

Силата да събъдваме



Брой 109/2013
година XI
Цена 3,90 лв.

УЖУРИМ

Еротична
интелигентност

Баланс с
витамини

Душите
близнаци

Практики от
Лечебното тао

Духовният
ВОИН

Това е откъс от списанието.

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

www.biblio.bg





Лавандулата

Тази история започва в Египет, където използвали лавандулата за балсамиране и приготвяне на козметика, а завършва в китните полета под Стара планина, където сега растат най-големите насаждения лечерна лавандула в света.

72

Снимка: Деница Дабичева



18 Горчивото злато на Ангите



60 Баланс с витамини от храната



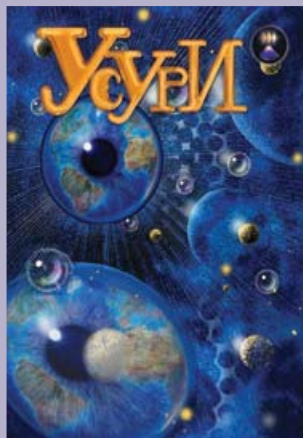
76 Новото индийско кино

На корицата:

Силата да се самоизградим

Илюстрация: *Калин Николов*

Творческата енергия е нашият най-скъп гост в това есенно „Усури“. Чрез нея постигаме идеален баланс в сферите на мъжкото и женското. Изявяваме своя пол, но в същото време използваме силите си да създаваме, да съграждаме.



Примерите са много: **Дина Даял** черпи от върховенството на древните воини, защото според *ведите* те побеждавали с мантри; **Естер Перел** пък говори за еротичната интелигентност, сякаш разказвайки за енергиите *ин* и *ян*, които непрекъснато сменят местата си.

Но енергията е движение – показват ни го и няколко тао практики, които за вас демонстрираха **Рентао&Витао**. Енергията е издръжливост, упоритост, сила – все неща, с чиято помощ **Иван Гинев** се качва на Монблан, пък и има воля невредим да слезе от него.

Творчеството и във вас се настанява, разтворите ли тези 96 стр. Използвайте силата му, нека и вас превърне в духовни воини – то е жива енергия, която работи за това да се чувствате добре.

Да съградиме.

*Красимир Проданов,
гл. редактор*



120 000

Представете си поле с толкова разцъфнали минзухари... Събрани накуп, правят огромен букет, сигурно най-романтичният на света! Събрани накуп, дават и килограм шафран. Най-ценната и най-скъпата подправка на света. Цената ѝ достига 30 хиляди евро за килограм, а реколтата се бере на есен, щом стане десетина градуса. Тогава се усмихват лилавите полета...



30

са микроелементите, които ЯБЪЛКАТА съдържа – сред тях калций, фосфор, желязо, магнезий... Богата е на ензими, на витамини, на флавоноиди... Като гледаме как расте и се налива със слънце, със здраве за нас самите по ябълковите дървета сега, ни иде тихичко, на пръсти да минаваме оттам. Свещенодействие е всеки ден за нея. С молитва да ядем ябълката си пожелаваме – и с благодарност. Благодарност, че я имаме и че едно дърво до сто години я ражда...



1300

килограма строителни отпадъци скривал Централен Балкан преди 15-ата поред акция за почистване на труднодостъпни територии, но това не е всичко. Доброволци и организатори от организацията „За Земята“ изнесоха за седмица от района повече от осем тона метал. Общо извозените отпадъци се спряха на чиялото 21 т. Целта на кампанията обаче е догодина там да няма и боклуче.



Какво предизвиква лъжата?

Малкият Ханс лъжеше Всички – родителите си, учителите. Всяка изречена от него лъжа – и най-дребната – го правеше Все по-малък, докато един ден дори хамстерът му се ока- за огромен в сравнение с него. Накрая Ханс изчезна! Трябва да открием какво предизвик- ва лъжата – липсата на самочувствие ли, или желанието да се привлече вниманието на Възрастния. Но преди Всичко – ние сами- те не трябва да лъжем децата си.



Проста рецепта за самочувствие

Жабокът Пистон мисли, че е най-грозното същество на света. Той дори не поглежда отражението си във водата! Но един ден среща красиво момиче, което му предлага своето приятелство... Да приемеш себе си, Всички свои черти, е простичката рецепта за добро самочувствие.



Нещастие то ни прави по-силни

Кокоската имала травматично преживява- не: видяла е отблизо лисица, която е искала да я изяде. От нощта на случката тя не прави нищо както трябва. Ала един ден зъс- ката започва да разсъждава пред нея: Често падаме. Падаме и отново се изправяме, раз- бира се. Но да се оплакваме цял живот от това падане не ни влияе никак добре.



Животът, какъвто го виждаме

Педро се сблъсква с голяма изненада: в дома му има чудовище. Първоначално го е страх, но постепенно двете същества започват да се разбират, което съвсем не означава, че споделят едни и същи идеи. Но Педро показва, че е положително настроен... Вяр- вавме, че животът е такъв, какъвто го виж- даме ние. Но невинаги го вземаме предвид и не знаем как да защитим идеите си. Или налагаме вижданията си, или се чувстваме манипулирани. При това положение истин- ската комуникация се оказва невъзможна или незадоволителна.



Ват Ронг Кхун е от най-необичайните храмове на света

Будистката ступа, която се намира недалеч от град Чанг Рай, в северната част на Тайланд, изненадва не само с удивителна екстериорна гледка, но и с изображенията на киногерои вътре. Храмът е проектиран от прочутия тайски художник и архитект Чалермчай Коситпипат. Работата над проекта започва през 1997-а, но за да бъде завършена, ще са нужни още много години. Белият храм, както наричат Ват Ронг

Кхун, е заобиколен от хиляди фигури на демони, скелети и други ужасни персонажи. Всичко тук е ослепително бяло – като символ на чистотата, и остро – самото възлъщение на мъките човешки. За да стигнете до храма, се налага да минете по мост, изпод който към вас се протягат хиляди скулптурни ръце – те, разбира се, символизират желанията, главния източник на страданието според будизма. На фона на цялата тая белота вътре в храма седи Буда (дори няколко) – целият в злато, а наоколо му, по стените, Батман, Супермен, дори Нео от „Матрицата“ разказват будизма по начин, за който не сте и подозирали.



Просветление



Беседа



Танц



Игра

Шише за многократна употреба

Пластмасовите шишета могат да имат дълъг живот, ако отпуснете въображението си. След като бутилката е отрязана на необходимата височина, ръбовете се заглаждат с докосване до нагорещена ютия. После пълним я с принадлежности за грим, я с любимите си писалки и моливи.



Палета на колела

Идеите за гървени палети могат да напълнят енциклопедия, но тази ни хареса с практичността си. Нужно е единствено да се монтират колелца като на фотьойл и вече имаме нова холна масичка, край която да се излежаваме на любимата възглавница и да прелистваме старо списание.



По ноти и по вода

Можем да сме романтични, като пренебрегнем кичозните панделки на цветарските магазини. Купете само розите, а после загърнете в някоя непотребна партитура. Дано класиците не разберат 😊



За мечки и за деца

Храната може да приеме забавна форма, стига да превърнете приготвянето на сандвичи в празник. Този мечо е само модел, но вие си измисляйте и играйте на воля. Това е начин и да поразкажете на малкото си съкровище колко хубаво нещо са зеленчуците.



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

Чети каквото обичаш!

www.biblio.bg

