

Силата да събъдване

ЖУИ



Брой 111/2013
година XI
Цена 3,90 лв.

Ритуали

да обичаме тялото си

Шуслерови соли
на равновесието

За Джасмухин и
течната светлина

Приказките лекуват

Вместо коледни късмети

Стани със
слънцето,
за да се молиш.

*

*Уважавай всички
неща на тази
земя.*

*

Лошите мисли
причиняват болест.

*

*Децата
са семената
на нашето бъдеще.*

*

Бъди истинен
първо към себе си.

*

Споделяй своето
щастие с другите.

*

*Поддържай
се в баланс.*

*

Винаги говори
истината.

*

Из етичния кодекс на индианците – на стр. **80**



18 Чаша концентрация



23 Сладки от лимец

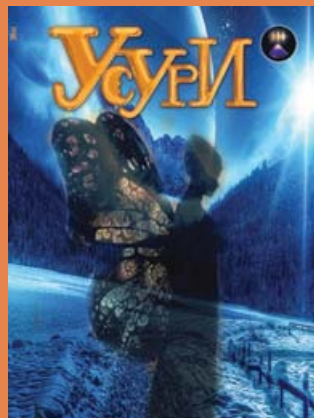


72 Ког Микроелементи

На корицата Вълшебна история

Илюстрация: *Калин Николов*

Посветихме този брой на приказките – казват, че всяка история, разказана през декември, се сбъдва. Нали това е месец на най-големите вълшебства, на вътрешната чистота, също на уменията да споделяме. През декември сякаш повече чуваме другите – и това веднага се превръща в благотворителност; в мигове, прекарани заедно. Паролата „Коледа е...“ сякаш задейства тая наша способност да съпребивяваме хубавото.



На тази способност да чуваме стъпваме и ние – и започваме да ви разказваме приказки. При това такива, които вече са се сбъднали... За *Андрея*, който гради безмълвие в парка, и за *Разказвача на приказки*, който се отронва по страниците ни като капка небесна роса. Където и да падне тая капка всъщност, вече сбъдва... Историите заживяват в нас, ражда се от тях чувството, че имаме какво да дадем на другите. Например своята собствена история... Прави го *Виктория* чрез училището си по щастие, правел го и един свят старец от Залит – *отец Николай*. „Усури“ вече ти разказва приказка за декември... Капва тя в твоето сърце и го прави още по-добро...

Благодарим ти, че сътворяваме заедно тази вълшебна история!

*Краси Проданов,
главен редактор*



Снимки: Деница Дабижева

Морковите и тиквите говорят тук езика на полето

Витамините в тях са истински, микроелементите помагат. Здрава е връзката между земята и този, който с благодарност я оре, копае, полива. Затова се раждат плодовете на любовта. На Римската стена в София подгредват фермерите вече няколко седмици даровете на труда си. Празът е налят със сила, вместо с изкуствени вещества. И ябълките са някак

по-сладки... дори само да ги гледаш. Пазар за истински неща.

Прояви като тази на Римската стена отдавна са практика в Европа. Биоземеделителите, хранкоопителите там са нещо, което дава възможност да се развие на здравето, на слънцето в храната си. Тук сега прохождаме. Нека подкрепим тружениците на земята. *Да дарява плодове любовта.*

Да спрем Супер Рила,

... за да има Рила

Много приятели ни изпратиха една петиция, като възможност да се спре поредната мегаломанска идея, която – по думите ви, ще наруши равновесието в планината. „Подкрепете петицията, за да не допуснем унищожаването на Рила – четяхме в имейлите. – Предстои приемане на френСКИ проект за Рила за 550 млн. евро. Изграждането на този проект ще унищожи Рила такава, каквато я познаваме.“

Може ли в планината да се карат ски и да съществува хармония? Отговорът оставихме на вас на нашата фейсбук страницичка... Написахте ни и това.



Грижим ли се за планината или я унищожаваме?

Евелина Соколска



Този проект няма да унищожи Рила, както безброй подобни проекти не са унищожили Алпите. Напротив, направили са ги достъпни за хората.

Илияна Пешева



Подкрепям те, Евелина! Тази петиция ще бъде подкрепена от хора, които нито веднъж не са стъпили в Алпите или нямат очи за истинската красота. Това, че има места у нас, незасегнати от човешката намеса, не означава, че изглеждат добре или са гледани добре, напротив... мръсотия и боклук, неокастрирани шубраци и т.н. Наистина, нещо не ни достига, за да сме грижовни и добри така, както трябва – нито с ближния си, нито с природата около нас. Вероятно трябва да се учим у дома и в училище и да се говори по медиите повече за тези неща, а за съжаление това не е тема на разговор изобщо. Жалко, жалко наистина...

Вдъхновение ▲ Рогоните

Крепостта Устра е преживяла и славата на Симеон



Светлият ни цар я зазема от византийците, но после им я гарява и се жени за една от дъщерите на византийския император. По това време

той е наставник на императора или василеопатор. Сега обаче крепостта живее свой живот, сяла се е с красотата на Рогоните. Епохите се менят,

но слънцето не пропуска всяка сутрин да поздравя своята планина. Сякаш са годеници – светлината и твърдта.

Точно този момент е запечатал на снимката си **Васил Анастасовски** – и заслужено е победител в третото издание на конкурса „Източните Рогони – Вкуси дивата природа“, организиран от „Новото тракийско злато“.

Обичайте и вие като Васил тази България!

Принос ▲ Бг киви

*Осма година бере **актинидия** в своята градина сем. Георгиеви от Петрич*

„Нашето семейство е обединено от идеята да отглеждаме и предлагаме чиста храна“, посрещат ни приветливо bio-rekolta.com, страницата на Георгиеви. И още нещо хубаво пише там – реколтата им е **БИОМОРАЛНА**...

Семейство Георгиеви от Петрич е известно с това, че единствено в България отглежда и предлага наесен киви, наричано от учените **актинидия**. С Албена, една от дъщерите на Благой, се запознахме и лично на фермерския пазар в Со-

фия. Разпределяше кивита по мрежички и чантички, разказваше как се прави такава градина, също съветваше колко е полезно кивито. И ние се убедихме в това – две кивита на пример съдържат повече фибри, отколкото чаша зърнени култури. Кивито поддържа сърцето здраво, дарява ни добро храносмилане. Интересно е, че има повече калий, отколкото в бананите. Но най-важното е, че е българско, събирало е слънце край Петрич. Наливало се е, но без химически вещества.



Нулевата точка е ключето към сърцето

Напоследък се говори много за Нулевата точка. Какво представлява тя?
(Тереза, Свищов)



Нулевата точка стана модерно понятие. И пак не особено разбрано. Счита се за някаква нова, модерна енергия, в която някой трябва да те инициира и активира. Някакво мистично място, където – за да бъдеш допуснат, трябва да получиш благословение и разрешение от някой посветен. И после изпадаш в нищото, не чувстваш, не усещаш, не мислиш. Може би единственото вярно нещо в цялата тази представа е, че спиращ да мислиш. И започваш да бъдеш. Наистина е място. Но място, толкова скришно и явно приютено в дълбините на сърцето и съкровено то ти съществува, че търсейки го навън, ти изглежда като трудно достъпна мистерия, позволена само на мистици, посветени в древни тайнства.

Една от гениалните особености на Творението е, че най-ценните и мистериини тайни на живота са „скрити“ на най-явното място. Но към това място последно се сещаме да обърнем взор. И то е вътре в нас. В сърцата ни. А ключо

чето към сърцето е на още по-явно място – в ежедневните ни дела, усещания, преживявания.

На чисто научен език, нулевата точка е състояние на съзнанието, в което се получава синхронизиране на двете полукълба на мозъка, а честотата на мозъчните вълни минават през алфа до тета вълни – абсолютен покой и дълбоко медитативно състояние. На езика на сърцето – в нулевата точка, съзнание и сърце се подравняват в едно, препускащите мисли спират своя забързан ход и неусетно навлизаш в една друга реалност. Преживяващ и наблюдател се сливат в едно цяло и се превръщат в свидетел на случващото се. Попадат директно в тъканта на времепространството. Обичайните страсти, емоции, осъждане, страдание, етикуване на добро и лошо просто отпадат от самосебе си. И тогава се появяват чувствата. Онези, които извират дълбоко от сърцето и обливат с благодат, любов, безгранично приемане и разбиране за уместността на всичко случващо се. И тогава, бидейки просто свидетел на случващото се в тъканта на времепространството, лишен от лъшкаци се и заслепяващи емоции, с пълното разбиране за света, ти го променяш.



Мартина Иванова, водещ на „Живот без граници в Нулевата точка“. Пълният ѝ отговор четете в следващо „Усури“.





Нарекла е ателието си *Радика*

Във ведическата философия това е най-красивото момиче, възлюбената на Кришна... Сигурно затова и шнолички, и гривнички веднага украсяват – още дори щом ги погледнеш.

Вяра е художник по образование (и призвание), но сега работи в билкова аптека. Среcessнахме я веднъж с колелото и докато отпихахме топъл чай, ни разказа за любовта си да сплита, да рисува с цветове. Първо всичко трябва да идва от сърцето – и желанието, и вдъхновението. Като е чисто това, което правиш, то ще докосне друго сърце, ще оцвети и него.

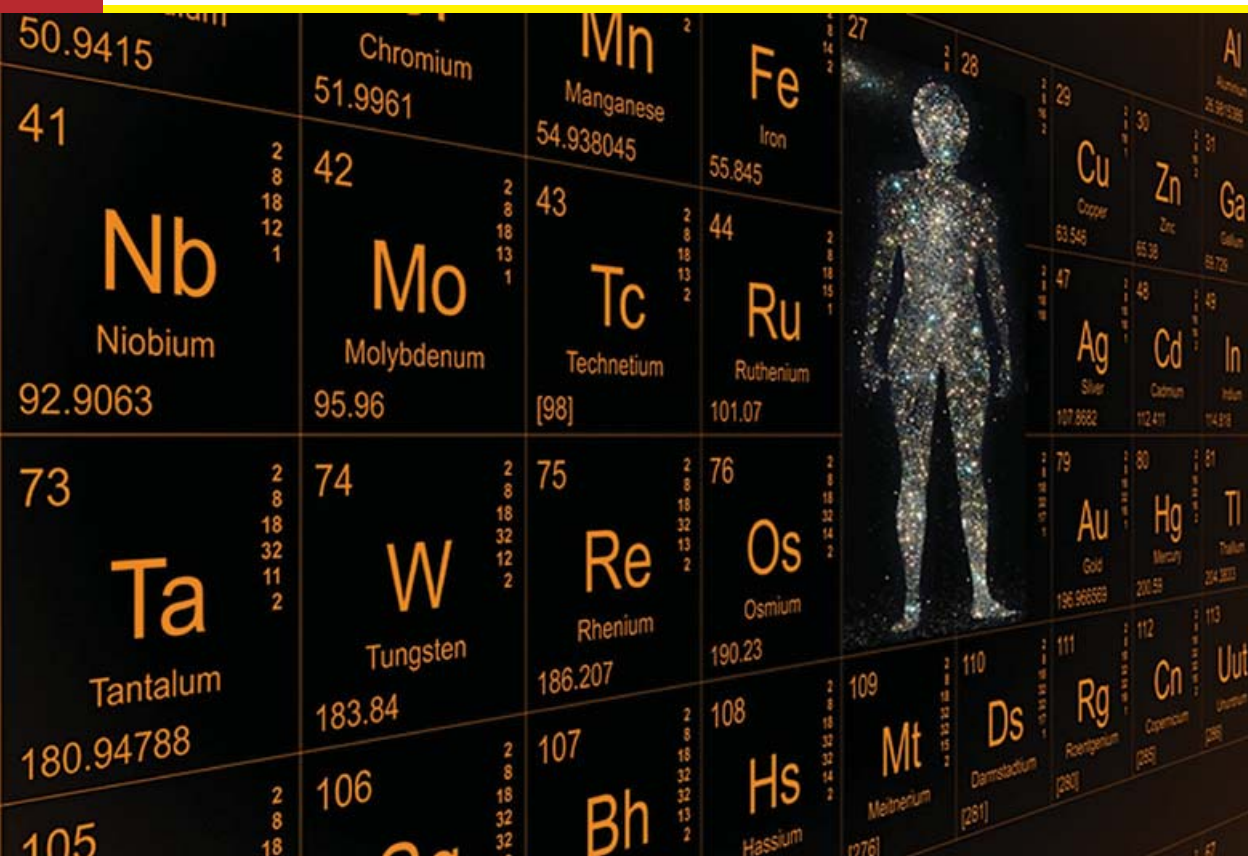
Една от приятелките на Ваня първа се „оцветила“.

Толкова харесала ръчно изработените гривнички и украсени шноли, че започнала да поръчва все по-големи количества. Така се родило и ателието. Съкровищата, които изработва, Ваня ни е донесла в стара кутия от бонбони. Отваряме я и... ставаме също цветни.

На нас ни хареса идеята да оцветяваме другите за празника. Създаденото в „Радика“ е един от начините за това. Между другото, Ваня си има вече помощник. Част от гривничките прави 14-годишното ѝ момче Дари. Твори и то цветове.



Снимки: Деница Дабижева



Малки, но редовно

Жизнено важно е да осигурим минерали и микроелементи за организма... Всеки ген!

Минералите представляват 3% от теглото ни. По-голямата част от тези минерали се съхранява в костите, най-вече под формата на калций и фосфор, а меката тъкан и кръвният поток носят голямо разнообразие от минерали в микроскопични пропорции. Например тяло с тегло 72 kg съдържа около 2,250 kg минерали, разпределени в

следните съотношения: 900 g калций, 450 g фосфор, 113 g калий, 57 g натрий и хлор, 14 g магнезий, 2,85 g желязо (докук 1,520 kg) и 14 други минерала, които са доказано необходими за тялото, но са в такива малки количества, че се наричат микроелементи. Те, според Холфорд, са необходими в малки количества – от 30 мкг до 30 мг. Например на един 65-килограмов мъж му трябват 400 g въглехидрати и 40 мкг хром и все пак хромът е не по-малко важен!



Коледен венец



Изработва се от вечнозелени растения, защото те са символ на Живота.

А животът е в основата на символиката на кръга – именно кръгът свидетелства за изначалната Божия същност, също за пътя на слънцето на небето. В нашата, християнска традиция с кръг се изобразява и Възкресението.

Коледни венци украсяват входните врати на къщите най-вече в католическия свят. Така домът символично отваря врати за светлината на приближаващия празник. При нас са по-характерни малки венчета със свещичка в центъра. Това пък отправя към традицията на Ханука, големият еврейски празник на светлината. Свещниците за Ханука обаче са по-големи, на тях греят осем свещи. В католицизма венците се изработват с четири – и всяка неделя от адвента (периодът преди настъпването на Коледа) се пали нова свещ.

Създаването на коледен венец е част от радостта на празника. Обичайните материали включват борови клонки, шишарки, дребни плодчета. Може обаче да направите венец и само от сушени ябълки например. Подходящ материал е и сламата.

*Коледен венец от думи:
Краси Проганов*