

УЖУМ

приключения за гуша



Брой 87
09/2011
година IX
Цена 3,90 лв.

**Осем
коана
за екодом**

**Езикът на
живота:
тишина**

**Малки
тай чи
мигове**

**Хип,
хипи
Индия**

Пътуване в Йога

Дневниците на Яна





Тенислав среща молекулата

Квантово интервю,
завършващо
с *чисто осъзнаване*

на стр. **38**



Да следваш Яна

Йога дневници, които
водят първо към сърцето

на стр. **50**



ЯнаХа: карма в действие

Експириънс
от пъска в Гоа
до цветовете на Ладак

на стр. **56**



Името УСУРИ е съчетание на понятия от древния санскрит: У – енергията, която идва от ИЗТОЧНИКА, носи идеите и животворните вибрации на КОСМИЧЕСКОТО СЪРЦЕ; СУР – космическа мъдрост, еволюция, изминат път, натрупан опит; И – изявеното във видимия свят сега.

Управител

Калинка Стайкова

Главен редактор

Красимир Проданов

Редактор интернет издание

Екатерина Аврамова-Колева

Художник

Калин Николов

Автори

Анна Савова

Бисера Виденова

Веселин Сейков

Деница Дабижева

Жени Костадинова

Мая Александрова

Светла Иванова

Светлана Георгиева

Графичен дизайн

Здравка Лозанова

Коректор

Пенка Йончева

Разпространение и абонамент

Ели Антонова

Тел.: 0885 11 90 14

Издател

АРГЕД ЕООД

Адрес на редакцията

1505 София, ул. „Васил Друмев“ 36

Тел.: 80 61 245; 80 61 200

e-mail: usuri@ged-bg.net

Препечатна подготовка: ГЕД ООД

Печат: Delta High Print

ISSN: 1312-2665

Това е откъс от списанието.

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

www.biblio.bg



Тай чи
съвършенство

И тялото има
своя философия на
движението

на **стр. 24**

Цветовете
на **Тайланд**

Ритуали и занаяти,
които рисуват
хармония

на **стр. 26**

Дзен
В чаша чай

Да почувстваме
живота със силата
на ароматите

на **стр. 62**



Людмила е учителят, когото не разбрахме



Странна! Така звучи най-краткото определение за Людмила Живкова във Времената, в които комунизмът се ковеше, докато е горещ...

Беше способна да преживее цял ген с няколко бадема, разказвала ни е например Яна Маркова, нейната любима братовчедка.

„Людмило, няма да ми броиш залците, докато се храня“, казвала ѝ с усмивка Яна. Признава обаче, че енергията, която извирала от братовчедка ѝ, била наистина неизчерпаема.

Затова и говорейки за духовен преход днес, не можем да не признаем, че такъв вече е имало – при това в най-лютите за всичко нетленно години. Осъществяван тихо и последователно, този духовен преход гари на българите идеята за агни йога, за мир и единство. Той роди и камбаните в комплекса „Знаме на мира“ – уникален мемориал, събиращ енергията на целия свят.

Затова да си спомним за Людмила с обич

и признателност 30 години след отпътуването ѝ към Страната на мечтите не е странно. Идеята е на инициативния комитет „Деца на Людмила Живкова“, който покани всички, за които делото ѝ има стойност, на Камбаните. Ще рисуваме, ще се радваме, ще пускаме балони, предложиха ни от комитета. И колкото по-нависоко в небето летяха те, толкова по-близо бяха до нея...

РАСТЕМ ЧРЕЗ ТРУДНОСТИТЕ

„Ако внимателно наблюдаваме как трудно проправят път новите идеи, лесно ще формулираме болестта на човечеството. Аз бих казала, че тази болест е инерцията, традиционализмът в мисленето, това успокоение и самодоволство, което съществува между хората. Благословени са трудностите, защото чрез тях растем.“



Людмила Живкова

Откъде идва енергията?



Лизелоте Егер, Френелогичен институт – Швейцария: „Човек има енергия *чи* в себе си. Освен това съществува и космическа енергия. Когато човек е „отворен“, той може да получава, да се свързва с космическата енергия. Така и собствената му енергия се увеличава. Що се отнася до лечението с енергия, има хора, които твърдят, че използват собствената си енергия, но те обикновено се изтощават след 3-4 сеанса. Ако човек е свързан с космическата енергия, се зареждаш непрекъснато, енергията ти не се изчерпва...“



Таня Методиева, Зелен биоцентър – Бургас: „От всемира, естествено. Тя е една, но зависи доколко на човек му е дадено да борава с тази енергия. Всеки човек е канал, през който тя тече, с нея се постигат уникални резултати. Нашите гарби са наследствени – такива бяха баба ми, прабаба ми, сестрите на баба ми... Предаде се и на децата ми, просто такива идваме. Но в тази сфера нещата са много тънки и всеки трябва много да внимава да не попадне от другата страна. Лечителството е специфична работа и наука!“



Отражения от голямата действителност

Занаятите разказват историята на *Тайланд*



Предавали се от поколение на поколение – не само умението, но и инструментите, търпението и усещането за хармония... На едни места плетели съдини за дома – правели ги обаче така изкусни, че постепенно вместо за рибата за вечеря започнали да служат за украшение... Традициите и културата попивало пък дървото. Създавали се барелефи и скулптури. Най-много, разбира се, запечатвали образа на Буда. Не липсвали обаче слонове, тигри, биволи... Светът на тайландеца отразявал красотата на света наоколо. Днес ни предава точно нея и на нас – доверчиво, усмихнато... Без да се е изгубило най-важното качество на живота въобще – *пълнотата*...



Чистото осъзнаване притежава силата да сбъдва

Енергията на физиката

може да бъде овладяна от всеки, казва *Тенислав Христов*



Страна на неограничените Възможности съществува – може да се каже, че е във всеки от нас. Всъщност тя е и във всичко наоколо, просто трябва да имаме развити някои инструменти, с които да я виждаме и постигаме. Тенислав твърди, че започнал да работи с тях, когато се обърнал навътре, към себе си. Но и дотогава не бил на „Вие“ с живота – някак неусетно усвоил онова изкуство да привличаме към себе си всичко важно. „Мечтаех и нещата се случваха – казва скромно. – Но нямаше напрежение, нямаше съпротивление...“

Много дължи на Лиъ Каръл и Крион – сигурно затова се връща в разговора ни няколко пъти към посланията на Негово магнитно височество. Всеки път, когато спомене пък г-р Шадрин, добавя и „учителя“. Изявявал се и като преподавал в неговата Тибетска академия, но сега нещата вече са различни. „Изживееш ли нещо, го превръщаш в мъдрост – обобщава простиичко, – и после спираш да говориш.“

Може би и този разговор се е случил на едно друго ниво, защото полето от неограничени възможности наистина е невероятно. Направо вълшебно, щом осъзнаем, че всички ние живеем заедно в него. Което значи, че всичко, което Тенислав сподели, може да влезе в действие. При това веднага.

Мислите играят главна роля в нашия живот

Имаме ли спокоен ум, притежаваме и щастие,
сигурни са *Марие* и *Ачаря Харилал*

Двамата могат да танцуват със сигурност и на върха на една игла – толкова елегантно и красиво се допълват, макар че всъщност произхождат от гвата края на света. Съдбите им се преплитат в Германия, където Марие води йога курс. Точно йога е първото, което ги сближава, после следват онези невидими за окото неща, които в живота си наричаме щастливи случайности. А това,



че тя е от Прага, а той се е родил и израснал в Керала, въобще не ги смуцава. Сега живеят и на двете места, пък и на още много – седмица прекараха и в София, обикаляйки заедно улиците, отгребвайки с една лъжица от керамичните супени купи на Веда хаус, търсейки знаците на общата си радост. Гости бяха всъщност на Йога Ди-

вали – там Харилал за втора поредна година проведе и своя семинар, посветен на йога терапията. Уговаряме се да си говорим точно за това, но и въпросите, и отговорите бързо надскочат темата и се реят свободни към гревността, към Индия, към хармонията и щастие, които не са невъзможни тук, на Земята.

Купон на изток от пълнка

Аз съм всъщност хипи, казва ЯнаХа и така музикалната тема изчезва от разговора ни, защото оттук нататък ще се говори най-вече за **Индия**.

В нотите се опитва да ни върне само Миг Джагър

но за кратко – колкото и да си пада по музика и да е живяла едно време едва ли не само на Попа в София, Яна, както гласи малкото ѝ име, обожава повече Фигел Кастро. И тук няма грешка: „Така го бяха обрисували в учебника по история – и хубав, и с едни романтични случки... Този урок ми висеше над леглото.“ Сега обаче – вече зряла и почти сериозна жена, Фигел не присъства в сънищата ѝ. Заместен е от нещо, което е прекрасно почти колкото неговата Куба. Даже малко повече, защото Индия не е само предизвикателство, не е и само сън за

наша обща радост. В живота на Яна се е превърнала в откровение, а после и в житейски опит. Защото вижда не само красивата ѝ страна. Вижда я ядосана, тъжна, разгневена, тлееща...

Пътешествия към майката на Майка Ганга

Те са не просто поклонение, както за много българи. Взима двете си деца, след като старателно е обяснила на учителите им, че няма да живеят вече у нас, пълни няколкото куфара с грехи и храна, опакова и цялата „Библиотека за ученика“... Всичко това е багажът на

българския емигрант, поел в посоката на предизвикателството. Когато я питаме защо пък и Елин Пелин, тя с неразбиране промълвява: „Един ден, ако почна да преподавам български на индийчетата, не мога да се излагам...“

Първата част от приключението обаче е слънчева. Цял месец фамилията се наслаждава на атмосферата на Гоа. Живеят в сламена къщичка на пясъчния бряг, а всяка вечер е една споделена с хи-





Мечтите за дом от светлина се сбъдват

Осем неща за екологичното строителство, които е добре да знаете

Първо ни трябва слънце, казват хората от сдружение „Дом за живеене“; после добавят към него радостта... Прави сте, стени от бетон засега не се виждат, но те не са и потребни, когато става дума за истински дом за живеене...

Възможно ли е природосъобразното строителство, задават провокативно този въпрос. Отговори потърсиха на целодневния семинар, наречен пак така – „Дом за живеене“.

Природосъобразният дом се съобразява не само с конструкторски пропорции – той съчетава енергии, грижи се за околната среда, опитва се да е в хармония със законите на Вселената. „Дом за живеене“ опита да разкаже за всичко това, да му възвърне една като че ли поизгубена и позабравена цялост. Така и нашият, собствен дом няма да е вече просто кутийката с много прегради, както досега. Ще се роди пространство, отворено към цялото... Отворено към любовта.



Да помогнем на тялото си в борбата с негативното

Камъните в жлъчката са показател,
че задържаме в себе си *отрицателните емоции*

Тази статия не замества консултацията с медицинско лице.

Задължително се информирайте за състоянието си, страничните ефекти и противопоказанията на посочените лечебни средства!

Алтернативното лечение се справя с проблема на ментално ниво

Традиционната медицина обикновено препоръчва при камъни в жлъчката нейното отстраняване. Това не винаги е най-доброто решение на проблема, защото никои лекар няма да ви обясни какви са възможните усложнения при липсата на този орган. А усложнения може да се получат, може и да не се получат... Положението е 50 на 50...

Всеки орган в тялото ни има строго определени функции и премахването му неминуемо ще затрудни работата на другите около него. По-надолу ще споделя с вас алтернативата, дадена ни от природата – ако не ви помогне, поне ще знаете, че сте опитали всичко, преди да стигнете до крайната фаза – премахване на жлъчния мехур. Половината, ако не и повече, от

лечението на дадена болест е във вътрешната ни убеденост, че можем да се справим и да се преборим. Тялото ни е уникална машина, която знае какво да прави във всеки един момент – важно е да му повярваме. В повечето случаи болестта идва, за да ни покаже, че нещо не е наред с нас на емоционално или ментално ниво. Не гледайте на нея като на проблем, а като на урок, който тялото ни подсказва, че трябва да научим. Затова първата и най-важна стъпка е да променим мирогледа си, ъгъла на възприятие и начина на живот и да си зададем няколко ключови въпроси, които ще спомогнат за оздравителния процес. Бъдете честни към себе си, това е разговор, който трябва да проведем!

Лятото свърши, въпросите на „Усури“ – не

Отговорете им с усмивка, а после ще ви се усмихне и щастието заради нашите награди 😊

1. Да се пие леденостудена вода е вредно, защото:

- А) гърлото се простудява;
- В) организъмът харчи енергия да я затопля;
- С) хладилникът променя структурата на водата.

2. Цанко Лавренов рисува много български манастири. Кои от тях „пренеся“ на платното най-напред?

- А) Зографския;
- В) Рилския;
- С) Ватопег.

ЗАЩО ЕДНА ВОДА Е ХУБАВА, А ДРУГА – НАПРАВО ФАНТАСТИЧНА,

изучава вече много години г-р Игнат Игнатов. За да е „жива“, обяснява той, молекулата ѝ трябва да притежава силни водородни връзки. При дейонизираната такива просто липсват, подчертава специалистът. И не спира да се възхищава на много извори, бликащи из родината. Изследвал е тези край Тетевен, в района на Троян, прословутите девински води също така... Има какво да каже и за водата, извираща близо до Рилския манастир... Коя вода е най-полезна, питат го постоянно. Отговаря предельно кратко,

но с уважение: „Природните води носят необходимата жизнена енергия. Има тенденция изворите, които са над 500 м надморско ниво, да притежават



по-добри показатели. Пийте един месец планинска, после я заменете с минерална...“ А дали да е студена, ще ни кажете вие!

**ДУХЪТ НИ ПЪТЕШЕСТВА,
КОГАТО СМЕ ОТВОРЕНИ ЗА
НОВОТО,**

показва опитът на Меги Колева. Нейният център „Аюрведа днес“ от години организира посещения на сакрални места по цял свят. Превръща пясъка, слънцето, топлината в източници на безкрайно удовлетворение от живота. „Светът е създаден съвършен и ние трябва просто да му се радваме – нищо повече“, напомня тя! И не пропуска да ни разкаже за пътешествията си на хиляди километри. Точно такава беше това го Тайланд. За водач избрала бивш монах, който я потопил в будизма по неочакван начин. Там се сблъскала и с активнос-



тите на Буда – за първи път разбрала, че има значение в кой ген от седмицата сме родени. Какво точно определя това, питаме и вас...

3. На 21 май 2011 година се разминахме с:

- A) най-големия астероид, минавал покрай Земята;
- B) ядрена катастрофа;
- C) пророкувания от Харолд Кемпинг край на света.

4. В село Дивля от стар, изсъхнал орех изработиха:

- A) индианско кану;
- B) дървопластика на Кирил и Методий;
- C) иконостас.

5. Първата българка, станала известна с това, че рисува с пръсти, се казва:

- A) Дора Бонева;
- B) Стефка Балджиева;
- C) Лика Янко.

6. Според будизма геният, в който сме родени, определя:

- A) мисията ни в живота;
- B) кръвната ни група;
- C) късмета ни.

7. До 2015 година руски учени ще създадат:

- A) лекарство срещу множествена склероза;
- B) *аватар*, или изкуствено тяло;
- C) робот – домашен помощник.

Колекция от шест броя на сп. „Усури“ или карта за Йога Дивали очаква новите ни победители. Включете се в играта на usuri@ged-bg.net – отговорите си изпращайте до 15 октомври



УСУМ 

ISSN: 1312-2665



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

Чети каквото обичаш!

www.biblio.bg

