

приключения за духа

ЖУЕЛ



Брой 93
3/2012
година X
Цена 3.90 лв.



Отворете сърцето си за
Златния делфин

Това е откъс от списанието.

**Цялото списание може да намерите в
Библио.бг**

www.biblio.bg



По пътя

Трио Рига



Много снимки и витамини от Латвия

на стр. 56

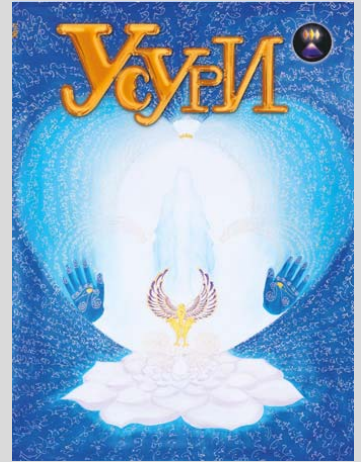


На корицата:

„Среща с Богинята“

Автор: Валери Добрев

За енергията на Златния делфин може да се пише много – и сам Валери казва достатъчно по страниците на този брой. Фина и жива, тя сякаш напява слова на любов. Много по-хубаво,



по-цялостно обаче е да се докоснете до нея – просто разтворете списанието (или пък го затворете 😊) и си подарете този изключителен миг!

Броят ни сякаш е създаден за това да сложим ново начало. В него разцъфва пролетта – между страниците му ви очаква и една уникална „Приказка за сърцето“. Книжката на Стефи Недевска, която е специалният ни подарък за вас, докосва точно там, където плува и Златният делфин на Валери. Те говорят на един език и ви прегръщат. Сега, Веднага...

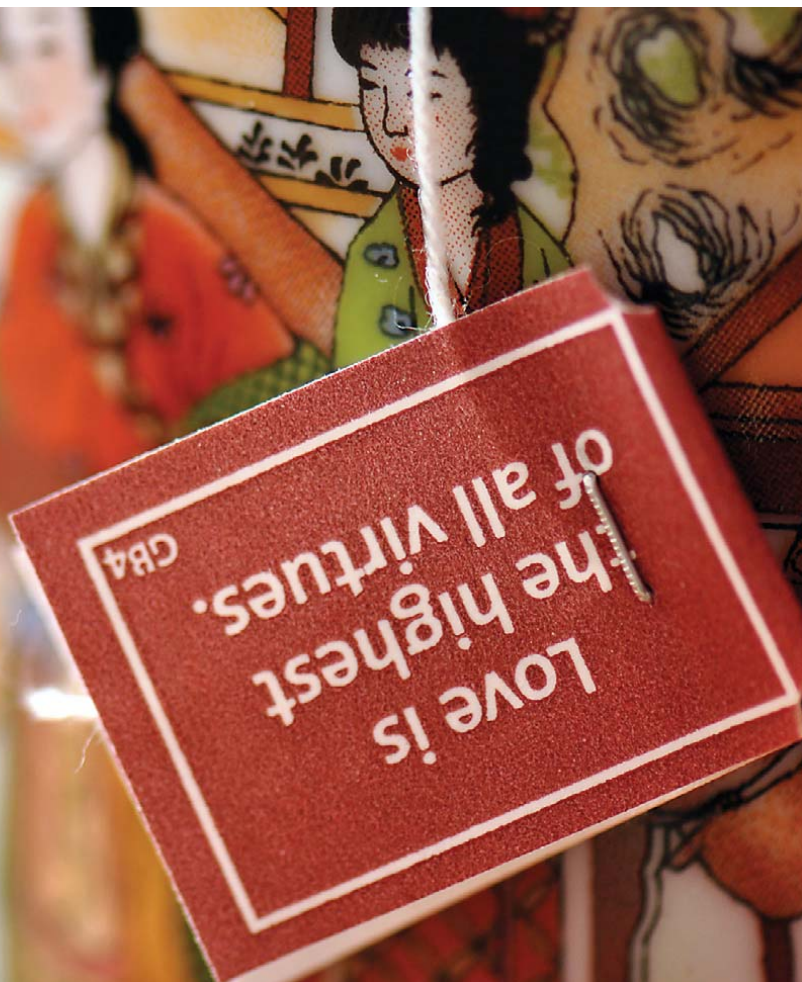
Прегръщаме ви и ние - и сме готови да плуваме до делфините, да полетим с еднорог... А пътеводната светлина сияе винаги, когато докосваме себе си. Запалена е и в този брой на „Усури“...

Красимир Проданов,
гл. редактор

Мисли, от които разцъфва пролетта

Прочетете ги и на приятелите си и ще видите как бързо ще заблещукат тревички, а дърветата ще се отрупат с хиляди мънички причини да казваме *благодаря*

Любовта е най-големият дар, пишеше на късметчето ни от лотусовия йоги чай веднъж. Няма да ни се разсърдите, че ще ви го повтаряме и на вас непрекъснато, нали ☺...



Не е невъзможно да се храним само с Прана

☯ Не е само Анри Монфор (повече за него – в бр. 92 на „Усури“), има и други такива хора, които живеят от чиста енергия и те са сред нас отгвадна... Чудесно е! Човечеството върви натам... Всичко е енергия, така че не е чудно това! Ще си купя книгата на Джасмухин (заглавието ѝ е „Да живееш от светлината“, като самата книга се пръвръща във вдъхновение за Монфор, бел. ред.), ако я има издадена на български. Много интересно!

Галина Цолова

Бретарианството е вдъхновяващ пример!

☯ Боже, колко много ми хареса това! Има и много филмчета за различни хора от всички краища на света, практикуващи бретарианство ☺. Всички започват по един и същ начин, но после всеки разказва за опита си. Това ми беше мечта, фантазия – да има начин да не сме зависими от изхранването. Това е голямо бреме за човек... На много хора животът им минава в мисли около храната и страха от липсата на възможност да се изхранват... Това е убедителен, вдъхновяващ пример за хора, преминаващи в горните нива и измерения ☺!

Анна Лазарова

Красимир Проданов,
главен редактор на сп. „Усури“

Анри е успял, когато е проумял себе си

Представете си удивителна картинка: навън слънце, а във вас – луна... Сядате в любимото ресторантче и си поръчвате нещо вкусно от дневното меню... Усмивнатомо момиче ви го носи след няколко минути, но не посягае към ножа и вилицата... Просто изпълвате себе си с уханието на



Анри Монфор

зеленчуците, с аромата на ориза, с възшебството на подправките. И гладът изчезва... Плащате и молите персонала да задели порцията ви за някого, който не може да си позволи обяд или вечеря днес...

Всичко това съществува, само че в Калифорния, където отворил врати първият Прана-ресторант. Посещават го хора, които нямат нужда от храна. С един такъв човек ви запознахме и в бр. 92 – Анри Монфор. Той самият твърди, че поне 30 хиляди души се хранят и в момента с Прана в световен мащаб. Много повече са тези, които достигат до прехода, но не продължават нататък. Но не бива да забравяме, че това не е самоцел, а път, по който трябва да се върви много внимателно и с разбиране за света и себе си.

Прана е съвършената храна

Анри Монфор вече работи по-малко от десет години, откогато е открил Прана.



„Прана е енергията, която е в нас и в света. Това е енергията, която ни свързва с всичко. Това е енергията, която ни дава сила и енергия. Това е енергията, която ни дава живот. Това е енергията, която ни дава любов. Това е енергията, която ни дава мир. Това е енергията, която ни дава всичко.“

Мнозина казват, че Прана е енергията, която е в нас и в света. Това е енергията, която ни свързва с всичко. Това е енергията, която ни дава сила и енергия. Това е енергията, която ни дава живот. Това е енергията, която ни дава любов. Това е енергията, която ни дава мир. Това е енергията, която ни дава всичко.





ЗА ЖИВОТ, ПОТОПЕН В БУДА

ще говори на учениците си Раниак Патрул Ринпоче от 17 до 20 май т.г. в Дхарма Сити. Не е невъзможно да присъствате и вие на този курс! „Въведение в Учението на Буда“, както звучи наименованието му, е прекрасно потапяне във философията на дзогчен-будизма както за начинаещи, така и за по-напреднали. Това гарантира и самата личност на Раниак Патрул Ринпоче. Разпознат като трето прераждане на учителя от XIX в. Патрул Ринпоче, той идва от манастира Дзогчен в Кхам, Източен Тибет. От шест години живее в Белгия, като през 2011-а посети и нашата страна. Ще е в България отново догодина, но няма смисъл да чакате – близо до центъра Дхарма Сити е летище Шарлероа, до което летят самолети на нискобюджетните авиокомпании, при това директно от София. За всичко останало попитайте на dzogchensofia@yahoo.com или на тел. 0032 474 847 649. Надгикнете и в интернет страницата на Патрул Ринпоче: <http://zpi.patrulrinpoche.net>.

ИЗЦЕЛЕНИЯ, НЕОБЯСНИМИ СЪС СИЛАТА НА РАЗУМА

ще представи г-р Дишкова на 8 март от 18,30 ч в хотел „Рила“ на ул. „Калоян“ 6 в София. Това, което ги обединява, е че са постигнати със силата на духовната лечебна сила, за която говори Бруно Грюнинг. „Няма нищо нелечимо – казва феноменът преди повече от половин век. – Бог е най-големият лекар.“ Именно тази истина документират случаите, които са необясними от гледна точка на традиционната медицина. Лекари като г-р Дишкова просто ги регистрират, а изцелените благодарят... Повече за този метод вижте и на www.bruno-groening.org.



Вибрацията любов не може да се вмести в никакви рамки

С молитви и медитации може да променим много – и да защитим природата и мира, каза ни мило Линда Барбара

ПО ПРОФЕСИЯ Е АКТРИСА,

Въпреки че сега е превърнала фотоапарата си в своята сцена. Непрофесионален е, уточнява, а ние четем в сивито ѝ и това, че е завършила в класа на самия Стефан Данаилов. Вместо да си говорим обаче за изкуство, предложихме на Линда да е нашето щастливо късметче за новата ни рубрика – „Следваща генерация“. И да обсъдим това, което трябва да се промени в света ни, каквато ще е и главната цел на тези страници от „Усуни“.



Храни за процъфтяване

Те са лесни за усвояване и карат организма да еволюира, казват ни хората от *Soul Kitchen* – а после предлагат да еволюираме и ние



ИДЕЯТА SOUL KITCHEN ОБЕДИНЯВА НЯКОЛКО ЧОВЕКА, с които е радост да говориш – радост е и да готвиш с тях или просто да споделиш приготвеното. Философията на **Мер** – след името ѝ задължително следва споменаването на блога „Земя на заем“, се задвижва от максималното уважение към това, което сме като хора – и към нашата земя също така. **Надя** създава приказки на своя *Natural Insider*, способна е на всичко и в кухнята,

и с фотоапарат в ръка. С Диги не се бяхме сблъскали досега, но е прекрасно и мило създание, заради което *Soul Kitchen* предлага всеки ден храна на едно и също, много високо ниво. Докато тя подреждаше красивите бели кутийки на веган-кеъринг марката, двамата господи в екипа – **Веско** и **Живко**, ни помогнаха да отидем отвъд самото готвене, отвъд храната, като форма на споделяне на енергия за живот. Там, където се създава самият живот...

„Аз съм вегетарианец от поне шест години – казва за себе си Веско. – Активно се интересувам от суровоядство, практикувам го от две...“ Именно това са идеите, които събират на едно място всички тези хора. „Ястията и рецептите са изцяло от нас – радва се на постигнатото дотук и Живо. – Търсехме и възможно най-екологичните опаковки. Всичко е съобразено с вижданията ни за здравословно хранене.“

Питаме ги първо за това как са подбрали самите ястия – погледнете интернет страницата им и ще ви залее феерията от цветове, ще усетите и вкусовете, при това още преди да сте си поръчали...

„Подборката беше много лесна – усмихва се веднага Веско. – Винаги съм се стремил 70–80% от калориите през деня да са от жива, растителна храна. Да не говорим, че държа да е регионална или биологична. В София има една шепа места, където човек може да си позволи да паза-

рува. Дълго се налагаше сам да си готвя. Бях направил едно сериозно меню и като ми идваха гости вкъщи, винаги им беше много вкусно и даже не разбираха, че е сурово. В екипа ни има хора, като Нагето, тя е нутрициолог, при нея нещата са на по-професионално ниво. Събрахме всички наши рецепти и видяхме с кои е най-добре да стартираме. Всеки, който си е поръчал веднъж, повтаря – това за нас е много положителен знак.“

А като доказателство, че от Soul Kitchen не може да се поръча само веднъж, вижте тази невероятна супа – казва се „Зелена енергия“ и към спанака в нея са добавени моркови, картофи, пащърнак... И още авокадо, лук, куркума, черен и червен пипер, хималайска сол, лимон...



Вашият Ангел и сега е до вас

Лорна Бърн се докосва
до крилете им още
като дете –
и не е изгубила тази
своя необикновена
способност и днес





ИРЛАНДКАТА ГИ ЧУВСТВА, ЧУВА – УМЕЕ И ДА ГОВОРИ С ТЯХ. В този необикновен нематериален свят живеем и ние, напомним тя, макар че за разлика от нея усещаме по-рядко колко много ни помагат всъщност Ангелите. Затова и Лорна създава своето уникално ръководство как да общуваме със своите най-сърцати и всъщност безплътни приятели... Книгата „Ангели в косите ми“ се обитава от много нематериални същества – може би сред тях ще открием и своя Ангел-пазител, надява се Лорна. А възможността да поговорим с нея „на живо“ дойде благодарение на издателите на „Ангели в косите ми“ у нас – „Азура“. Така Ангелите се заселиха и по страниците на „Усури“ – прегърнете ги и вие сега...

– Лорна, разкажи ни, кога за първи път видя Ангел?

– Не мога да си спомня някога да не съм виждала Ангели. Те бяха пред мен от момента на моето раждане, с отварянето на очите ми, въпреки че тогава – естествено, не знаех, че това са Ангели. Можех да ги видя около майка ми, докато лежах в люлката си. Спомням си как се пресягах да ги докосна, но никога не успях.

Виждам Ангелите на чисто физическо ниво така, както виждам гъщеря си пред мен на масата за хранене. Разговарям с тях така, както говоря с хората, но с Ангелите мога да общувам и без думи. Не е имало ден, в който да не съм ги виждала. За мен това е най-естественото нещо на света. Те са моите най-добри приятели и спътници.

Когато бях много малка, Ангелите ми казаха да запазя в тайна това, което виждам и аз никога не съм споменавала за тях пред семейството си. Винаги е било тайна – до този момент!

– Защо някои хора виждат или чуват Ангелите, а други – не?

– Не зная защо Бог е избрал мен – защо аз мога да виждам Ангелите физически, по начина, по който виждам хората, и защо е така от най-ранното ми детство... Не мисля, че съм по-специална или по-добра от когото и да било. Определено не съм идеална! Аз съм съвсем обикновен човек. Но Той ме избра и ми изпрати своите Ангели, за да ме учат.

Това е гарба, дадена ми от Бог. Той и Ангелите ме научиха как да я използвам.

Зная обаче, че всеки може да общува със своите Ангели. Зная, че и децата виждат Ангели, когато са много малки. Често възрастните хора, към края на своя житейски път, също могат да зърнат някой Ангел.

– Как изглеждат ангелите?

– Когато видя Ангел, ми се иска да затая гъх и да се вгледам. Все едно съм в при-

Златният делфин е израз на нашата божественост

Голямото чудо да бъдем себе си разкрива със силата на новите енергии, цветовете и медитацията *Валери Добрев*

Енергията на делфините го променя на клетъчно ниво

Случило се през 2006-а – един следобед, докато бил на работа, Валери получава видение... Изведнъж се пренася на поле, на което гори огън и той танцува сам около него... В следващия миг се озовава във водите на океана – там се ражда и първата му прегръдка с делфините. „Трябваша ми няколко дни, за да се стабилизирам отново – спомня си. – Усещах, че се случва нещо с мен на клетъчно ниво! Едва сега мога да си обясня какво всъщност е било...“ Миналата година пък попада на канализирано съобщение от Архангел Метатрон, в което се разкрива завръщането на енергията на Златния дел-

фин, след това Валери визуализира за първи път и иероглифно структурирана картина именно с енергиите на Златния делфин. Нещата започват да се случват, както казва той... „Изрисувах я и нещо ме подтикна да седна с нея, да си поставя ръцете отгоре ъ... Тогава внезапно усетих как енергията тръгва по ръцете нагоре и директно навлиза в сърдечния център, бяхме отново заедно с делфините, което отвори огромна радост в мен.“

Как да бъдем заедно с делфините и как да почувстваме тази радост, помолихме го да ни разкаже специално за „Усури“. Прочетете отговорите му на нашите въпроси и... нека делфините бъдат с вас!

„Делфински свят.
Кралска лилия“



Пространство за общуване



Communication Academy

Communication Academy има удоволствието да ви покани на първия форум, посветен на темите за комуникацията в ежедневието ни не само като обмен на поток от информация, а и като **общуване, свързване и емпатия**

24 март Емпатия и емоционална интелигентност в бизнес среда

Денят представя новите тенденции в бизнеса, в които малко по малко общуването с емпатия измества традиционните модели на централизирано управление. Участниците ще могат да участват и в два последователни практически уъркшопа, на които да придобият личен опит с представената теория и малко по-задълбочено разбиране през примери и казуси. Гост на деня ще бъде лекторът от Турция Али Гюлюм – корпоративен обучител и мениджър на групата *HR* лидери Турция в *Linkedin*, който ще представи пътя на емпатията в бизнеса и как, кога и защо от пожелателна тя става задължителна.



25 март Емпатия в семейна и училищна среда

Вторият ден е посветен на учителите и родителите и търси единството на връзката родител–учител–дете при възпитаването и отглеждането на децата. Част от програмата е възможност за среща и неформално обсъждане на проблемите на родителите и учителите, обмяна на опит и намиране на общи решения. Включени са и практически срещи за учители и за родители, като всеки участник на форума ще може да участва на две последователни практически занимания, за да придобие личен опит с представения материал, да зададе своите въпроси и да получи нови гледни точки и насоки като родител или учител. Гост на деня ще бъде г-р Беате Шмид Белау – обучител и мениджър на Европейски проекти за образование от Германия, която ще представи срещата между родители и деца като среща на две култури: на децата и на възрастните.

„ПРОСТРАНСТВО ЗА ОБЩУВАНЕ“ ще се проведе на 24 и 25 март 2012 г. в Център за култура и дебат „Червената къща“ на ул. „Любен Каравелов“ 15 в София. Пълна информация за форума има на www.communication-academy.eu. Може да свържете с нас на адрес info@communication-academy.eu или на тел. 0888 449 678, Зорница Трифонова (организатор събития и връзки с обществеността)

Космичната енергия вибрира в нашите растения

С помощта на Прана **Рамакришнан Нагасами** им помага да са здрави и да дават богата реколта, която да прави в крайна сметка и нас щастливи



РАМАКРИШНАН НАГАСАМИ е праничен лечител, учител по лечение с Прана и архатик йога, софтуерен специалист. Не го попитахме как съчетава всичко това, защото го заведохме направо в градината – там, при растенията той ни показва как може Космосът да се отразява например в една малка ябълка... За възможностите лечението с Прана да помага в земеделието си говорим с Рам по-долу – а уменията му може да видите и на живо, защото съвсем наскоро той ще е в нашата слънчева страна!

– В „Усуни“ сме писали неведнъж за Прана, но в аспекта, в който тази всемирна енергия оздравява хората. Практикувате ли вие лечение с Прана или сте се съсредоточили върху частта със земеделието?

– Аз съм праничен лечител и работя с Прана земеделие. Също така преподавам лечение с Прана за

начинаещи и напреднали, пранична психотерапия, кристална и *Psychic*-самозащита, както и архатик йога.

– Кога трябва да се прилага метода *PranaHealing* на Гранд Мастер Чоа Кок Сюи – върху семената, върху насажденията или върху плодовете и зелен-

чуците, които земята ражда?

– Лечението с Прана се прилага в прана земеделието и хортикултурата на много етапи от отглеждането – от подготовката на земята, през засяването и до плодовете и зеленчуците. Или с други думи – земя, семена, разсад, растения, дървета и т.н. Може да се прилага и върху

Малкият Ян отключва способността ни за растеж

Стопли ли се, подсилете жлъчката и черния дроб
– за връзката с невидимия свят пък ще се погрижи
Великденският пост

БИОЛОГИЧНАТА ПРОЛЕТ ЗАПОЧВА ПО-РАНО ОТ КАЛЕНДАРНАТА ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКАТА. Много култури се развиват още от средата на февруари и по този начин бележат края на един сезон и началото на друг. Че е наистина много специален в годишния цикъл, посеща и китайската медицина, която нарича пролетта „Малкият Ян“. Елементът, който я характеризира пък, е дървото. Това означава, че енергията дзи е динамична, в

същото време с непрекъснато растящ потенциал. Както едно дърво се устремява нагоре, към небето, така и нашият организъм се изпълва със сили за растеж. Сега е моментът да се избавим от старото – това, което през зимата ни е ограничавало и ни е спъвало, вече не ни пречи... Затова пролетта е най-правилният момент да започнем нещо ново, да се изправим пред предизвикателството да надраснем себе си.

Пролетта е идеалното време да се пречистим емоционално и физически

Храносмилателната ни система се нуждае от прочистване

Пролетта е идеалното време да изчистим старото, но не само в емоционален план. Много блокажи се натрупват и на физическо ниво след дългата и на моменти лютата зима. Логично е да се започне с храносмилателната система. Точно тя понася – в много случаи тихомълком, и нашите грешки. Март е идеален от гледна точка на протичащите енергийни процеси – събуждането на природата, стремежът ѝ да се обнови, да се по-



Йога постелка носи смирение и здраве

Наречена на богинята на женската сила, „Шакти“ е инструмент бързо да се справим със стреса, травмите и много болести

ДЪЛБОКО СВЪРЗАНА Е С ТРАДИЦИИТЕ НА ЙОГА, а съвременното ѝ „прераждане“ дължим на Йоги Ом Мокшананда. Роден в Швеция, той е прекарал по-голяма част от живота си в Хималаите и Индия, практикувайки йога и изучавай-

ки аюрведа. Йогийските упражнения върху остра, изпълнена с много „бодли“ повърхност приспособява за западния човек. Освен че има умението да активира акупресурните точки, постелката му е носител на ценни аюрведични сим-

воли. Йоги Ом я нарича на богинята Шакти, която символизира смирение и женска сила. За първи път представя постелката си през 2007-а, като година по-късно вече е мания в цяла Швеция. Самата „Шакти“ е избрана

„Шакти“ е подходяща за хора със здравословни проблеми, добра за релакс или срещу травми при спортисти



**Библио.бг - платформа за електронни книги и
списания**

Чети каквото обичаш!

www.biblio.bg

