

И смех и грех

под редакцией С. В. Барановой



Том II

лекарство от депрессии



Сборник

**И смех и грех... (лекарство
от депрессии). Книга вторая**

«Новая Реальность»

2012

Сборник

И смех и грех... (лекарство от депрессии). Книга вторая /
Сборник — «Новая Реальность», 2012

Юмор в любой ситуации помогает человеку оставаться самим собой. Все люди разделяются на два вида – созидателей и страдающих, которые разрушают не только себя, но и окружающий мир. Но не сразу человек становится созидателем. Очень часто с рождения его буквально запихивают в страдания и другие разрушительные состояния. В результате многие считают себя или плохими, неспособными и несчастными, или, наоборот, их самомнение и чувство важности перехлёстывают все допустимые нормы. Обе группы, конечно же, страдают, что часто сопровождается депрессиями. Наша книга содержит статьи, авторы которых не относятся к касте писателей. Авторы – занимающиеся в системе психофизического совершенствования. Авторы некоторых статей не проставлены, потому что затерялись в потоке времени... Здесь представлены высказывания и размышления на разные темы, смешные магические приёмы, а также полезные изобретения и советы. Вы улыбнётесь, читая крылатые выражения занимающихся на занятиях и представленные дневники развития. Эта книга поможет увидеть, что не только у вас бывают печальные состояния и, если посмотреть на них с юмором, то они могут превратиться в весёлые истории. И да пусть эта книга станет для вас лекарством!

© Сборник, 2012

© Новая Реальность, 2012

Содержание

Глава 1 Наше оздоровление	5
Советы мудрой... Бабы, или как я оздоровилась	5
Тест для тех, кто ещё болеет	9
Оздоровительное вливание	10
Беседа о питании мясом (дословная запись)	12
А вот как я выходил из трёхдневного оздоровительного голодания (реальный опыт)	14
Разминка (дословная запись кого-то из первых инструкторов)	17
Профессионал	18
После утреннего купания	19
Беседа о совместной жизни с животными	20
О любви к животным	22
Беседа о похоти (дословная запись)	25
Уважай ближнего своего	27
Посвящается Инструктору С. В. Б	29
Вредные привычки 21 века	30
Кому нужен этот Майкл Джексон (совсем немного)	32
Кому нужны такие фильмы	36
Кому нужен этот «детский праздник» Halloween	39
Новое экологическое сознание, или каким должен быть наш быт	42
Глава 2 Наши настройки	47
Создание идеального образа (авторская редакция)	47
Сновидение о стране восходящего Солнца	49
Поэт и муза	51
Плодоотрастие (настройка на блаженство и полноту жизни)	52
Конец ознакомительного фрагмента.	55

Под редакцией Светланы Васильевны Барановой И смех и грех... (лекарство от депрессии). Книга вторая

*Выражаем признательность двум Михальчам: Таперову Юрию и
Рогову Вячеславу за материальное содействие в издании книги*

Глава 1 Наше оздоровление

*Мы Землю шагами меряем,
Себя по ней передвигая,
И, занимаясь в «Единении»,
Мы создаём основы рая.*

Советы мудрой... Бабы, или как я оздоровилась

Комиссарова Ольга

Уся в болястях, уся... А не жалуюсь.

Потому как болясть, она, значица, как указка. Стало быть, я, как ежиха, вся в указках. Все указывают, указывают... А лечить-та кто будет? Вот сама и взялась: таблетки пила килограммами – не помогли, по экстрасенсам бегала – чуть помогают, но, видать, денег мало дала – опять заболела. А тут с такими умными людьми-та, уж с такими умными-та повстречалась. Усё объяснили, рассказали, добрым словом приветили. Щас усё выложу, как на духу, усё как есть об эти болясти расскажу.

Болясти – это грязь у нас унутри. А таблетки пить – ту грязь копить. А грязь-то липучая: чем больше унутри, тем больше снаружи пристаёт. И пожаловаться на болясти нельзя – кому скажешь, да ещё пожалеют (не дай бог), тут с другого и нахватаешься грязи-та.

Когда по врачам ходила. А я ой, как ходила!.. Узнала, что сколько органов в теле, столько и врачей-специалистов. Специалист – он про один тока орган и знает (шесть лет учился!), на большее у него ума-та не хватает.

А терапевт этот, как говорящая пишущая машинка. Что в рекламе говорят, то и он. Отбери, говорит, эффералган у пса. Да какой же пёс отдаст?!..

Ой, прожила-та сколько лет, а не знала, что каждый орган от другого зависит, а кишки – чуть ли не самые главные. Ну, как не то поешь, да не в том количестве – по кишкам-та пойдёт, да усё тело не тем и напичкает, дак сразу и вспомнишь, где какой орган находится. Стало быть, с питания и начинать надо. Больше половины болястей от неправильной еды.

А вторая половина – от эмоций, отрицательных, конечно. Ежели мыслей плохих много, переживания разные, настроение плохое – усё, жди, сейчас что-нибудь заболит. А лучше не ждать. Лечить эмоции – не обязательно к психиатру ходить. Их самим можно править. Плохие мысли не слушать – от стрессов под воду нырять. С головой. А когда вынырнешь, хорошее настроение само придёт, потому как не задохнулась.

Вот, в церкви была – батюшка сказывал, что болясти – это страдания во искупление!.. Поэтому-то и искупываюсь в воде каждый день... А страдать – тока жизни пропадать...

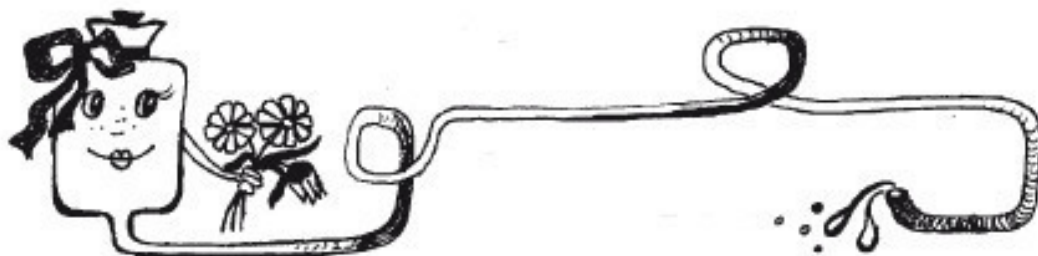
Вот теперь всем сразу и занялась в комплексе: чаи травяные пью, да уринотерапию применяю, специальные упражнения делаю, да вредные привычки выгоняю. А думаю и представляю только хорошее: какая я красивая, да молодая, да здоровая.

Вот и болезни усе, как есть, излечу, да и замуж пойду!.. Чай, в мои-то 85 ухажёр уж точно сыщется, чтоб гармонию увеличивать на свете!

Вот и совет хочу дать желающим оздоровиться.

Ежели у вас артрит, рахит и вялотекущая шизофрения, то... радуйтесь! Потому что у вас нет чесотки, воды в коленке и послеродовой горячки!

А вот и желающим похудеть. Возьмите равные части усех продуктов, которые есть у вас в доме. Добавьте немного холодной воды (до края тазика), соли, перца, лавровый лист, сахар и специи по вкусу. Перемешайте и варите на медленном огне, пока не проголодаетесь. Затем снимите крышку, понюхайте и, убедившись, что есть это совершенно невозможно, быстро выбросите отдельными порциями в унитаз...



* * *

Тюрчев Владимир



Дорогие товарищи, здравствуйте!
К вам, друзья, захотел обратиться:
Вас болячки ещё не замучили?

Не собрались оздоровиться?

И здоровьице ваше неважное,
Да и сил никаких не находится,
И начальник – собака страшная...
(Для чего же такие водятся?)

Что болячек у вас до чёрта —
Это, в общем-то, даже славненько.
Мы начнём с выполнения асан
Потихонечку, знаете ль, плавненько.

Очень медленно и расслабленно
Мы завяжем вас в позу дикую.
Ничего – мы поможем, лапочки!
Я здоровье вам запросто выкую!

Будем вместе питаться праною,
От картошечки с мясом откажемся,
И деньжата сразу появятся...
Ничего это мне не кажется!!!

Лишний вес – это дело плёвое!
Вы получите установочку:
«Голодание – занятие клёвое!
Чтобы стать через месяц Дюймовочкой».

Каждой женщине мужа выделим
Не такого, как раньше – лоха,
А непьющего, некурящего,
Молодого Человекобога!

Научу я всех медитировать.
Глаз у вас откроется... Третий!
Кто-то станет легко левитировать,
Ну а кто-то добьётся бессмертия...



Тест для тех, кто ещё болеет

Знаете ли вы, что у Иова был фурункулёз. Юлий Цезарь был лыс. Королева Елизавета I потеряла все волосы до последнего. Наполеон страдал чесоткой. Л. Толстой мучился афтозным стоматитом. У Вагнера была экзема. У Хемингуэя был псориаз. Уинстона Черчилля терзала упорная склеродермия и нестерпимый зуд. Доктор Тим Дули умер от меланомы. У Линдона Джонсона был рак кожи. У Роланда и Нэнси Рейган – тоже. У Михаила Горбачёва большое родимое пятно на голове. Голда Меир, Артур Рубинштейн и Ричард Никсон всё время болели опоясывающим лишаём. У Телли Саваласа есть большая родинка. У Элизабет Тейлор и Мадонны – тоже. Так что радуйтесь тому, что вы с вашими прыщами и угрями находитесь в хорошей компании.

• Определи, насколько ты велик и не расстраивайся по поводу своих недугов, а тем более – не лечи их. Иначе перестанешь быть великим.

* * *

Игнатьева Татьяна

В Божественном Света потоке,
В сиянье Вселенской Звезды
Живёт Человечество, Люди,
И часть человечества – мы.

Законы для мира – едины,
Их надо стремиться познать,
Чем после, махая руками,
Кирпич от себя отгонять.



Оздоровительное вливание

(дословная запись беседы инструктора-оздоровителя о необходимости очистительной процедуры в жизни развивающегося человека)

Плаксин Вадим

Если вы решили начать с понедельника новую жизнь, то начать её можно и нужно с кружки Эсмарха. Для начала предварительно зажмите один конец и пропустите тёплую воду. Если ещё добавить упаренную мочу, то все залежи очень здорово покажутся...



Самый высший пилотаж – это заполнить всю кружку Эсмарха упаренной уриной. Правда, на это способны только смельчаки, зато у них всё очень хорошо отшваркивается за все годы жизни.

Начать нужно обязательно снизу, а иначе, если делать сверху, то всё застрянет. Да, ещё нужно смазывать задний проход от крема до мыла, чтоб не щипало. Делать лучше в ванной. Но если соберутся 2–3 человека, то на общем поле будет веселее. Желательно то, что выходит, сохранить.

Сколько вливать? Да, вливать нужно. Вначале 0,5 литра, а потом – сколько влезет. Вначале может начать покалывать, но потом дойдёт до свободного перекачивания воды. Это очень любопытные ощущения...

Напоминаю: во время процесса не напрягаться!

Если засунули трубку в отхожее место, то чистить нужно до чистой воды. Это хорошо, но долго течёт.

Что говорите? Ах да, для начала просто постарайтесь засунуть трубку, а уж если вошла, то можно засунуть и поглубже.

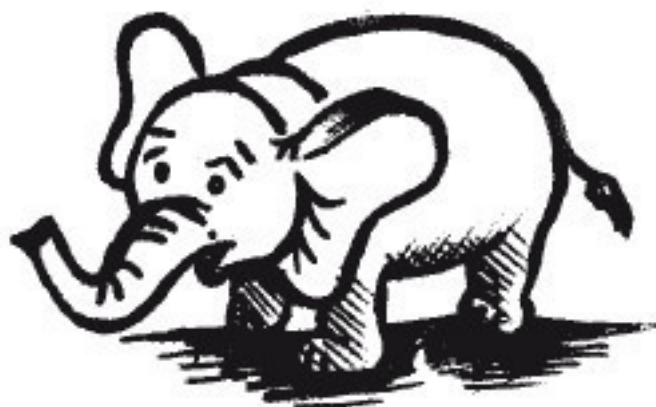
Что спрашиваете? Насчёт запаха упаренной мочи и родственников? Ну, поначалу они ничего не заметят, а потом, когда обратят внимание, то объясните, что этот процесс у вас временный...

Итак, желаю удачи!

* * *

Дубров Валерий

Куда б ни ехал ты, ни шёл, мой друг,
На юг иль за полярный круг,
Возьми с собой мочалку, щётку, мыло,
Чтоб твоё тело чисто было.



Беседа о питании мясом (дословная запись)

Володина Татьяна

Человек сам решает, есть или не есть мясо, но каждый должен знать, что всё записанное в генах убитого животного усваивается его организмом. К тому же поедание мяса – это нарушение этики взаимодействия с Природой. Перестань есть – весь вопрос исчезнет.



Людей через мясо-то убивают информационно и энергетически, поэтому они и болеют. Убойная пища навязывает информацию об образе жизни и задачах животного. У человека, питающегося мясом, не происходит обновления клеток, так как мясо – это мёртвые клетки... Но зато в человека переходят агрессия, страх, боль, трупный яд, токсины, наркотические вещества и другие составляющие животного...

По строению желудочно-кишечного тракта человек относится к плотоядным, т. е. к хищникам, а хищник – это всегда жертва, поэтому-то тот, кто ест мясо, всегда притягивает ситуации насилия. К тому же, представьте, что творится в желудке при 37 °С, как там всё гниёт... И тогда ваше «нельзя» отпадёт, а появится просто «не надо»...

И конечно, видно, что мы едим, тем и становимся: коровами, свиньями или солнечной энергией из растительной пищи. «Не пей водицы из копытца – козлёночком станешь, и будет у тебя Бог не человеческий, а скотский»!

Животных надо уважать! А потребление убойной пищи создаёт спрос на убийство и передаёт в мир агрессию. Если ты думаешь о детях, то сделай свой выбор!!!...

А вот как я выходил из трёхдневного оздоровительного голодания (реальный опыт)

Баранов Антон

Меню на 2 апреля 2000 г.

8:00 Завтрак

Сок свекольный – 200 мл; спирулина – 1 табл.

9:00 Ланч

Сок томатный – 200 мл; сок морковный – 200 мл; сок свекольный – 200 мл; изюм 100 г.

11:00 Второй ланч

Сок томатный – 200 мл; изюм – 100 г; яблоки 2–3 шт.; бананы 2–3 шт.; орехи грецкие – 100 г.

13:00 Обед

Салат из огурцов, помидоров, лука, чеснока и горошка – 200 г; древесный гриб с майонезом или соевым соусом – 3 шт.; салат из свежей капусты и моркови с растительным маслом – 200 г; квашеная капуста с луком и маслом – 200 г; салат из редьки с маслом – 200 г; спаржа-100 г; спирулина – 1 табл.; царская таблетка – 1 шт.

16:00 Полдник

Крапивный суп с яйцом, майонезом и луком – 200 г; салат из свежей капусты с маслом – 200 г; квашеная капуста с маслом и луком – 200 г.

18:00 Ужин

Крапивный суп с яйцом, майонезом и луком – 200 г; древесный гриб с майонезом и соевым соусом – 3 шт.; чай каркаде с сахаром – 200 г.



20:00 Паужин

Варёная картошка с грибами – 200 г; квашеная капуста с маслом и луком – 200 г; сырки с хлебом и чай каркаде с сахаром; спирулина – 1 табл.; царская таблетка-1 шт.

Как прошло само голодание – опишу в следующий раз. Но выход, считаю, удался на славу!

А также я предлагаю вам рецепт одного очень вкусного Кушанья:

Достаньте из холодильника 1 кг Кушанья, положите на сковородку или в кастрюлю. Разогрейте, добавив специи по вкусу. Подавайте горячим. Не забудьте полить Кушанье кетчупом.

* * *

Новиков Владислав

Я наелся до отвала,
Только это явно мало.
И бегу скорей опять
Я добавку получать.

И давай её рубать,
Ложкой в рот себе пихать!
Ну а если не жевать,
Можно больше напихать.

Супа литров этак пять
Можно запросто умять,
При условии, конечно,
Если кашей разбавлять.

И чайком потом запить,
Чтобы всё в кишечник смыть.
И тогда в желудок можно
Что-нибудь ещё спустить:

Скажем, пряников пяток
Или сахару кусок —
Это, в общем-то, неважно.
Лишь бы выдержал пупок.



Разминка (дословная запись кого-то из первых инструкторов)

Выполняйте разминку с концентрацией в каждом суставе и позвонке на ощущении мягкости, подвижности и движении без трения. В разминку включите различные скручивающие и вращательные движения; но шпагаты, приседания и отжимания от пола не делайте!



Одновременно с мысленным сопровождением плавных движений ощущайте втекание и вытекание воздуха. При дыхании хорошо ощущайте протекание воздуха. Ноздри нажимайте аккуратно пальцами рук. Разминку проводите с широкими разминочными движениями. Движения служат для помощи совершения вдоха и выдоха.

А теперь лёжа на полу лицом вниз, ноги согните в коленях и возьмитесь руками за лодыжки, поднимите верхнюю часть туловища и бёдра, балансируя на низе живота. При выполнении этого упражнения концентрируйте внимание на теле от основания шеи до пупка.

Следующее упражнение:

Стоя на коленях, руками упритесь в пол и прогнитесь в пояснице. Выполняйте упражнение, ощущая нижнюю часть тела от пупка до копчика включительно.

А теперь отдых:

Вытянитесь и расслабьтесь. Почувствуйте, как постепенно отяжелело всё тело, от пяток (плавно, переходами) до затылка. Затем всё тело, от пяток до макушки, заполняется тёплой водой. И тело перестаёт ощущаться 10 минут...

Профессионал

Савенков Александр

Я в йоге профессионал.
Стал заниматься у театра,
Но дворник это увидал
И сразу вызвал психиатра.

Я – Бог, посланник, я – святой!
Зовут меня – Учитель Сашка!
И все друзья вокруг со мной
В смиренных рубашках.

Я занимаюсь с ночи до утра,
Инструктором хочу стать очень!
...Но как всегда, придёт сестра
И снова сделает укольчик.



После утреннего купания

Синие руки, из носа течёт...
Клацают зубы, но это не в счёт.
Улыбкой сияет младое чело.
Все понимают – губы светло...



Беседа о совместной жизни с животными

Филина Клара Живя вместе с животными (собаками, кошками, хомяками и др.), люди часто общаются с ними как с себе подобными, наделяют их человеческими качествами, тем самым «очеловечивая их». В результате такого общения животные «чертами характера» становятся похожи на своих хозяев. Как вы думаете, что же, в таком случае, по каналу обратной связи происходит с человеком? Люди «особачиваются», «окошачиваются», «охомячиваются»... В результате люди дарят не только эмоции своим любимчикам – собачкам и кошечкам, но и нежность, ласку, понимание и заботу.



Но часто бывает так, что этих эмоций собачкам и кошечкам достаётся даже больше, чем мужьям (жёнам), детям и т. д. И на этом фоне строятся «гармоничные семьи»... Он, Она и Собака... А зачем тогда дети? Ведь собака вполне их заменит. Например, живут мама, дочка и Кошечка, а мужчина им не нужен... Домашние животные успешно спасают от одиночества (больше спасать-то некому, ведь людей рядом нет...).

Идя по улице, можно услышать: «Ну почему ты себя так ведёшь? Как ты можешь так поступать? Войди в моё положение!» – и по отношению к кому бы вы думали? К собаке. Но что же будет с вами, если собака войдёт в ваше положение?

В условиях перенаселённых городов остро стоит вопрос гигиены: успевает ли природа утилизировать все отходы жизнедеятельности городских животных или это достаточно проблематично, когда всё кругом заасфальтировано? Ответ можете увидеть сами, особенно весной, когда тает снег.

Для собак ведь создана уже полная городская инфраструктура: школы, больницы, так может, создать для них и канализационную систему? Но только как?..

Приводя в свой дом животных даже из лучших побуждений – чтобы заботится о наших братьях меньших – люди лишают их возможности создавать своё жилище: рыть норы, вить

гнёзда и естественным образом заводить потомство (вплоть до кастрации!) и просто жить по-животному. Я считаю, что такими действиями люди просто нарушают законы Природы...

О любви к животным

Тимошина Надежда

Братья и Сёстры!

Это хорошо, что в наш век технологий и прорыва истинных знаний находятся те из нас, кто не забывает о братьях наших меньших и несёт культуру и любовь вселенскую тем, кто в ней так остро нуждается – о ком мы с вами призваны заботиться и оберегать от всяческих напастей. Да, речь идёт о наших любимцах, наших лапусиках и милашках, шариках и кисках, барбосиках и пушистиках, кошечках и волкодавах.

Многие ещё не отдают себе отчёта в том, как велика роль человека в очеловечивании домашних животных. А ведь вы все замечали, как у особо опытных хозяев домашние животные перенимают различные качества, обычно присущие Хомо сапиенсу. Правда, вместе с хорошими, такими как, например, дружелюбность к хозяину, особенно перед едой, всегда перенимаются и такие качества как: ленность, агрессия, расхлябанность, обжорство и т. п. Но на это опытные животноводы смотрят с улыбкой умиления – такие они замечательные, эти наши любимцы!



Особенно важен тот момент, что, взяв к себе домой одну кошечку или собачку, вы сделали добро: осчастливили живое существо. Да и вам будет с кем коротать длинные зимние вечера и летние сумерки после тяжёлых трудовых будней, напряжённой работы, начальников-самодуров, подчинённых-идиотов. Ведь всем известно, что лучший друг – это собака,

только она вас поймёт и примет в вашем лучшем проявлении, а также создаст уютный мирок, в котором вы всегда сможете найти отдушину. Кроме того, вас может озарить, что окружающий мир ещё не созрел для вашей любви, которую воспринимать может только это высокоразвитое существо, находящееся рядом с вами.

А сколько разнообразных тем для бесед с соседями и знакомыми у вас появится, как только вы заведёте своего домашнего любимца! Благодарные слушатели будут наслаждаться вашими ненавязчивыми рассказами о потрясающих фактах и событиях, таких, например, как процент усвояемости пищи вашего любимца за сегодняшний день; количество и результативность посещений мест общего пользования и состояние его пищеварительной системы; настроение и его взаимосвязь с погодными условиями; способности любимца к ясновидению и целительству; забавные и значимые эпизоды из личной жизни вашего любимца и т. п. Короче говоря, недостатка в событиях вы ощущать не будете, и жизнь в вашем доме зайдёт ключом. Вот она – настоящая реальность! Вот он, сокровенный смысл! Трепещите, о вы, не знающие настоящей собачьей (кошачьей) любви и привязанности, а также сладостного чувства острой полезности и необходимости наших услуг братьям нашим меньшим. Долой предрассудки! Пора, наконец, показать, на что способен человек в своём служении окружающему миру!

А насколько полезны эти утренние прогулки! Ведь только благодаря им, нашим милым собачкам, мы выходим по утрам и вечерам на свежий воздух! А особенно продвинутые ещё и умудряются заниматься спортом во время этих прогулок. Но это как везде – чокнутых хватает. Не перегибайте с этим палку! Живите спокойно, не выделяясь. Запомните: это не мы выгуливаем животных, а они нас! Не мы их уговариваем погулять, а они нас!

Животные приучают нас к чистоте и порядку. Дело в том, что после прогулки собачка на лапках приносит в дом немножко грязи, которую, уже спустя несколько дней, заботливый хозяин уберёт с пола квартиры. Ну а что до запаха в квартире и на лестничной клетке – так это и от иных соседей похуже пахнет.

Помните, что все песочницы, дорожки в парке и тротуары сделаны как раз для того, чтобы ваш любимец оставил памятный знак, которым вы, как настоящий хозяин, будете гордиться и о котором будете рассказывать за вечерним чаем. А эти дети в песочницах и их родители просто ничего не понимают в утончённых материях. Куда им!

Много опасностей и сомнений ждёт вас на этом нелёгком пути дружбы с домашними животными. Порой вам будет казаться, что вашему любимцу с вами не так уж и хорошо, как его соседу доберману с его очаровательной хозяйкой, что вы его недостойны, что ему бы пожить на просторе, за городом, а не в душной квартире в городе, поесть нормальной пищи, а не этого китекэта и чаппи и т. п. Иногда вас будут одолевать неприятные мысли, например, а не уходят ли как в трубу честно заработанные денежки на содержание этой милой кошечки? Ведь на эти денежки можно было бы купить жене (мужу) новые туфли или ещё чего-нибудь...

Отгоняйте эти назойливые мысли прочь! Они как мухи только мешают вашей бескорыстной дружбе.

Удачи вам, милые животноводы, в реализации ваших самых человеческих стремлений!



Беседа о похоти (дословная запись)

Енгальчева Наталья

Похоть – это состояние тяги... Нехорошее состояние...

Но если отрицать Похоть, то она погружает тебя в себя ещё больше. Надо перестать потакать Похоти! Её можно трансформировать... например, в Радость. Потому что отправить её, эту Похоть, кому-нибудь я не могу – она моя. А что ещё с ней делать?



Похоть – это истовое желание... Нет! – неистовое, т. е. ещё сильнее, чем что-то поиметь... Похоть может быть не только сексуального плана, но и, например, к деньгам, еде и т. п. Похоть может быть и к Развитию, потому что по-хоть – это сильно чего-то хотеть..., например, развиваться.

Чтобы трансформировать Похоть, надо, например, пожить недельку в Похоти...

Похоть образуется по одной причине: негуманоидные энергии стягивают внимание на уровень Роды. И запомните, что эти энергии Похоти приходят не для кайфа, а для развития творческих способностей. Но когда эти энергии втекают в человека, у которого нет никаких человеческих целей, то они могут толкнуть его на любое преступление...

* * *

Да, в жизни моей всякое бывало,
Печали, радости, да что там говорить,
Но всё чего-то мне доставало,
Хотелось всё куда-то воспарить!

И жизнь мне улыбнулась, слава Богу!
Моим желаньям искренним в ответ.
Послала двух красавцев-педагогов,
И целый круг друзей, привет, привет!

Проблемы в жизни у моих ровесниц,
Где что купить и что почём достать.
Мои ж проблемы вам давно известны,
Как сесть в шпагат и на голову встать.

А у меня насущные забавы,
Теперь я дерево, костёр, я – ледоход,
Вот только бы походку отработать,
И воплотить свою мечту – ПОЛЁТ!!!



Уважай ближнего своего

курсант Баранов Антон

Инструктора (командира) необходимо уважать! Уважение к инструктору (командиру) – это выполнение всех его распоряжений, как сказанных, так и неозвученных. Неозвученные распоряжения инструктора (командира):

- не опаздывать на занятия;
- поддерживать порядок в своей комнате;
- не допускать двоек и задолженностей по учёбе;
- не попадать в милицию и вытрезвитель.

Из этих пунктов складывается уважение к инструктору (командиру) как к человеку. А человеку всегда приятно, когда его уважают и особенно приятно, когда в нём признают Инструктора, т. е. Командира, или Командира, т. е. Инструктора. Если инструктор (командир) видит, что ученик (курсант) его уважает, что он видит в нём своего командира, то и инструктор (командир) волей-неволей будет уважать этого курсанта (ученика). А уважение инструктора – это основа благополучия курсанта.



Что необходимо ученику (курсанту) для его благополучия?

- чтобы ему (курсанту, ученику) не объявляли выговоров и взысканий и не вычитали деньги из тех, которые он имеет;
- чтобы всегда отпускали с занятий и в академотпуск, когда ему (ученику) это надо.

Вот видите, всего два пункта определяют это благополучие. Но если хотя бы один из них не выполняется, то возникает резкий дискомфорт, и это знает каждый...

Из всего вышесказанного складывается взаимоуважение инструктора и ученика (курсанта). Поэтому помните, что инструкторы (командиры) – такие же люди, как и ученики. А ученики (курсанты) – в потенциале инструкторы (командиры).

Так давайте же уважать друг в друге Людей!!!

Посвящается Инструктору С. В. Б

Егоров Тимофей

Под Вашим взглядом – я признаюсь,
Простите мне корявый слог,
Порою просто я теряюсь,
Но это вовсе не предлог,
Чтоб отводить глаза и вовсе
На Вас нисколько не смотреть!



Вредные привычки 21 века

Новиков Владислав

Для меня давно уже загадка, как можно слушать RnB, Disco Hous или современную попсу. Эта «музыка» поражает не только отсутствием всякой мелодии и гармонии, но и тем, что «всё вокруг вянет», когда она слышна. Эта «музыка» однообразна, жёстка и агрессивна. И водители слушая её обычно за рулём, начинают неадекватно вести себя, разгоняются до максимальных скоростей и попадают в аварии. Такая «музыка» ассоциируется у меня с жёсткой дракой без правил.

Наблюдая за реакцией своего тела, я заметил, что однотонный и тяжёлый ритм этой «музыки» просто невыносим... От нудной постоянной мелодии мир начинает быстро сужаться, а восприятие просто свёртывается, но постепенно слух адаптируется и вскоре музыка кажется не такой уж и плохой и даже начинает нравиться, зато естественные звуки природы, например пение птиц, становятся как бы неприятными.

Вставив в уши наушники, я перестал общаться с окружающим миром и замкнулся на негативных состояниях: агрессии и печали, недовольстве собой и окружающим миром... Когда же я попадал в обстановку искренности, теплоты и любви, то полностью терялся, не зная, что делать, и пытался скорее вернуться обратно к своему плееру, напроочь забыв, что существуют человеческие состояния. А чтобы прикрыть свою эмоциональную тупость, на простые вопросы я отвечал агрессивно.



И я наблюдал, что даже девочки, слушающие такую музыку, грубеют. У них меняется фигура в сторону мужского телосложения и ожирения. В одежде они предпочитают мужской стиль и «милитари». Волосы красят в агрессивно-тоскливые цвета, а иногда и вовсе бреются налысо. На руки надевают кастеты. А ко всему этому, как правило, присоединяются алкоголь и курение...

Помимо тяжёлой музыки, отрицательное влияние на организм оказывают и увлечение компьютерными играми, порносайтами и даже телевидением (существует ясновидение, но есть и телевидение, которое заменяет весь окружающий мир).

Компьютерные игры, в которых надо стрелять и убивать, имеют цель приучить к некрофилии, т. е. психически внедрить в человека матрицу насилия и погрузить его в виртуальный мир.

Порносайты – связаны с энергиями садомазохизма и извращённого полового влечения. В результате психика человека заикливается на виртуальном сексе, и при взаимодействии с противоположным полом даже в воображении невозможно представить, чем друг с другом заниматься. А так как ощущения просто притупляются, то начинается поиск более жёстких способов получения наслаждения – однополая «любовь», групповуха и т. д. В результате жизнь как бы стирается, так как вряд ли на фоне гипертрофированного полового влечения можно построить семью и воспитать детей.

В результате у юношей практически полностью исчезает сила воли. Плохо контролируя не только своё физическое тело, но и эмоции, они становятся агрессивными, часто впадают в депрессии, не могут управлять своим временем и даже учиться. На почве подобной деградации процветают комплексы неполноценности, повсюду появляются молодые люди с голубыми наклонностями, женским поведением и стилем одежды. Часто проявляется и тяга к культу хищных животных. Например, сейчас очень развит культ волков и собак. Молодёжь пытается жить по волчьим законам, считая их за идеал.



В результате начинают разрушаться сердце, позвоночник, головной мозг и нервная система, атрофируются мышцы, разрушаются выделительная и половая системы...

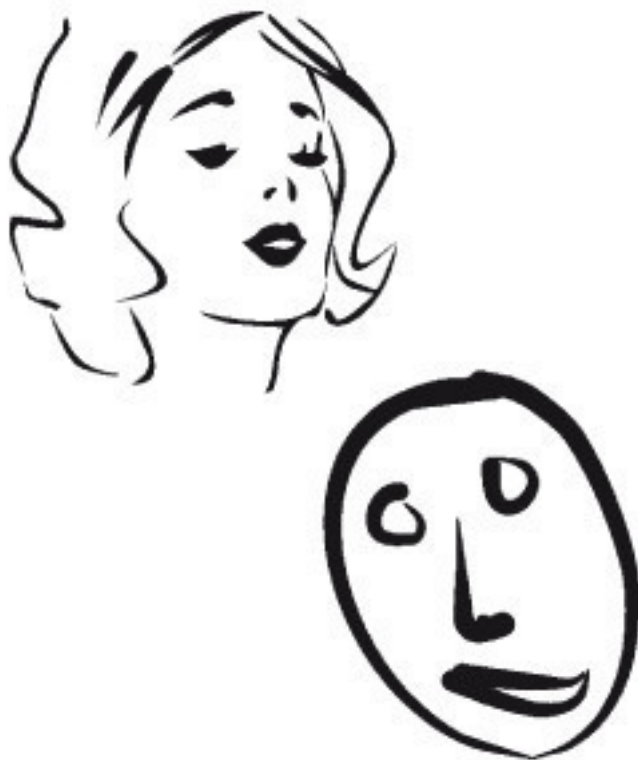
В общем, лучше, на мой взгляд, жить осознанно и использовать вредные привычки только разве как для тренировки силы воли.

Желаю успехов!

Кому нужен этот Майкл Джексон (совсем немного)

Новиков Владислав

Данную статью мне захотелось написать в связи со смертью короля поп-музыки Майкла Джексона, который умер два месяца назад. Все телевизионные и радиопрограммы потратили уйму времени, освещая это «выдающееся» событие. А Первый канал даже показал целый концерт Майкла Джексона.



Я раньше не следил за творчеством этого певца, но мне стало интересно, чему же поклоняется так много людей? Но посмотрев концерт, я-таки остался в полном недоумении.

Во-первых, многие «произведения», написанные по одному шаблону, просто режут слух, что, прямо скажем, не прибавило мне хорошего настроения.

Во-вторых, Майкл Джексон просто читает текст под ритм барабанов. Я точно знаю, что не хуже, а то и намного лучше, читать тексты под монотонные ритмы могут многие граждане нашей страны.

Если сравнивать российскую поп-музыку 80-х и творчество Майкла Джексона, который примерно тогда же начал становиться популярным, например, Аллу Пугачёву в молодости или группу «Мираж», то по сравнению с «музыкой» Майкла Джексона они хотя бы имели в песнях мелодию и даже иногда хороший вокал, и тексты песен имеют смысл. А например, популярная итальянская музыка того времени на несколько порядков была выше, чем песни этого американского певца. Но почему-то именно Майкл Джексон стал королём поп-музыки, а не другие исполнители, хотя я уверен, что и в самой Америке найдётся очень много по-настоящему талантливых певцов и гораздо интереснее Джексона.

Звание Король должен получать лучший из лучших. Король – это образец для подражания. Зачем же поклоняться такой бездарности, как Майкл Джексон, и чему у него учиться?

На мой взгляд, музыки и вокала в творчестве Майкла Джексона вообще нет! Да и творчества там тоже нет! Зато есть африканские зомбирующие ритмы, которые вкупе с наркотиками и прочими стимуляторами вводят людей в балдёжное гипнотическое состояние «эмоциональной раскрепощённости и свободы», от которой очень скоро эти люди становятся сильно зависимыми. И «музыка» в этом случае становится наркотиком...

А подобная музыка, я считаю, вообще относится к зомбирующей, развращающей и отупляющей людей.

В Интернете я прочитал о самоубийствах фанатов Майкла Джексона после его смерти. Видимо, от переизбытка этой свободы и радости? Там же я прочитал и о естественных фактах употребления наркотиков на концертах Джексона. Люди ведь стремятся во всём подражать своему кумиру. Я думаю, что очень много молодёжи впервые попробовали «лёгкие» наркотики именно на концертах этого «короля», и в результате полностью искалечили свою жизнь. Такая вот эта «свобода и раскованность».

Но это ладно, мелодичная музыка сейчас вообще не в моде, сейчас главное чувствовать себя крутым от того, что слушаешь «крутую музыку». Я понимаю, по какой причине молодёжь слушает здоровых, накаченных вокалистов, даже если они поют всякую чушь. Но Майкл Джексон!? Это же просто бесполое проститутка на сцене, т. е. ОНО, которое даже одеждой – золотым блестящим комбинезоном и стрингами сверху – подчёркивало свои половые органы и «пятую точку».

И в течение всего концерта это существо, по имени Майкл Джексон, совершая эротичные движения, постоянно трясло своими гениталиями, всячески привлекая к ним внимание. Нормальный мужчина так не будет делать даже под страхом смертной казни, так как это позор и бесчестье...

А этот «король» тряс гениталиями, как какая-нибудь обезьяна перед дракой или в брачный период.

Майкл Джексон родился в семье негров, петь начал в семейной группе, прославил свой род. И вместо того, чтобы радоваться, что негры не хуже других, вдруг решил сменить кожу и стать белым. Зачем? Чтобы ходить в коже мёртвого человека? Каким же должен быть человек, чтобы пойти на такое? Я считаю, что сменив кожу, Майкл опозорил чернокожую маму и всю свою семью, тем самым показав, что негры – низшая раса...

Таким образом, делаю вывод, что Майкл старался скрыть своё негритянское происхождение, поэтому старался походить на белого. Белые же люди – поклонники

Джексона – говорят, что любят его именно за негритянское выносливое тело, гибкость и пластику. Странная получается ситуация...

Опять же по отношению к зрителям Майкл вёл себя просто по-свински. По его команде охрана вывела к нему из толпы первую попавшуюся девушку. Майкл потанцевал с ней, поцеловал, а потом и говорит: «Иди, милая, обратно в толпу, хорошего понемножку...» У девушки истерика, охрана её скручивает, но девушка не из слабых – ей удаётся вырваться. Девушку опять хватают за ноги и, как бревно, уносят со сцены. И это королевское поведение с женщиной?

Апофеозом же выступления Майкла был номер с гробами. Этот Майкл в маске мертвеца и с подтанцовкой в виде трупов и скелетов, выходящих из гробов... А в конце «песни» Майкл сам заходит в гроб, крышка которого и закрывается...



Люди в зале в исступлении. Душно. Толпа под африканские ритмы впадает в бесконтрольный психоз. Многие теряют сознание. Их выносят охрана и медперсонал. Вы не верите мне? Тогда сами посмотрите концерт Майкла Джексона или Мадонны. Там, не стеснясь, показывают, как люди из толпы бьются в истерию, вождя этого Майкла, который просто уходит в гроб... Так куда же ведёт за собой зрителей этот Майкл? Догадались?..

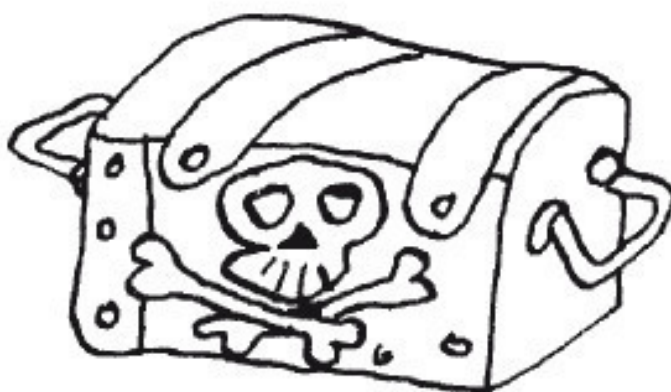
Меня также поразила уникальная по своей мерзости компания по зарабатыванию денег на смерти этого Майкла, т. е. отъём денег и жизненной силы у его фанатов. Прошло уже два (!?) месяца, а его ещё не похоронили... Какую славу нужно было заработать при жизни, чтобы после смерти к тебе так относились? Как же нужно было не уважать других, чтобы так не уважали тебя?

Но особенно меня удивляют наши СМИ, которые из этого полного морально-физического с вечно отваливающимся носом урода сделали для молодёжи супергероя для подражания. После смерти его преподносят почти как святого, а обвиняют во всём его врача... Но всем ведь известно, что Майкл был закостенелым наркоманом и умер просто от передоза, а не от чего-то другого. Показали по ТВ также и церемонию отпевания Майкла с гробом посередине зала, чтобы люди жалели этого «бедного» Майкла...

При этом даже взрослые образованные люди, и те сочувствовали неплохому парню Майклу.

Но ты не все! Поэтому подумай, зачем тебе навязывают такие «шоу» и для чего? И включи СВОЮ ВОЛЮ!

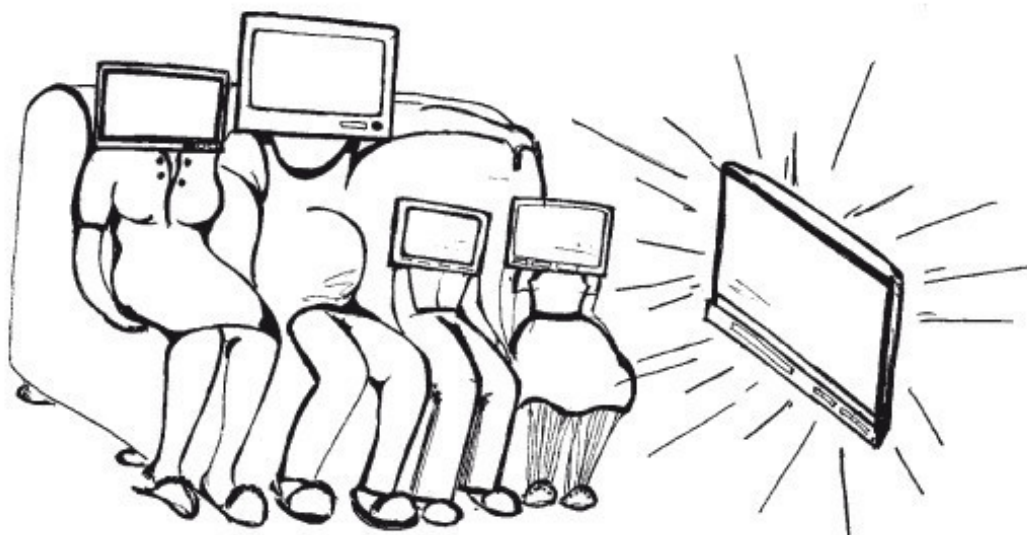
Р. S. Говорят, что о мёртвых или хорошо надо говорить, или никак. Считайте, что я говорю «никак», потому что это не критика, не очернение покойного, а констатация обычных действий в его жизни.



Кому нужны такие фильмы

Новиков Владислав

Совсем ещё недавно, когда я включал телевизор и случайно попадал на какую-нибудь очередную малобюджетную мыльную оперу, я про себя думал: «Кто же смотрит такую чушь, т. е. для кого это показывают? Ведь большая часть населения, наверно, сразу же выключает телевизор, как только видит подобный примитив». Моя точка зрения резко изменилась, когда я регулярно стал обедать и пить чай с коллегами на нашей заводской кухне, где установлен телевизор. Взрослые семейные люди, с хорошим образованием и большим жизненным опытом, буквально «поедали» на кухне все самые пошлые, развратные и убого-криминальные телесериалы, идущие в дневное время по основным телеканалам, таким как «Россия», «НТВ» и «ТВ центр». Особенно сильно работники нашего предприятия любят посмотреть криминальные новости. А за чайком посозерцать, кого и сколько убили и ограбили в Москве. Но это больше любят мужчины. Женщины же за обедом говорят о тяжёлой судьбе героев телесериала «Понять и простить», идущего по Первому каналу. Когда я посмотрел вместе с ними и то и другое, то даже не смог сказать, что «жёстче»: криминальные новости, или «Понять и простить», или просто новости...



Ну, новости, в том числе и криминальные, вы, наверное, смотрели и представляете, что это такое, поэтому приблизительно понимаете, что несут эти передачи. А вот про «безобидные» телесериальчики типа «Понять и простить» я бы хотел поговорить. Коллеги объясняют мне, что они смотрят всю эту мусть, потому что в этом случае их «мозг расслабляется». Я бы сказал, что под воздействием этого информационного мусора их мозг активно разжигается и деградирует, что способствует не только развалу их психики, но и семейной жизни.

Приведу один особо мне запомнившийся пример из телесериала «Понять и простить».

Сюжет следующий. Муж с женой из «нормальной» российской семьи хотят завести ребёнка, но у них это не получается. И вот жене приходит «гениальная» мысль завести ребёнка от соседа, у которого уже есть двое замечательных детей. Муж немного посомневался, поторговался с совестью, но согласился. Взял бутылку водки и пошёл к соседу. С соседом они выпили, и сосед за оговоренную сумму согласился «оплодотворить» жену друга. После трёх месяцев регулярных походов соседа к чужой жене с целью «оплодотворения», жена нашего героя так и не забеременела, и муж заподозрил неладное. Он начал своё расследование и выяс-

нил, что его сосед бесплодный, а дети у него чужие, т. е. от любовника его жены. Дальше не хочу продолжать повествование этой истории. Скажу только, что там «полная жесть», и у всех, кто на кухне в тот момент обедал, «волосы на затылке зашевелились» от таких «безобидных житейских историй». Надо ли что-то комментировать? В этих сериалах дети предают и ненавидят своих родителей, супруги изменяют друг другу, и вообще показывают все пороки людей, какие даже невозможно представить. Причём используются такие приёмы, что подобные «безобидные» сериальчики иногда пронимают «до глубины Души». Пронимают своей удивительной мерзостью и уродством.

Как же такое могут показывать по нашим центральным каналам?! Уважающая себя организация просто от стыда бы сторе́ла от такого показа. А мне лично стыдно за наше государство и обидно за народные деньги, на которые центральные государственные телеканалы снимают такую пошлятину. И возникает вопрос, как вообще такое может быть вполне официально и законно?

А ведь люди когда смотрят эти фильмы кушают... И не только у нас на работе. Ведь люди, когда едят, обычно смотрят телевизор. Правильно, за ужином, за обедом. А в это время пища впитывает их эмоции, и эти эмоции вместе с пищей закрепляются в их теле. И я думаю, что это плохо для их здоровья и жизни вообще. Вот, например, процент разводов среди молодых пар в Москве ежегодно растёт. А представляете себе, какие ситуации человек к себе притягивает, когда ежедневно смотрит криминальные новости, в которых рассказывают об убийствах, ограблениях и насильниках? Коррупция, благодаря усилиям СМИ, вообще уже считается чем-то нормальным.

Я считаю, что подобные телепередачи – это просто информационная война против населения. И ведётся данная война с целью уничтожения этого населения. А поскольку показывают такие телепередачи по государственным телеканалам, то я могу предположить, что именно государство и ведёт войну против своего собственного народа.



Люди, зачем вы смотрите эту муть? Вам что, не хватает проблем в жизни? Вы хотите больше болеть и страдать?

Хотите, чтобы у вас разрушалась семейная и личная жизнь? Хотите встречать маньяков и убийц на улице через одного? Поймите, не бывает безобидных мыльных опер и криминальных новостей. И когда вы их смотрите, они имеют свойство воплощаться в реальность.

Или всё-таки вы хотите жить счастливо, чтобы в вашей жизни было много радости, любви и гармонии? Тогда какое должно быть телевидение и какие передачи должны показывать по телевизору в обществе счастливых людей? Давайте вместе начнём мечтать о новом телевидении, и оно скоро появится. Ведь на наш запрос обязательно появится предложение...

Кому нужен этот «детский праздник» Halloween

Новиков Владислав Вчера вечером, когда я возвращался домой, моё внимание привлекли девушка и два парня в очень странной одежде. Одежда в принципе обычная: толстовка, джинсы и футболка, – вот только спереди и сзади нарисован высохший скелет трупа. Их лица тоже украшал «трупный макияж» белого, чёрного и красного цветов. При этом люди были не совсем трезвые. Группы таких молодых людей с 1 по 4 ноября, я думаю, встречались многим, так как празднование Дня Народного Единства в России совпадает с празднованием Halloween – англо-американского праздника поклонения мёртвым.



Этот праздник имеет очень древние корни и происхождение его в Европе связывают с древними языческими праздниками друидов, которые в этот день общались со своими умершими предками. Также есть версия, что на формирование праздника оказали влияние древние греки, которые поклонялись Гекате – *богине мрака, ночных видений и чародейства*. Точку в его формировании поставила христианская церковь, сделав ночь с 31 октября на 1 ноября праздником всех святых. Под святыми понимаются все мученики, погибшие за веру. Считается, что в этот день граница между миром Мёртвых и миром Живых исчезает, и мёртвые приходят в физический мир «терроризировать» живых.

По старому английскому календарю ночь с 31 октября на 1 ноября считалась Новым годом. Вот как описывает этот обычай Данвич в своей «Языческой книге Хеллоуина»:

«Ирландцы сохранили элементы верования кельтов и их касты священников – друидов. Их обряды включали в себя сексуальные оргии и ритуальные убийства. Считается, что друиды сжигали пленников и преступников в «святую» ночь. Иногда, как жертвоприношения, живём зажаривались так же лошади, быки и, особенно, коты. Целью было не просто ублажить бога мёртвых, но и предсказать будущее по тому, как умерла жертва.

По одной легенде, каждые семь лет люди с тёмной кожей воровали детей и приносили их в жертву своему богу. По другой, от людей, живших в городах, требовалось, чтобы они предоставляли одну треть детей города богам каждое 1 ноября».

Только представьте себе – убивать на Новый год каждого третьего ребёнка! А потом оплакивать весь год невинно погибшие Души. И сегодня нам говорят, что это очень милый, весёлый детский праздник. Ну что тут такого? Нарядятся маленькие детишки мёртвыми, походят, попугают чуть-чуть родителей, конфет попросят, ну ещё кровавых ужасиков посмотрят, что такого особенного? Чем бы дитя не тешилось, лишь бы не плакало. Но вам любой психолог скажет, что детское восприятие образное, очень яркое и понимает всё буквально. Представляете, что откладывается в психике вашего ребёнка?

Многие авторы указывают также на прямую связь культа мёртвых и праздника Halloween с современными поп- и рок-культурами. Да это видно и без научных изысканий. Очень многие группы используют в качестве символов черепа, скелеты, монстров, уродов... Сейчас уже даже обычная одежда продаётся с черепами трупов.

Разврат в современной культуре также имеет древние корни, связанные с культом мёртвых. Шаманы, чтобы захватить внимание толпы и вытянуть энергию из людей, использовали тела полуобнажённых молодых девушек. Шаман доводил людей до дикого невменяемого экстаза, а выделенную при этом психоэмоциональную энергию использовал в своих целях.

По сути, на современных культурно-развлекательных мероприятиях и вы превращаетесь просто в пищу для мира Мёртвых. Приблизительно то же происходит, и когда вы «невзначай» увлекаетесь порносайтом или журналом с соответствующим содержанием.

У вас не возникает вопрос, почему при таком многообразии прекрасных праздников, которые несут радость и любовь – день Земли, день Весны, Лета, Цветов, Солнца и т. д., у людей больше праздников, посвящённых мёртвым? И кому это надо? Когда можно жить, радоваться, любить, – а не пить по 100 грамм водки за каждого умершего на Планете, ускоряя своё движение к могиле. Неужели вы думаете, что приятнее лежать и гнить в могиле, чем ходить по Земле и дышать свежим весенним воздухом? Выходит, что всё это больше на руку мёртвым, чем живым? Да и неизвестно, на руку ли? Возможно, им бы Бог ещё одну жизнь подарил, а так они вынуждены вас терроризировать в Halloween.



Новое экологическое сознание, или каким должен быть наш быт

Новиков Владислав

Каждый из нас, живя в сегодняшнем «обществе потребителей», так же как все, потребляет материальные ресурсы. Электричество дома и на работе, газ и уголь для отопления, бензин, еда, одежда, строительные материалы, бытовая химия... Неконтролируемое потребление всех этих ресурсов наносит большой вред природе нашей Земли. К примеру, каждый из нас, покупая бумагу и мебель, срубает по несколько десятков деревьев в год; используя бытовую химию, парфюмерию и косметику, отравляет несколько сотен кубометров воды. Люди, которые едят мясо и покупают по много шуб и пар обуви из ценных животных, уничтожают целые экосистемы, нарушая природную гармонию в мире животных. Попробуйте сами для себя посчитать примерный объём ущерба природе, который лично вы ежегодно приносите окружающему миру своим образом жизни. Ужас, правда?



Я прекрасно понимаю, что совсем отказаться от потребления и уйти в лес, чтобы жить, как древние предки, в наше время не очень адекватно, так как при таком подходе, оставаясь пассивными, мы просто принимаем все происходящие разрушения. Кроме того, естественно, что технократическая цивилизация застигнет нас и в лесу, как бы глубоко мы ни забрались.

Человек, имеющий собственное достоинство, уважает и ценит Природу. Он стремится восстановить экологию Земли, поэтому, безусловно, должен жить активной социальной жизнью. Для этого необходимо стать лидером и затем, например, направить работу министерства тяжёлой промышленности со всеми его огромными производственными ресурсами на восстановление экологии. Разрабатывать и внедрять новые машины, которые будут работать без отхо-

дов, собирать и перерабатывать мусор в полезные для общества продукты, а не оставлять после себя радиоактивные свалки...

Но даже если мы не станем министрами, то всё равно можем внести свой вклад в восстановление экологии. Для этого необходимо пересмотреть свои потребности и рационально организовать свой быт. Можно бережно относиться к вещам, использовать их аккуратно, и тогда они гораздо дольше прослужат.

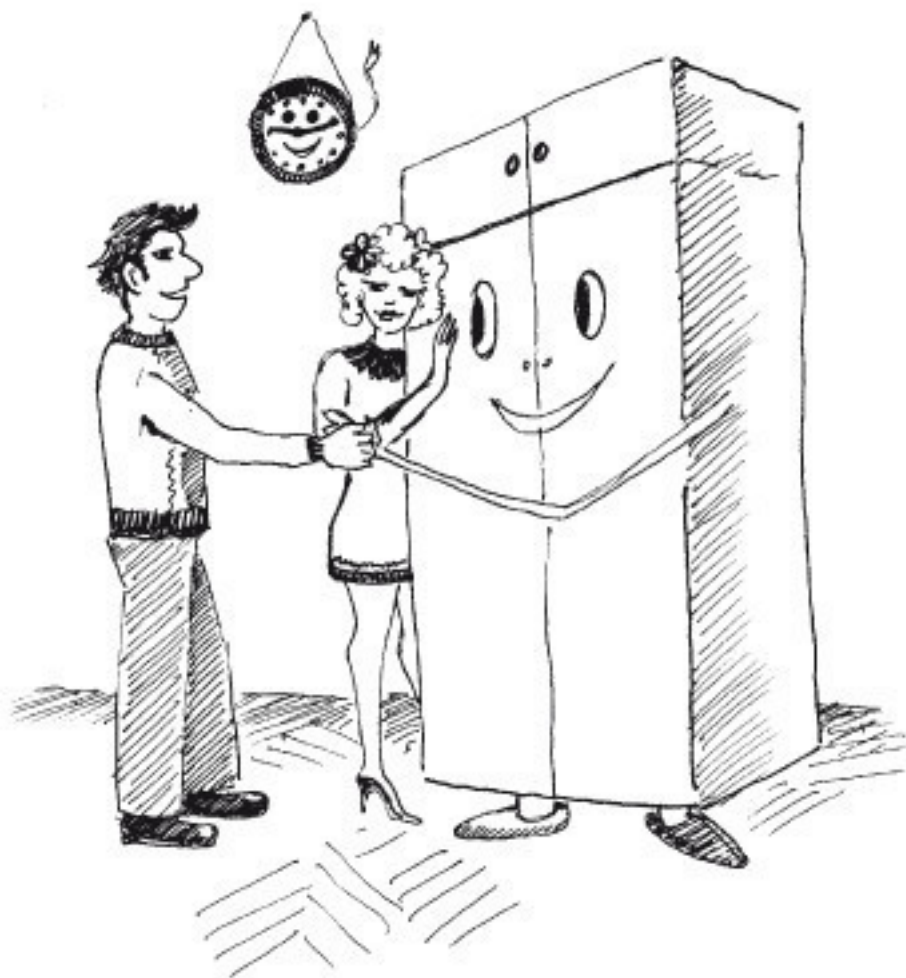
Можно покупать только самые необходимые продукты, чтобы не выкидывать в конце месяца половину тех, которые не смогли съесть.

И покупать только действительно необходимые вещи, всегда размышляя, можно ли обойтись без этой покупки. Где и от чего можно адекватно отказаться и что можно заменить более экологически чистым продуктом, а также что можно использовать повторно.

Из статистики известно, что если бы люди не выкидывали использованную бумагу, а сдавали её во вторичную переработку, то на Планете ежегодно сохранялось бы от вырубки несколько миллионов (!) гектаров леса...

Вообще экология – это вопрос этики поведения каждого человека, и важен любой, даже самый малый, ваш вклад.

Приведу свой собственный пример. Мы сняли квартиру, которой требовался ремонт. Сначала я хотел всё старое выкинуть и купить всё новое. Но оказалось, что у родственников нашлись хоть и старые, но вполне приличные обои и старый холодильник, который собирались выкидывать, у друга – краска, которая осталась после ремонта, и он не знал, куда её деть. Так потихоньку мы собрали всё необходимое для ремонта. Что-то, конечно, пришлось выкинуть и купить новое, но что-то я подремонтровал, помыл, почистил и подкрасил, а также придумал, как из старого сделать новое, и получилось очень даже прилично. Да, у нас не особо шикарная квартира, но сколько ресурсов нашей Планете мы сохранили! И внутреннее чувство морального удовлетворения оказалось гораздо важнее удовольствия от излишнего материального комфорта, полученного ценой уничтожения части бесценной Природы.



Хочу сказать также о культе денег. Недавно я видел передачу про игровой бизнес и развлечения богатых. Известнейший в мире игрок в покер хвастался, как он выиграл на чемпионате мира большую сумму денег и что эти деньги для него ничто, поэтому на следующий день он все их потратил на всякую ерунду. Чувствуя себя «крутым», он может позволить себе всё, хоть даже выкинуть деньги в унитаз. На мой взгляд, это просто идиот, который не только зря транжирит свою жизнь, но и вообще не знает, зачем живёт. Среди моих коллег немало людей, которые восхищаются таким «подходом» к жизни. Да и я сам раньше хотел иметь деньги именно для того, чтобы «повыпендриваться». Сейчас я понимаю, что так поступают только духовно и физически ущербные люди, не уважающие никого вообще и прежде всего себя.

В передаче про игровой бизнес показали невероятно дорогой ночной клуб в Лондоне, в который иногда ходят и президент США, и принц Англии.



По одному из центральных каналов ТВ рассказали на всю страну, как наша «элита», несмотря на кризис, покупает сотнями вертолёты, самолёты, тоннами скупает драгоценности, транжирит деньги на самых дорогих курортах и т. д. Следом в сводке криминальных новостей рассказали, что количество уличных нападений увеличилось в 30 (!) раз, что тысячи людей уволили с работы и теперь они пошли грабить, потому что им нечего есть и негде жить. Грабить, конечно, это не выход из ситуации... Но какое надо иметь отношение к людям, чтобы показывать такие контрасты? А люди считают это нормой и даже образцом и стремятся стать более «крутыми» потребителями, соглашаясь на то, чтобы и их потребляли ради сверхудовольствия «элитного» меньшинства. В результате – наша страна разваливается, народ деградирует, а экология на грани катастрофы.

Понятно же, что общество потребителей сверх антиэкологично...

Я считаю, больше так продолжаться не может! Каждому надо сделать выбор! Иметь чистую Совесть перед Природой и Обществом или наращивать потребление ради смутного шанса попасть в абсолютно идиотскую «элиту», сжигая свою жизнь, чтобы оставить детям, если они вообще будут, невероятные этические долги...

И призываю вас всё-таки пересмотреть свой быт по законам человеческой этики! Сделайте его экологически более чистым и человечным! Тогда вы увидите суть вещей и зачем они вам по-настоящему нужны. Вы поймёте, что каждая вещь имеет магический смысл, и научитесь с ними взаимодействовать.

Я думаю, вас ждёт много интересных находок и открытий, может быть, вы даже изобретёте что-то новое и станете миллионером, да ещё и принесёте пользу Природе. А уже тогда вы будете здоровы и радостны, да и с Совестью у вас будет всё в порядке. Древняя мудрость гласит: «Свобода – это чистая Совесть».

Желаю вам Свободы!



Глава 2 Наши настройки

...Мы вышли в поле средь дубрав...
Кононова Татьяна

Создание идеального образа (авторская редакция)

Самойлович Наталья

Эти упражнения помогают снять стресс, очистить голову от мыслей, улучшить фигуру и осанку.

Упр. 1. Осанка

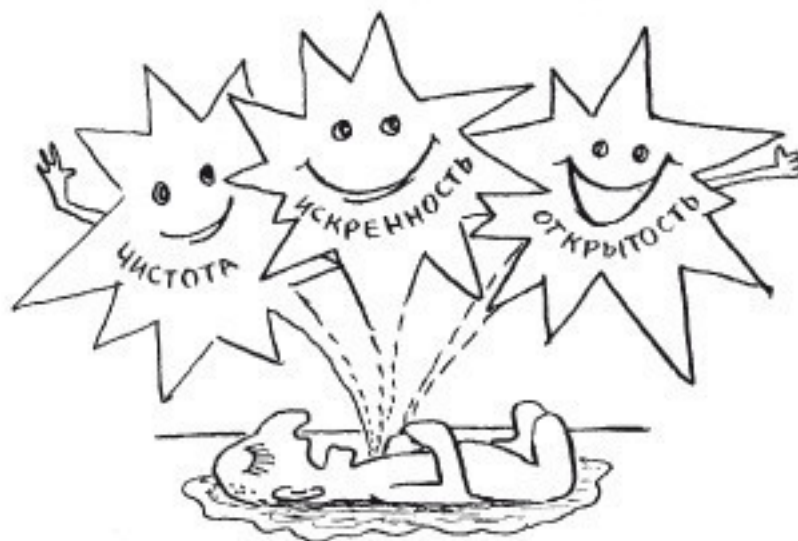
Сидя в позе со скрещенными ногами, затылок держите вертикально, расслабленным и свободным. Голова при этом становится легче. Точку затылка из вас тянут вверх за макушку, а из копчика – вниз. Дыхание свободное, расслабленное, естественное. В области затылка – прохладный ветерок.

Упр. 2. Цветок лотоса открывается Солнцу

В позе ноги на ширине плеч, копчик стекает на сиденье. Плечи опущены вниз, назад. Руки без напряжения скрещены на высоте плеч. Подбородок расслаблен, рот приоткрыт. Дыхание свободное. Представьте, что от обеих высших точек ушных раковин у вас идут нити к венечной точке, где они привязаны к золотой нити, на которой подвешена голова. Тянут голову в небо. Вдох и выдох. Растягивают позвоночник, затылок становится лёгким и длинным. Голова невесомо парит на шейных позвонках. Плечи отпадают назад. Мышцы лица расслабляются всё больше и больше. Отвисает подбородок, уголки рта... Глаза уходят глубже во впадины. Во лбу нет никакого напряжения.

Упр. 3. Красота и Выносливость

Скосите оба глаза на переносицу. Закройте глаза, продолжая косить ими. Наблюдайте за лучами энергии, пучком выходящими из глаз через переносицу. Теперь раскачивайте эту точку, двигая её крохотными восьмёрками к небу. Закройте глаза! Теперь вы видите себя в виде светящейся фигуры. Видите, как ваш световой образ выпрямляется. В голове и затылке лёгкость...



Представьте себе цветок лотоса. Его гладкий стебелёк движется сквозь ил и воду, стремясь к водной поверхности. На восходе солнца лотос открывается и тянется к небу.

Представьте, что бутон нежного подснежника, вывернутый спиралью, без труда пробивается сквозь твердокаменную мёрзлую почву. Он прорастает маленькой, хрупкой спиралью прямо сквозь препятствие. Каждый раз перед вашим внутренним взором будет возникать эта картинка, настраивающая вас на Выносливость и Красоту.

Помните, что проделывая эти упражнения, вы делаете важнейший шаг к тому, чтобы сохранить энергию, молодость, красоту и выносливость на всю жизнь.

Сновидение о стране восходящего Солнца

Лаврова Любовь

Если вам кажется, что вы знаете, что ничего не знаете, значит, вы древнегреческий философ Платон (вообще-то Сократ – от ред.). Если вам кажется, что вы знаете всё, значит, вы ученик старшего курса нашего Центра. Если вам уже ничего не кажется, то вас можно поздравить – вы уже инструктор нашего Центра!

Я открываю страничку лекции, чтобы повторить урок, и вдруг... «серебристый дождик рассыпается перед моим взором и падает на мою голову, лицо, шею, руки, ласково стекает вниз по моему телу и убегает в голубую даль, в ласковом вихре танца унося меня за собой. Неведомая волна подталкивает меня, я оборачиваюсь и спрашиваю: «Кто ты?» И слушаю ответ: «Я твоё Безмолвное Знание». Я совершаю низкий поклон и благодарю Бога Любви за Знание, которое мне посылается. «А что мне с тобой делать?» – спрашиваю я. И получаю ответ: «Это Знание не каждому даётся. Донеси его до окружающих, чтобы оно было в сердце каждого...»



В вихре танца меня продолжает уносить всё дальше, я уже парю в облаках, сердце наполняется радостью, я растворяюсь в Безмолвном Знании и ощущаю счастье от того, что живу на этой планете Земля, потому что я – человек и стремлюсь к совершенствованию. Я желаю всем своим родственникам и знакомым счастья, радости и добра. Я принимаю себя такой, какая есть, и горжусь, что я – женщина. И если я на работе, то нахожу положительные черты характера у сотрудников и прощаю им их недостатки. К деньгам у меня особое отношение – я открываюсь силе Денег и позволяю деньгам равномерно приходить в мою жизнь. Я учусь видеть Любовь вокруг себя...

Вот уже и серебристый дождик переходит в мелкие звёздочки, которые трансформируются в маленькие вулканчики и рассыпаются в цветные звездопадики. «Что это?» – опять задаю вопрос. «А это Любовь рождается в сердце каждого...»

«Настройка закончена, благодарим Бога Любви и всех присутствующих здесь», – слышится голос Учителя. Низкий поклон всем и спасибо за проведенное занятие. С Новым годом вас! Счастья, Любви, Радости и крепкого Здоровья всем!



Поэт и муза

Стоял чудесный летний день,
И солнце ослепляло...
Я, мокрый весь, присел на пенё,
Укрывшись одеялом.

Затем я в руки взял блокнот,
Настроил свои мысли,
И ощутил, как надо мной
Стихи мои зависли.

И снова я открыл глаза
И сделалось мне странно...
Узрел я музу над собой
Парящей над поляной...

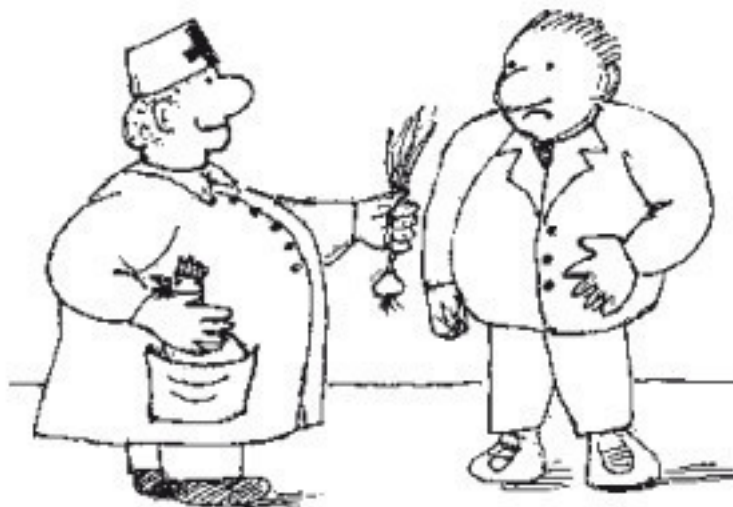
Вокруг – чудесный летний день,
И солнышко стояло...
Я – мокрый, подо мною пенё,
А рядом – одеяло...



Плодострастие (настройка на блаженство и полноту жизни)

Половников Дормидонт

А вообще, вы когда-нибудь ели персики? Не спешите с ответом! Вас спрашивают не о тех жёстких «персиках» недозрелого цвета _ и вкуса арбузной корки, а о персиках *настоящих*. Настоящие персики можно попробовать только там, где они растут. Спелые персики, сорванные с дерева, не переносят дальней дороги, поэтому их не бывает в Москве. Но зато вы, возможно, будете в Средней Азии, и уж тогда... Ведь персик – это даже не фрукт, это мечта любого гурмана и сластолюбца, не говоря уже просто об обычном Человеке.



...Итак, вы собрались поесть персиков.

Под палящим южным солнцем глина вашего желания стала совсем мягкой, вы понимаете, что пора вертеть гончарный круг замысла и лепить из этой глины кувшин своего намерения. Наполнив его до краев пьянящим напитком решимости сполна оттянуться неясными фруктами, вы направляетесь на базар и долго ходите вдоль рядов огромных тазов, на которых пирамидой сложены персики. Янтарные, налитые солнцем, чуть красноватые, круглые или плоские (да-да, есть и такие персики. Их форма напоминает сильно увеличенный эритроцит), слегка пушистые или гладкие (так называемые лысые), но все источающие тонкий неповторимый аромат. Соблазнительная красота разноцветных плодов, одурманивающие запахи, нескончаемый, базарный гомон и выкрики: «Эй, брат! Попробуй!» – не могут поколебать вашей каменной невозмутимости. Вас не проведёшь, ибо вы знаете, чего хотите. Вот, наконец, вы чувствуете, что нашли самые вкусные. Запомните – самые вкусные персики не обязательно будут самыми красивыми. Самые вкусные персики почти невозможно выбрать по внешним признакам. Только регулярные тренировки своих вкусовых рецепторов путём съедания достаточного количества персиков, позволяют выработать такой уровень чувствительности, что даже при беглом взгляде на несколько рядом стоящих тазов с отборнейшими плодами, вы по неуловимым признакам выберете самые вкусные.

Что же значит «самые вкусные»? Просто вкусные персики – это когда вы едите и говорите: «Как же вкусно!» Довольно-таки вкусные персики – это когда вы уже ничего не говорите, а испытываете где-то в области горла специфические спазмообразные ощущения, когда «горлышко само хочет», оно прямо-таки втягивает сочную нежную мякоть, и вы не в силах этому

противиться. А очень вкусные персики – это когда вы уже не можете их есть с открытыми глазами. Ваши глаза непроизвольно закрываются (физическое тело, испытывающее наслаждение, такого уровня, просто не в состоянии отвлекаться ещё и на зрительное восприятие), горло жадно пульсирует, и только звук «м-м-м-м» способны выдать в этот момент ваши речевые органы.

Но не будем отвлекаться.



Вы ещё не купили предмет вашего вожделения? Да, вы уже заметили то, что вам надо, и как бы безразлично подходите к хозяйке, берёте один персик, рассматривая его поближе, и небрежно спрашиваете: «Канча?» или «Ничпуль?», что в переводе на нормальный узбекский язык должно изображать местное слово «почём?». «Иигирмабеш» – отвечает узбечка, и вы понимаете, что это двадцать пять сумов, что в переводе на наши деньги составляет две с половиной тысячи. Ваше лицо изображает удивление, переходящее в недоумение и скепсис. Вы качаете головой, говорите: «Э-э-э-э!» и, как бы оправившись, наконец, от шока, выбрасываете три пальца и уверенно выдаёте: «Уч кила – йигирмасум!», что означает, что вы собираетесь брать аж три кило по двадцать тугриков за каждый.

Не будем описывать дальнейший процесс купли-продажи, ибо слюна уже начала выделяться, а руки и шея вспотели от нетерпения. Наконец, сломленная тётенька, которая ещё недавно думала, что живой не сдастся, машет рукой и ставит на весы гирь на три кило, а вы начинаете на другую чашку своей собственной рукой отбирать персики. Чашка с персиками вскоре перевешивает, вы, посплюнув палец, отсчитываете радужные бумажки и аккуратно перекладываете персики в свою тару... Пусть внешние обстоятельства – время и место вашего скромного фруктового завтрака – останутся за рамками нашего очерка. Остановимся на Процессе.

Персики не моют. Их чистят. Вы, как можно более нежно, берёте персик заскорузлыми пальцами левой руки, а двумя пальцами правой, чуть поддевая ногтём, начинаете легко снимать пушистую кожицу, которая с почти неслышным мягким звуком сходит лоскутками, сладострастно обнажая сочащуюся янтарную мякоть. Наконец, персик очищен. Вы подносите его к носу и губам и закрываете глаза. О, блаженный миг предвкушения! Однако сил сдерживаться уже нет, вы сглатываете слюну и вонзаете зубы в нежнейшее нечто, наполняющее всё ваше существо ощущением блаженства и полноты жизни.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.