Второе: простота технологии. Мы убеждены, что технология должна быть очень простой, иначе человек занимается вместо того, что бы жить. Третья наша особенность: в технологии не должно быть чуда. Все происходящие изменения – результат освоения информации и работы над собой.

– Чему же учит тренинг?

– МЫ УЧИМ ЛЮДЕЙ УПРАВЛЯТЬ СВОИМ СОСТОЯНИЕМ. Это основная задача нашей школы. По нашему мнению, не управляя своим состоянием (своими реакциями), человек сталкивается с двумя проблемами. Первая проблема – это нехватка энергии, т.к. в неконтролируемых реакциях она постоянно распыляется, теряется, и это одна из основных проблем современного человека. Вторая проблема – это потеря контроля над ситуацией, которая приводит к тому, что человек либо вообще не достигает поставленных целей, либо достигает их с огромным перенапряжением.

И вторая задача тренинга – НАУЧИТЬ ЛЮДЕЙ УПРАВЛЯТЬ СОБЫТИЯМИ СВОЕЙ ЖИЗНИ, исходя из управления своим состоянием.



Участники семинара познакомятся с актерскими и психотехниками. Это эффективные инструменты и методики для управления своим состоянием:

- * эффективные способы релаксации и преодоления стрессовых ситуаций,
- * умение контролировать свои эмоции, стрессоустойчивость,
- * искусство достижения целей, самопознание,
- * раскрытие творческого потенциала, заложенного в каждом человеке,
- * наработка состояния уверенности, «позволения» как залога успеха самореализации,
- * развитие внимания и воображения, с помощью которых вы можете: получать любую интересующую вас информацию и отрабатывать неудобное (сложное) для вас поведение,
- * умение отключать «внутренний монолог» (необходимо в большинстве духовных практик),
- * методики по увеличению и мобилизации возможностей головного мозга,
- * наработка особого восприятия мира, при котором вы получаете те ощущения, которые обычно бывает трудно получить, увеличение объема и качества получаемой энергии,

А также актерская пластика, упражнения на голос, речь, построение и воплощение имиджевого образа по системе Михаила Чехова.

Конечно, чудес не бывает, и через два дня вы не станете новым человеком. Но уже через несколько месяцев ваша жизнь заметно изменится, благодаря новым состояниям, полученным на тренинге.

Театр **Образ** Школа
курсы

АКТЕРСКОГО МАСТЕРСТВА для Жизни и Сцены

Развивающая программа. Профессиональная программа.
Раскрытие творческих способностей. Принципы «игры в жизни».
Состояние уверенности и свободы. Имидж.
А также работа над пластикой, речью, голосом.

Первое занятие - БЕСПЛАТНО!

тел.: 8 (903) 463-58-59, (863)2-411-698 www.obraz-rostov.ru

**Актерско-психологический тренинг «ИСКУССТВО ЖИТЬ» –
25-26 апреля с 12.00 до 20.00. Тел. 8-903-463-58-59, www.obraz-rostov.ru**



**Вадим
Карабинский,**
автор книг и
учебных курсов
(Карелия).
www.ekoposelenia.ru
www.klubmm.ru

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

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

Глава 17. Убиваем Землю

Основные средства уничтожения жизни в земле, уменьшения урожайности и ухудшения нашего здоровья – это:

Плуг

Обрабатывая почву плугом или лопатой, мы выносим нижние слои почвы вместе с их обитателями на поверхность, где их поджидает агрессивная среда, а те, кому нужен воздух и солнце, оказываются погребенными. В общем, большинство тех, кто создавал плодородие почвы, погибают. Также разрушаются каналы, по которым в почву попадали влага и воздух. Представьте, что город – это грядка, на которую в целях повышения работоспособности населения приехал огромный экскаватор и вскопал ее, перевернув каждый дом верх ногами. Аналогия понятна?

Химические удобрения (ХУ)

Через несколько лет оборота пласта в почве не остается почти ничего живого, поэтому она истощается: производить гумус, который содержит все необходимые растениям питательные вещества, больше некому. Появляется необходимость в химических удобрениях. Но если гумус – это результат миллионов лет эволюции природы или плод совершенной Божественной мысли, и потому идеально соответствует растениям, то ХУ – это ошибка человеческого «гения». Смесь ХУ даже на 1% не повторяет совершенство гумуса, а действует на червячка так же, как на человека: отравляет, нарушает обменные процессы, убивает.

Ядохимикаты (я/х)

Плугом мы уничтожили полезную живность, которая защищала растения от паразитов.

ХУ мы ослабили растения, лишив их естественного иммунитета. Ничего не остается, как начать применять я/х (ядохимикаты). Но у них есть 3 побочных эффекта. Во-первых, они впоследствии попадают в наш организм. Во-вторых, у вредителей появляется иммунитет к этим ядам, и потому они нападают на растения с еще большей силой, вынуждая приме-

нять еще более сильные яды. В-третьих, яды отравляют почву, убивают полезную живность, лишая возможности самозащиты и самовосстановления.

Генная инженерия

Еще не всем известно, что плоды, выращенные из генетически измененных семян, не дают потомства. Это значит, что фермер вынужден ежегодно закупать новые семена у их производителей. Он становится их экономическим заложником и вынужден подчиняться их требованиям: что сажать, в каких количествах, из каких семян, какие ХУ применять, у кого их покупать, кому и в какую цену продавать урожай. Фермер становится жертвой этого бездушного бизнеса, а мы – жертвами плодов фермера.

Об истинных последствиях можно только догадываться, но однозначно, что измененные не генном уровне растения влияют на генетику человека. Логично предположить, что в обратную от совершенства сторону.

Монокультура

На любом естественном участке земли разнообразие видов исчисляется десятками и сотнями. Предназначение такого разнообразия в том, что все эти растения образуют сообщества, каждый участник которого выполняет свою роль: питая соседей, снабжая их водой и воздухом, защищая от солнца и переувлажнения, спасая от вредителей и животных. На сельскохозяйственном поле одинокая культура открыта всем напастям, и потому человек начинает применять ХУ и я/х.

Голая земля

Нигде в природе мы не встретим живого участка земли без какой-либо растительности. Круглый год земля чем-то защищена, будь то растения или их отмершие части. На ошеломительных же полях земля лежит голой больше половины года: погибает от солнца, вымывается дождями, выветривается и не пополняется остатками растений, из которых почвенная живность могла бы создавать гумус. Как следствие – эрозия почв, снижение плодородия, за-

растание бурьянами, необходимость применения ХУ и я/х, потеря с/х земель.

В результате ежегодные затраты на покупку семян, ХУ, я/х, топлива и ремонт техники превышают выручку за выращенный урожай. Фермер нуждается во внешних дотациях и вынужден подчиняться законам системы. Он уже не может обрабатывать землю иначе, не может отказаться от ХУ и я/х, не имея своих семян, вынужден покупать навязанные, а значит, не может вырастить такой урожай, который был бы полезен людям.

Правда, всегда были и есть смельчаки, которые обрабатывают свои тысячи Га без оборота пласта, выращивают урожай без ХУ и я/х и удивляются, как их коллеги не видят этого. Агротехника природного земледелия позволяет выращивать экологически чистые урожаи практически без финансовых и физических затрат. Когда человек понимает законы природы, труд на земле становится в радость.

Секрет – в подражании природе!

В природе царствует многообразие растений, насекомых, птиц, животных и ландшафтов. Каждая травинка, каждый микроб работает на целостность и гармонию всего царства. И потому плодородие почв в дикой природе растет из года в год.

Если вы ярый сторонник лопаты, то проведите один очень простой эксперимент. Возьмите самую ненужную вам грядку и разделите на две части. Одну перекопайте и засадите, как всегда. А вторую накройте слоем травы сантиметров в 20, а через полгода посадите ту же культуру (не копая и не убирая оставшейся травы!) и сравните результаты.

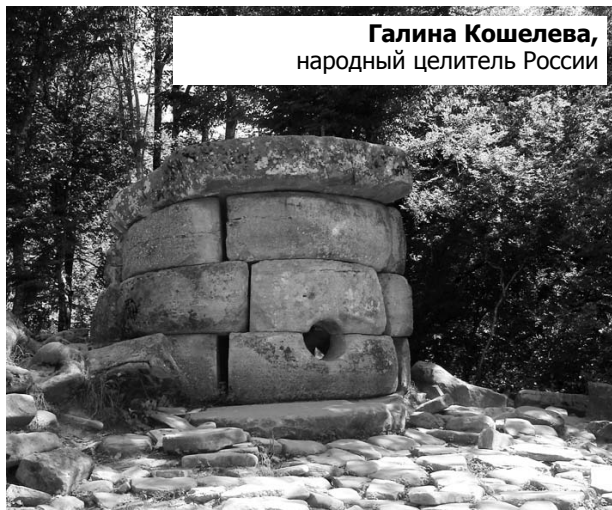
Лучше один раз увидеть, чем сто раз описать.

Сегодня практически в каждом городе России и Украины есть Клубы Органического Земледелия и Центры Природного Земледелия «Сияние» (www.cluboz.net), в которых можно получить подробную консультацию: как получить урожай выше, а работать меньше.

Начало см. в №1-10. Продолжение следует.

МЕСТА СИЛЫ

ТВОИ СВЯТЫНИ, РОССИЯ!



Галина Кошелева,
народный целитель России



Сегодня, друзья, мы отправимся к дольменам Черноморского побережья. Восьмым чудом света стали называть дольмены после выхода в свет серии книг Владимира Мегре «Звенящие кедры России». Мегре дал новое понимание их предназначения для широкого круга читателей и ученых. Для жителей Востока в этом нет ничего нового, так как по сей день люди, посвятившие себя высоким идеалам, таким путем уходят в вечность через медитацию. Благодаря информации В.Мегре, имеющей колоссальное историческое значение для России, началось паломничество к дольменам: люди по-новому взглянули на эти сооружения.

Путь наш сегодня лежит к дольменам в долине реки Жане и на горе Нексис близ Геленджика. Мое первое знакомство со святынями на горе Нексис произошло в 2007 году. Два дольмена, прозванные в народе «Солнечным» и «Лунным», привлекают к себе десятки тысяч туристов. К ним приходят встречать рассвет и закат, многие – помедитировать, получить информацию из далеких пластов прошлого. Ничего в этом сказочного или мистического нет. Это реальность. На вершине горы мне открылась величественная панорама. Хребты Кавказа – с одной стороны, синева Черного моря – с другой, а в центре поляны – дольмены. Видимый мир очаровывал своей красотой, а невидимый пробуждал дух. Душа и сердце пели, наполняясь радостью. Дала себе слово ежегодно бывать там.

При общении с дольменами мощно развивается интуиция, ясно-видение, яснослышание и яснознание, раскрывается творческий

потенциал человека, расцветает талант, дается помощь в реализации мечты с чистыми помыслами, даются ответы на проблемные вопросы. Не обязательно дотрагиваться до каменных плит песчаника, из которого сложены стены и вырезаны цельные дольмены-монолиты. С ними можно и нужно общаться на расстоянии, выбрав укромное, удобное для расслабления место. В этот момент нельзя брать детей на руки, держать их за руки, каждому дается свое. В момент общения с дольменами не нужно устраивать мистерии, хороводы, ритуалы, концерты. В тишине, в покое, в уединении душа с душою говорит.

Готовясь в паломничество, настройтесь на хорошее. Пищи возьмите немного. Оденьтесь по сезону, но чтобы было не холодно. Рюкзак не перегружайте. Ногам в обуви должно быть удобно. Вас ждет встреча с невидимым миром. Не суетитесь, не торопитесь, запаситесь временем, будьте спокойны и терпеливы. Это не развлекательная прогулка. Это беседа с самим собой – с Богом. Внимательно отнеситесь ко всем знакам природы. Прислушайтесь к себе. Не бойтесь видений и слуховых галлюцинаций, это нормальное явление. Будьте уверены в себе и благодарны всему, что бы с вами ни происходило.

Культура поведения при общении человека с дольменами требует сохранять тишину и покой, на дольмены не забираться, в дольмены не входить. Очищающая энергия дольменов мощнее энергии свечи. В теплое время года надо быть готовым ходить босиком у Святынь, дарующих мудрость первоисточков, истину, духовное и физическое здоровье. Обязательна чистота помыслов. «Здравствуйте» и «спасибо» – эти слова обязательны при общении с Душами Мудрецов в дольменах.

«Кто рано встает, тому Бог дает», гласит народная мудрость. До десяти часов, когда солнце только встает, а уходящая луна еще светит на небе, человек мощно подключается к чистым информационным полям Абсолюта. На рассвете, когда все только начинает просыпаться, – лучшая естественная медитация. Меркантильность нашей цивилизации еще спит, а ВЕДУСС в нас уже просыпается. Сонм дольменов подхватит нашу хорошо продуманную мечту, усилит ее, забросит в Абсолют, и она, без сомнения, реализуется. Наступит достаток духовный и экономический, человек сотворит Пространство Любви, здоровую счастливую жизнь.

Каждый по-разному чувствует контакт и ответ Мудреца из дольмена. Это может быть мысль; голос; покалывание в кончиках пальцев; волосы на коже дыбом; как будто вас обдали ушатом холодной или горячей воды; холод или тепло мощным потоком; плавное покачивание, словно вас взяли на руки и убаюкивают; детские сказочные впечатления, песни, радость или слезы очищения. Слез может быть много, стесняться и сдерживать их не надо: это включается процесс саморегуляции, идет очищение и исцеление.

ПОСВЯЩЕНИЕ И ОБУЧЕНИЕ

для тех, кто ищет свет истины.

Помощь в решении любых жизненных ситуаций. Мощная защита от негатива. Ясновидение. Рэйки. Исполнение любого реального желания. Молитвотерапия. Диагностика и очистка помещения. Биоэнергетическая коррекция. Руны. Рамка, маятник. Талисманы, обереги.
Тел. (863) 257-34-96

НОВИНКИ «РЕЗОНАНСА»

КНИГИ



КРАЙОН «ПОДНЯТИЕ ЗАВЕСЫ (КНИГА 11): АПОКАЛИПСИС НОВОЙ ЭНЕРГИИ», «ДЕЙСТВОВАТЬ ИЛИ ЖДАТЬ? ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ»

М: «София», 2009 г.

Крайон – это добрая духовная энергия, а Ли Кэрролл – ее земной «канал». За 20 лет их партнерства человечеству была передана бесценная информация о переменах, которые происходят на Земле, и о пути духовной эволюции, доступном каждому из нас. В Книге 11 собраны лучшие послания от Крайона, полученные за два года в разных местах Земли.

В книге «Действовать или ждать?» опубликованы самые интересные вопросы, на которые Крайон ответил через свой сайт за последние годы. Узнайте мнение «ангела из Магнетической Службы» о самых разных предметах – от аборт и язычества до 11:11 и 2012. Многие станут вам понятнее в его мудрых и парадоксальных книгах!

DVD



**«ТАЙНЫ УПРАВЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСТВОМ»
2006, 30 часов (2 DVD)**

Цикл видеолекций генерала К.П.Петрова включает в себя современное изложение древних мировоззренческих и философских положений в сравнении с общепринятыми. В лекциях даны основы управления общественными, историческими и экономическими процессами, изложен механизм воздействия эгрегоров и ноосферы на жизнь людей. Предлагаются принципы справедливого жизнеустройства и способы его установления. Курс лекций будет интересен управленцам, преподавателям, студентам, а также всем думающим людям.

CD



**НИКОЛАЙ СПРАВЦОВ «РАБОТА С ЗАВИСИМОСТЯМИ»,
«РАССЛАБЛЕНИЕ И РЕЛАКСАЦИЯ»
«Дом Ангелов», www.angelshome.ru, 2006**

Серия дисков «Я легко справляюсь...» представляет медитативные настрои и аффирмации по методу Луизы Хей. Если вы чувствуете зависимость от чего-либо, и это причиняет вред вам и окружающим, вам поможет работа с позитивными утверждениями.

Нервно-мышечная релаксация является мощным оружием, которое можно использовать для отдыха и успокоения разума. Релаксация – это активный навык, который необходимо тренировать. Но разве ваше хорошее самочувствие не стоит 15 мин в день?

Редакция благодарит центр «РЕЗОНАНС» за предоставленные материалы.

**ГДЕ НАЙТИ
СВЕЖИЙ НОМЕР**

Центр «РЕЗОНАНС»: ул. Социалистическая, 60; ул. Серафимовича, 48; ул. Темерницкая, 62; тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

Салон-магазин «Резонанс любви»: ул. Серафимовича, 48; тел. (863) 221-66-78, www.ezorostov.ru

УТЦ «ШКОЛА УСПЕХА»: пер. Крепостной, 131, оф.35; тел. (863) 2-276-276, www.mir-peremen.ru

Магазин фэн-шуй: ул. Шаумяна, 86

Медицинский центр «Мария»: ул. Народного ополчения, 47; тел. (863) 267-08-68, www.oomaria.narod.ru

Магазин «Радость здоровья» (продукты для здоровья, медтехника): пр. Коммунистический, 33; тел. 8 (928) 908-39-53

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

Школа Чжень Цюань Дао цигун: тел. 8 (928) 102-91-96

Школа йоги: пер. Учительский, 14; тел.: (863) 238-24-99, 8 (928) 901-18-67, 8 (918) 533-38-67

Отделение психотерапии РФ ГУЗ МНД РО: ул. Вятская, 106; тел. (863) 223-42-60

Центр космоэнергетики «Долголетие»: ул. Московская, 54, оф.15

Центр космоэнергетики: ул. Восточная, 51а/55; тел. 8 (904) 509-61-55, www.cosmic-energy.narod.ru; тел. 8 (908) 511-53-59

Областной дом народного творчества: пл. К. Маркса, 5

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

СПА Шунгит Центр «Гармония»: ул. Искусственная, 4; тел. (863) 200-36-98, www.shu-spa.ru

Салон «Нуга-Бест»: ул.Добровольского, 1/1

Школа Валерия Синельникова: тел. (863) 233-96-88, www.v-sinelnikov.com

Клуб КИ (Ольга Волкова): тел. 8 (918) 557-88-07, www.contactimprovisationrostov.ru

Семейный центр «Детки»: ЖК «Миллиум», ул. Текучева, 139-Г, 2 эт.; тел. (863) 219-49-52

Танцевально-оздоровительный коллектив «Чудеса»: СДК «Роствертол», ул. Ленина, 103, тел. 8 (906) 415-39-50

Театр-школа «Образ»: тел. 8 (903) 463-58-59

Молодежно-досуговый центр «Импульс»: пр. Королева, 9

Комплекс «Чадушко», каб. массажа и оздоровительных практик: пер. Газетный, 53/55; 8 (909) 425-70-96

НОУ «Учебный центр «А.Ф.Конто»: пр. Буденновский, 37, оф.205; тел. (863) 240-20-26

Магазин «Соляные лампы»: пр. Буденновский, 37; тел. (863) 247-78-03

Книжный магазин-склад «Владис»: пер. Островского, 46

«Клуб здорового питания»: ул. Темерницкая, 34, оф.38; тел. 8 (909) 440-32-22

«Родник здоровья»: ул. Баумана, 9, оф.2; (863) 262-56-86

«Сибирское здоровье»: пер. Соборный, 24, оф.101

Аптека «ГранФарм»: ул. Текучева, 109/104

Аптека «Веря»: пл. Толстого, 8а

Аптека «Магнолия»: ул. Первомайская, 5/9

Аптека №23: ул. Советская, 20

Аптечный пункт (ООО «Лия»): пер. Крепостной, 113

**ПЛАНЕТА
ИНДИГО**

**Газета новой эры
№ 3 (11) /апрель 2009/**

Учредитель ИП Кузьмина Л.С.
Издаётся совместно с центром
«Резонанс».

Газета зарегистрирована в
Федеральной службе по надзору
в сфере связи и массовых
коммуникаций. Свидетельство ПИ
№ ТУ 61-00052 от 5.09.2008.

Главный редактор
Людмила Кузьмина
Редактор приложения
Татьяна Нестеренко
Журналист Мария Иентш
Менеджеры по рекламе:
Наталья Блиникова,
Ирина Михайлова

**Адрес для писем: 344037,
Ростов-на-Дону, а/я 1828,
«ПЛАНЕТА ИНДИГО».**
Тел. (863) 26-81-000; e-mail:
planetaindigo@mail.ru; www.ezorostov.ru

Сверстано и отпечатано в
типографии «Военный вестник СКВО»
Адрес типографии: 344069
г.Ростов-на-Дону, Таганрогское
шоссе, 92, тел. 277-77-84
Подписано в печать по графику
5.04.2009 в 18:00.

Заказ № 920
Тираж 2000 экз.
Цена свободная.

Мнение авторов публикаций
может не совпадать с мнением
редакции. Ответственность
за достоверность рекламной
информации несет
рекламодатель. Использование
материалов газеты разрешается.
Ссылка на «ПЛАНЕТУ ИНДИГО»
обязательна.