



Целебная сила
слова

стр. 2

Функциональное
питание

стр. 6

Что ждёт нас
впереди?

стр. 13

В величайшей нужде Божья помощь к вам ближе всего

СПОСОБНОСТЬ человека образовывать слова пребывает в его духе как особый дар Творца.

Слабый отблеск живого Слова Божьего, из которого возникло Творение, лежит и на человеческом слове. Потому оно и живо, и оказывает хорошее или плохое воздействие, в зависимости от того, как использовал его человек, наделённый свободой выбора.

И хотя вызываемые этим действия пребывают ещё вблизи земного, однако при ложном применении языка они могут иметь опустошительные последствия и приводить к гибели целых народов. Но и обратное имеет место, когда добрые слова распространяют счастье и мир.

Так и вынесенная в заголовок пословица образует особый мост к помогающим потокам силы, которые для человека часто творят чудеса. И тому, кто в сильнейшей нужде благодаря глубоко прочувствованной молитве к Богу жаждет этой помощи, не будет в ней отказано.

Идущая изнутри молитва и чистое доверие к Богу — вот те составляющие, благодаря которым новая сила волеётся в человека, поднимет его дух и принесёт ему покой и мир. И его окружение будет пропитано этой силой, так что наступающее зло в конце концов будет оттеснено.

Херберт ФОЛЬМАНН
(из книги «Взгляд в иной мир»,
пер. с нем.)



Скажи мне что-нибудь хорошее,
Не упрекай меня ни в чём.
Упрёк что камень, в душу
брошенный, —
Не добивай, подставь плечо!

Жизнь никого из нас не балует,
Как море, пенится, штормит.
Вот — у меня сорвало с палубы
Балласт сомнений и обид.

Холодный ветер переменчивый
Жестоко треплет паруса.
А волны плещут беззащитно
Солёной влагою в глаза...

Скажи мне что-нибудь хорошее,
Пускай я даже не права...
Слова не стоят ничегошеньки —
Бесценны добрые слова!

Инна СПАСИБИНА

ЦЕЛЕБНАЯ СИЛА СЛОВА

«Я не могу больше работать в этой фирме! Но куда жаловаться? Шефа никто не может переубедить. Если кто-то ему перечит, он просто подавляет его. Для него важно только производство, а человек как бы между прочим...»

СКОЛЬКО недовольства звучит в этих горьких словах! Гремучая смесь сложных отношений, тяжёлых условий, ограниченных возможностей! Разочарованный человек подобен игрушке судьбы. Он увяз в паутине нудной трудовой жизни, измотан конфликтами с окружающими, неприятными болезнями...

Но должно ли быть так? Разве мы, люди, не можем *сами активно* формировать свою личную судьбу? В действительности всё в наших руках, независимо от того, известно нам это или нет. Всё, что от нас исходит, формирует реальность, в которой мы живём. Тот, для кого значимы духовные ценности, знает, что мысли в потустороннем мире действуют таким же формирующим образом, как и конкретные поступки в мире физическом, и мир мыслей оказывает мощное влияние на грубо-вещественный мир. Однако мы, люди, действуем не только силой мысли. Произносимые нами слова тоже играют важную роль, но насколько она велика, нами ещё абсолютно не познано.

Абд-ру-шин в своём Послании Граля указывал, что каждое слово действует «как посев в саду», который развивается затем точно по роду, укоренённому *в слове*. Он предостерегал от легкомысленного обращения со способностью формировать слова, так как это может обернуться большой бедой.

Но что конкретно значит это для нашей жизни? Следует ли нам говорить по возможности литературно, избегая бранных слов, оскорблений и пустой болтовни?

СЛОВО КАК «КАРТОЧКА ЗАКАЗА»

Речь идёт о гораздо большем! Исследования последних лет выявили неожиданные и далеко идущие связи между словом и субъективной реальностью. Лингвист Мехтильд фон Шойер-Деферсдорф, основательница Института педагогики, работая с детьми и родителями, пришла к выводу о существовании зависимости между словарным запасом, который человек обычно использует, и обстоя-



тельствами его жизни. Многими случаями из практики подтвердилось, например, что агрессивное поведение детей в семье вызвано активным употреблением взрослыми членами семьи выражений, которые тоже являются агрессивными, но в большинстве случаев таковыми не воспринимаются: «Вот была убийственная потеха!», «Застрелиться можно!» или (особенно актуальное) «Мы боремся за мир!».

«Все трудности жизни находят своё выражение в языке», — говорит Мехтильд фон Шойер-Деферсдорф. Тот, у кого проблемы с деньгами, неосознанно передаёт это в языке. Он называет их «мусором», вместо радостного «На этом ты можешь *сэкономить!*» проворчит: «Всё *так дорого!*» Даже между симптомами болезни, то есть «языком органа», и востребованным словарным запасом прослеживается отчётливая связь. Например, страдающие ревматизмом часто используют оборот: «Я *утверждаю...*»

«Язык — это чистые вибрации. Всё Творение — это вибрации различной консистенции. Если Слово было в самом начале Творения, то и каждое наше слово подобно «карточке заказа» во Вселенной. Ни одно слово, произ-

несённое нами, не является пустым, каждое воздействует и преобразовывает реальность. Моя лексика и темы, которые я обсуждаю, имеют непосредственное воздействие на мою жизнь», — пишет М. фон Шойер-Деферсдорф в своей книге.

Если признать, что слова влияют на внешние обстоятельства нашей жизни на этой земле, как сказано в Послании Граля, и, соответственно, действуют подобно «карточке заказа», тогда и будничные разговоры нужно оценивать по-новому: человек оказывается уже не беспомощной жертвой, а активным субъектом, который сам формирует свою реальность, в том числе и словами.

«Я больше не могу!» Такое признание личной неспособности уже само по себе притягивает нечто отрицательное. «Добиться признания» — это и в самом деле может стать желанной целью. «*Всегда настаивать* на своём мнении» — упрямо, неповоротливо и негибко. «*Подавить*» — этим, вполне возможно, «заказываются» события, опасные для жизни. Наконец, столь часто используемый, но абсолютно пустой оборот «*собственно говоря*» уменьшает выразительность произнесённого, искажает, а порой и меня-

ет на прямо противоположное его смысл. И что означает безличность во фразе, которая касается самого говорящего? Хочет ли он раствориться в общей массе, плыть со всеми в одном потоке?..

Слова действуют всегда согласно понятию, которое они выражают, независимо от того, знаем мы об этом или нет. И поскольку это так, то можно заключить: если мы хотим что-то изменить в своей жизни, то нам нужно помнить о языке, этом грандиозном инструменте Творения, и пользоваться им осознанно.

ОБ ОЧИЩЕНИИ ЯЗЫКА

Для активного изменения жизни М. фон Шойер-Деферсдорф рекомендует «энергетическую тренировку языка», цель которой — очистить язык человека, заменить словесный «мусор» конструктивно действующими формулировками, сломать прежний опыт и постепенно и осознанно освоить «новый способ речи».

В упомянутом институте были выработаны ценные отправные пункты:

- опускать слова-паразиты, чтобы избежать болтовни (*«Собственно, я мог бы рассказать вам при случае кое-что об этом»*). Слова-паразиты так же привычны, как и дурное. Они забирают целенаправленную силу языка и создают неразбериху. Они оставляют лазейки для говорящего, но тот, кто знает, что он хочет сказать, не нуждается ни в каких лазейках;

- «активировать» лексику, которая служит укреплению добродетелей, а значит, и возвышению подлинных ценностей. Для этого имеется немало речевых оборотов: *«Давайте поговорим по-хорошему!»*, *«Будьте добры, помогите мне»* и т.п.;

- спокойно отказаться от пустых выражений вежливости (*«Я был бы рад, если бы вы были так любезны»*). Всегда способствуют чётким действиям ясные, краткие предложения;

- заменить выражения, ориентированные на избегание разного рода помех. Вместо *«Иди быстрее в магазин, иначе он закроется»* — *«Иди быстрее в магазин, чтобы мы смогли приготовить себе хороший завтрак»*. «Люди, достигшие успеха, направляя свой взгляд к цели. Они предпринимают шаги, чтобы достичь чего-то иного. Вместе с тем для большинства людей характерно “мышление укло-

нения”: они делают нечто, чтобы чего-то избежать».

Однако «энергетическая тренировка языка» — это не только система действий, направленных на то, чтобы новая лексика изменила в конечном счёте способ мышления. Такая тренировка должна привести к осознанному обращению с энергией, которая содержится в слове. Главная цель — *научиться ощущать* силу слова. Тот, кто сравнит в своём ощущении энергию походя высказанных, повседневных пустых фраз с действительно достойными речевыми оборотами, сможет легко изменить свой род речи, исходя из собственного переживания.

Однако отбросить стереотипы всегда очень сложно. Многих ли людей неудачи побудили перестроить свою речь? М. фон Шойер-Деферсдорф утверждает: «Тот, кто готов измениться, а не изменять других, будет иметь успех уже в первый день и заметит, насколько проще ему стало с другими людьми!»

Сила слова может целебно действовать повсюду — и в обращении с другими людьми, и при решении собственных жизненных проблем. М. фон Шойер-Деферсдорф наблюдала, как при осознанном употреблении слов изменяется даже энергетическое поле человека, его аура. Сегодня известно, что частицы воды реагируют на эмоции и слова, и нас не должно удивлять, если наш организм, состоящий на 75 процентов из воды, воспринимает импульсы, идущие от разговоров, мыслей и ощущений, как лечебные, конструктивные (при условии, что эти импульсы «позитивно заряжены»).

Возможно, в будущем, в соответствии с пожеланием М. фон Шойер-Деферсдорф, разработают вполне конкретные рекомендации преподавателям, которые в свою очередь смогут донести, что же мы *действительно* говорим. И благодаря этому многие люди научатся самостоятельно применять полученные знания в своей жизни. В самом деле, не лучше ли сказать просто, ясно и эффективно: *«Мне уже невыносимо в этой фирме. Я выскажу шефу своё мнение, даже если он привык прерывать каждого. Деньги зарабатывать хорошо, но это должно быть человечно!»*

Вернер ГУЕМЕР
(из журнала *“GralsWelt”*,
пер. с нем.)

От редактора

КАЖДОМУ человеку в жизни приходится вставать перед выбором при принятии решения, и зачастую этот выбор бывает нелёгким. Иногда человек раздваивается между вариантами выгоды, иногда — между выгодой и совестью. Сложнее всего, когда человек хочет поступить по чести и совести, но затрудняется при выборе линии поведения.

Однажды я услышал историю об одном католическом священнике, получившем во время войны от своего епископа распоряжение не вмешиваться во взаимоотношения между оккупационными властями и населением. Естественно, решение было принято «на самом верху» и в тех обстоятельствах, возможно, являлось наиболее удобным с точки зрения проводимой тогда конфессиональной политики. Священник знал своего епископа как порядочного и преданного делу церкви пастыря, всегда прислушивался к его словам, и до сих пор ни одно из указаний последнего не вызывало у него сомнений.

И вот ситуация изменилась. Священник понимал, что епископ не сам отдал приказ, а выполняет распоряжение, утверждённое главой церкви, то есть Папой Римским, который, согласно католическим канонам, считается непогрешимым. Однако ощущения священника, его внутренний голос не могли принять данного указания, всё в душе восставало против этого, и мука выбора оказалась для него чрезмерной. С одной стороны, он должен был выполнить распоряжение, с другой — его личное понимание собственного служения и долга противоречило такому указанию. Переживания довели священника до инфаркта, и врачи с трудом поставили его на ноги.

Через несколько месяцев после возвращения в приход ему пришлось самому решать, помочь ли участнику Сопротивления.

Голос совести взял верх, и он ни разу в жизни потом не пожалел об этом.

Подобие и взаимодополняемость в супружестве

В СВОЁ время Фридрих Ницше предложил для определения будущего супруга очень короткий тест. Нужно ответить на один-единственный вопрос: «Ты думаешь, что эта женщина (мужчина) будет тебе интересна(ен) и в старости?»

Фома Аквинский сказал: «Любовь — это способность видеть похожее в непохожем».

Насколько же могут быть различны двое любящих людей, чтобы их супружество было длительным и полноценным? И кто быстрее притянется — те, кто подобны друг к другу, или противоположности?

Сходство в супружестве очень важно. Замечено, что супруги, прожившие вместе несколько десятилетий, становятся похожими друг на друга даже внешне. Чтобы проверить этот факт, психолог Роберт Зайонц из Мичиганского университета попытался сравнить фотографии пар, сделанные в молодые годы и спустя много лет. Вывод, к которому он пришёл: внешнее сходство супругов после двадцати пяти лет совместной жизни явно усиливается, а в парах, где супруги утверждают, что счастливы в браке, сходство становится ещё более отчётливым. Казалось бы, ответ на первоначальный вопрос о притяжении людей для длительного и полноценного супружества очевиден: двое любящих должны быть скорее людьми похожими, чем противоположными. Однако ключ к ответу находится в более глубоком понимании сходства.

В чём должны быть сходны люди, вступающие в брак? В том, без чего невозможно их совместное существование: в характерах, интересах, во внутренних ценностях.

В исследовании, которое провёл Мюнхенский университет и в котором приняло участие 440 человек, было предложено назвать наиболее важные критерии успешного супружества. 86,5 процента мужчин и 93 процента женщин ответили, что это «общие ценности»; 63,9 процента мужчин и 65,9 процента женщин назвали «общие интересы-хобби». Сходство основных жизненных ценностей действительно необходимо



в супружеских взаимоотношениях. При этом о важности доверия, верности, терпимости, честности и уважения заявили более двух третей опрошенных.

ЧТО УВЕЛИЧИВАЕТ РИСК РАСПАДА СУПРУЖЕСКИХ ПАР?

Весьма интересен вывод, сделанный на основании изучения тех обстоятельств, которые приводят к разводу: «Риск развода увеличивается при большой разнице в образовании и снижается разделением домашних дел, общей системой ценностей и исполнением ожиданий».

Преувеличенные ожидания, как и несбывшиеся надежды, сегодня проблема для многих пар. «Любовь теперь должна предоставить то, что раньше искали в религии: полноту ощущений, приподнятость, восторженную интимность». Поэтому ряд социальных учёных говорят о своего рода светской религии любви.

ЛИЧНОСТЬ И ЖИЗНЕННЫЙ ОПЫТ

Журнал «Мир науки» обращает внимание на то, что «сходство личностей, их жизненного опыта является самой важной предпосылкой для успеха в любовных отношениях». Первоначальная симпатия вряд ли может

служить гарантией счастливого брака. С годами сходство личностей начинает играть основную роль: «уровень» совести и отношение к внешнему миру, семье и детям должны быть похожими. Похожие представления о жизненных ценностях являются основой для долгих и гармоничных отношений. Только тогда любовь не заканчивается при различном подходе к решению повседневных проблем или проблем долгосрочного планирования.

СХОДСТВО ОПРЕДЕЛЯЕТ ВЫБОР ПАРТНЕРА

Удивительным результатом исследований является то, что сходство между любящими людьми отражается даже на физическом уровне и это внешнее сходство влияет на выбор спутника жизни с самого начала. Так, мы читаем в статье: «...действительно существует доказательство того, что сходство лиц является критерием для выбора партнера. Например, людям, участвовавшим в эксперименте, сначала были показаны фотографии супругов и затем они должны были определить, кто какой паре принадлежит. Успех был много выше, чем при случайном подборе пар».

Особенно удивил описанием своего эксперимента британский психолог Дэвид Парретта, который с помощью

специального программного обеспечения изменял мужские лица на женские и наоборот, используя фотографии людей, принимавших участие в тестировании. Затем этим людям предложили оценить привлекательность для них тех или других лиц противоположного пола на снимках, среди которых были и их собственные фотографии в изменённом виде. Результат: многие люди выбрали собственное изменённое изображение как самое привлекательное. Они не знали о сходстве изображений, но его чувствовали.

КЛЮЧ — В ПОДОБИИ ВНУТРЕННИХ ЦЕННОСТЕЙ

Обширные исследования показывают, что люди, привлекательные друг для друга, часто и похожи друг на друга. Однако «Мир науки» ставит вопрос шире: «Какую роль играет внешнее сходство и внешняя привлекательность для достижения счастья в супружестве?» И утверждает: «На самом деле почти никакой. Гораздо важнее внешнего сходства сходство внутреннее. Поэтому искать пару надо по аналогичным взглядам и убеждениям, интересам и увлечениям, ориентируясь на близость происхождения, культуры, религии, образова-

ния, ума, образа жизни и жизненных целей».

Я думаю, однако, что не следует переоценивать роль общих увлечений, потому что в этой области люди могут по-разному расширять свой круг интересов и открывать для себя какие-то новые перспективы. Нет просто сходства как сходства. В журнале говорится: «Сходство, которое воспламеняется как искра в начале отношений, отличается от того сходства, которое даёт счастье и удовлетворение на долгие годы. Первоначально объединяют людей похожие интересы и темперамент, а позже — более глубокая гармония, от подобия внутренних ценностей до отношения к религии. Решающим является сходство характеров, без которого нет шансов сохранить любовь».

ГЛАВНЫМИ ЯВЛЯЮТСЯ ДОПОЛНЯЮЩИЕ КАЧЕСТВА

Когда речь идёт о «решающем сходстве характеров», то не следует понимать это так, будто наш потенциальный спутник по жизни должен обладать теми же качествами, что и мы сами. При таком подходе возникла бы опасность другого рода: в супружестве аналогичные недостатки усилились бы.

Я пропустил бы важный сближающий фактор, если бы не сказал о необходимости восполнения в браке одним из партнёров качеств, которые, например, отсутствуют у другого. В поиске спутника жизни мы, однако, часто «выбираем того, кто имеет качества, подобные нашим, но только такие, которые нам нравятся. Если эти качества нами воспринимаются как недостатки, то мы начинаем искать в спутнике жизни свою противоположность. Замкнутый человек, который хотел бы стать более открытым, будет искать человека с более открытым характером, способного приблизить его к тому идеалу, который ему видится».

Абд-ру-шин в произведении «В Свете Истины» Послание Граля указывает на то, что «при вступлении в земную жизнь каждый человек наделён определёнными качествами, гармоничное развитие которых могут обеспечить лишь люди, обладающие подходящими для этого качествами. Подходящие же качества отнюдь не копия его собственных, напротив, они должны *дополнять* друг друга, что только и делает человека полноценным» (Т. II, гл. 17).

Зигвальд ЛИНДЕНФЕЛЬЗЕР
(из журнала «Svět Grálu»,
пер. с чешс.)

Из Послания Граля

ЗДОРОВАЯ супружеская жизнь точно так же немыслима без совместного труда во имя высоких целей, как здоровое тело — без движения и свежего воздуха. Тот, кто рассчитывает на комфорт и максимум беззаботности, стремясь построить совместную жизнь именно на этом, в конечном счёте пожнёт лишь нездоровые побочные явления. А посему обратите наконец свои устремления на вступление в браки, заключаемые на небесах. И тогда счастье отыщет вас!

Бракосочетание на небесах означает, что партнёры предназначены друг для друга ещё до вступления в земную жизнь или в момент такового. Однако предопределение состоит лишь в том, что двум людям изначально присущи качества, всецело дополняющие друг друга. Именно

в силу этого они и предназначены друг для друга.

Быть предназначенными друг для друга — это, в сущности, то же самое, что «подходить друг другу», то есть по-настоящему дополнять друг друга. В этом и состоит предназначение.

«Что Бог сочетал, того человек да не разделит». Непонимание этого слова Христова уже послужило причиной многочисленных бедствий. Многим казалось и всё ещё кажется, что под тем, «что Бог сочетал», нужно понимать бракосочетание. Оно же не имеет со смыслом этих слов ровным счётом ничего общего. То, что Бог сочетал, есть союз, в котором выполнены условия, требующие полной гармонии. Следовательно, он заключён на небесах. Наличие или отсутствие на то разрешения,

выдаваемого государством или церковью, не меняет, по сути дела, ничего.

Само собой разумеется, что при этом необходимо согласовывать свои действия с существующим порядком. Если же заключённый таким образом союз сопровождается предусмотренной соответствующим религиозным культом церемонией венчания при надлежащем благоговении, то вполне естественно, что благодаря внутреннему настрою партнёров союз этот обретёт ещё гораздо большую святость, означающую для молодожёнов истинную и сильную духовную благодать. О подобном браке и в самом деле можно сказать, что сочетал супругов *Сам Бог* и что брак заключён *пред Богом* и на небесах.

АБД-РУ-ШИН (Т. II, гл. 17)

ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

ТРЕВОЖНОЕ РАЗВИТИЕ

Прямая взаимосвязь между тем, что мы едим, и состоянием нашего здоровья прослеживается в увеличении заболеваний, связанных с питанием. В Европе, по некоторым данным, каждый третий человек заболевает раком, при этом каждый четвёртый из заболевших умирает. Известный исследователь рака Брюс Эймс, профессор университета в Беркли (Калифорния, США), в одном из своих докладов сказал: «Третья часть всех видов рака обусловлена курением, одна треть — неправильным питанием». В США было показано, что заболеваемость различными видами рака у той части населения, в рационе которой очень мало овощей и фруктов, увеличивается так же сильно, как и у тех, кто ест их чрезмерно много. Без содержащихся в этих продуктах элементов тело не могло бы преодолеть ослабления генетического материала. Кроме овощей и фруктов, Эймс рекомендовал пропорциональное смешанное питание и немного мяса.

Примерно три четверти того, что мы съедаем, изготовлено индустриальным путём. По сравнению с пятидесятью годами прошлого века сегодня съедается в пять раз больше пакированных супов, в десять раз больше консервированных овощей, в двенадцать раз больше упакованных картофельных изделий и в двадцать раз больше фруктов из банок.

Можно ли противостоять тревожному состоянию здоровья с помощью новой генерации продуктов питания, прошедших через ещё больший процесс переработки?

ИМПУЛЬС ИЗ ЯПОНИИ

Первые импульсы к развитию «функционального питания» пришли из Японии, страны с высокой продолжительностью жизни людей. Там взяли на себя смелость предположить, что именно старые, хронически больные люди требуют высоких расходов здравоохранения, и выпустили новую пищу. В сентябре 1991 года возникло новое понятие для такой «функциональной живой пищи» — «специфическая пища для здорового употребления» (FOSHU).

В США здоровому питанию, фитнесу и закаливанию придают почти



религиозное значение, но, несмотря на это, примерно каждый третий житель страдает от избыточного веса. Идеальный вес кладут в основу при страховке уже 74 процента американцев!

Иное положение в Европе, где только ещё ожидается тотальная «макдонализация». Но уже и в Германии 75 процентов еды изготавливается промышленным способом.

Разные варианты сухих завтраков в больших пёстрых коробках захватили полки супермаркетов и домашние столы. «Тайные соблазны» великолепны, а если ещё и реклама обещает здоровье...

Однако радостные обещания обманывают. Группа исследователей из США, страны «серийных завтраков», захотела узнать, действительно ли реклама упаковок соответствует тому, что обещает. Крысы стали кормить покупными хрустящими продуктами, «обогащёнными витаминами и минералами». «240 молодых крыс в течение 45 дней получали либо обычную еду и воду, либо воду и серийные завтраки. В результате крысы, которые, как обещала реклама, должны были изобиловать здоровьем, оказались под угрозой смерти. Они страдали ожирением печени, анемией, высоким кровяным давлением».

ЖИРООКИСЛЕНИЕ И ОКСИХОЛЕСТЕРИН

Одна американская фирма в содружестве с немецким Фондом сердца разработала пекарную смесь для хлебцев «Омега-3». Хлебцы с жирокислителями Омега-3, по словам изготовителя, могут быть использованы для «снижения холестерина через сердечную радость». В инструкции для пекарей говорится: «Дайте вашим покупателям продукты, которые они желают, прежде чем другие производители сделают это. Рынок «функционального питания» невероятно вырос. Уже каждый второй житель страны покупает продукты, сохраняющие и укрепляющие здоровье. Мы берём очень мало жирокислителя Омега-3».

Действительно ли жирокислитель Омега-3 способствует снижению холестерина? На этот вопрос можно будет ответить только тогда, когда станет больше известно о множестве перерабатываемых форм функционального питания с использованием жирокислителя Омега-3.

Под влиянием рекламы маргарина и других продуктов мы воспринимаем эти жироподобные субстанции только как опасные элементы в питании, а между тем холестерин в основном сам продуцируется в теле человека с помощью витамина Д. Это элементарный строительный камень всех клеток тела, и он жизненно необходим для обмена веществ. Холестерин важен для деятельности мозга, нервной системы, для строительства клеточных перегородок, продуцирования половых гормонов и энергии сердца. Холестерин является исходной субстанцией для желчной кислоты, в которой мы нуждаемся для переваривания жиров; он поддерживает иммунную систему и защищает почки от диабетических повреждений. Недостаток холестерина может быть смертельно опасен для нашего здоровья. Содержание холестерина в крови есть только индикатор состояния сосудов, но не заболевание. Повышенное содержание холестерина — побочный симптом сердечных болезней: тело пытается «залатать» стенки артерий и вен с помощью заменителей.

Окончание на стр. 11

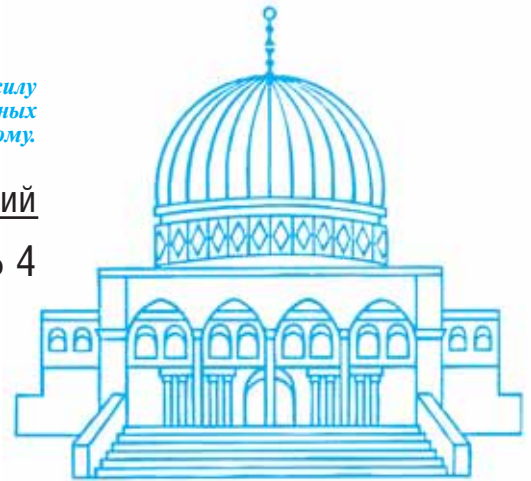
В серии «Из духовной истории человечества» мы помещаем статью из журнала “GRALSWELT”, посвящённую жизни пророка Мохаммеда. Он принадлежит к личностям, учения которых до сегодняшнего дня имеют огромное влияние на миллионы людей. Мохаммед жил около 600 года нашей эры в Аравии. Фундаментом его учения было (что вообще малоизвестно) Послание Иисуса. Трагично, что человечество после смерти своих пророков и носителей Истины всегда переживало упадок. В этом убеждает и биография Мохаммеда. Однако его учение открывает и пути, позволяющие жить в мире, гармонии и счастье!

Провозвестники ИСТИНЫ

*Воспринято вблизи Абд-ру-шина в силу
особого дара одного из призванных
к этому.*

Из отзвневших тысячелетий

ЧАСТЬ 4



МОХАММЕД

В НАПРЯЖЁННОЙ обстановке постоянных столкновений еврейской и христианской религий рос Мохаммед под присмотром матери в доме деда, оберегаемый служанкой Сарой. Отец его умер рано. В то время как мать и Сара исповедовали христианскую веру, остальные родственники придерживались иудейской. После смерти отца дед принял решение об образовании мальчика. До шести лет Мохаммед воспитывался в христианской вере, а в школе он познакомился с иудейским учением. И совсем скоро весьма подвижного в духовном плане мальчика стала мучить внутренняя неопределённость, вызванная его несогласием с истолкованиями своих учителей.

После того как умерла мать Мохаммеда, ставшая жертвой смертельной эпидемии, а позже и дед, он остался под надзором своего дяди Абу Талиба. Дядя взял восьмилетнего Мохаммеда, здоровье которого было слабым — его постоянно мучали судороги, — в деловую поездку в Сирию. Там мальчик увидел, как фетишизм проник в сознание людей: идолам, которые были сделаны из лохмотьев и соломы, приписывалась сверхчеловеческая власть. Это было абсолютно непонятно Мохаммеду. Когда однажды во время поездки поднялась сильная песчаная буря, он увидел, как спрятавшиеся между верблюдами испуганные люди стремились защититься «силой» своего фетиша.

Тогда Мохаммед смело заявил им, что этот идол вообще ничего не может. Затем он обратился к Создателю, в глубокой молитве прося о том, чтобы шторм прекратился. И когда это в самом деле произошло, люди были потрясены.

Следующей остановкой каравана был христианский монастырь. Здесь Абу Талиб оставил Мохаммеда.

Через год монастырская жизнь втянула мальчика в свою колею. Ясно познал он различие между иудейским и христианским учениями. Монахи заботились о том, чтобы наполнить душу мальчика своим знанием. Однако когда аббат не смог больше следовать за духовными полётами способного ученика, он лишил его своей так долго проявляемой благосклонности. В нужное время услышал Мохаммед голос, призывавший его покинуть монастырь и отыскать человека, который дал бы ему дальнейшие наставления. На пять лет Мохаммед стал его учеником, но он уже знал, что когда-то его достигнет призыв Бога. И к этому великому часу он хотел стоять на собственных ногах, а потому решил вернуться в Мекку и посвятить себя ювелирному делу.

Здесь Мохаммед смог договориться со своим дядей Абу Талибом, в жизни которого в течение прошедших лет не было хороших перемен, и сам стал гостем в доме своего отца (полагая, что Мохаммед давно мёртв,



Абу Талиб взял этот дом в своё владение). Вскоре Мохаммед получил место в лавке Хадиджи, вдовы купца, и за несколько лет ему удалось полностью изменить к лучшему всю торговлю. Теперь здесь предлагались только самые качественные товары.

Чистота Мохаммеда проявилась и в другом случае.

Обычно ювелиры встречались друг с другом в городе Ясрибе. На этих душевных встречах сложился обычай: после того как дела завершались, самый младший из собравшихся рассказывал какую-нибудь историю. О чём должен был рассказать молодой Мохаммед? «Расскажи о женщинах!» — раздалось из круга. Мохаммед внутренне попросил о помощи, и ему в духе была показана история. Да, он рассказывал о женщинах — о величественных, небесных женщинах, о Царице Любви... И все мужчины были зачарованы его словами.

Скоро наступил момент, когда Мохаммед не захотел больше оставаться торговым агентом. Он увидел, что в дело торговли драгоценностями может ввести Вараку, двоюродного брата Хадиджи. Этого серьёзного, вдумчивого мужчину вскоре связала с Мохаммедом настоящая дружба. И ещё один необычный человек вошёл в его жизнь — мальчик по имени Зайд. Мохаммед увидел его в городе Халеф, тот стоял в окружении толпы и плакал. Ребёнка должны были продать, чтобы таким образом погасить долги его умершей матери. Не сомневаясь ни секунды, Мохаммед решил выкупить Зайда и совсем скоро увидел, что этот ребёнок всей своей сущностью щедро платил ему за любое благодеяние.

ТЕПЕРЬ в жизни Мохаммеда произошли глубокие перемены. Уступив просьбам вдовы Хадиджи, он сочетался с ней браком. За два дня до бракосочетания Мохаммед был призван во дворец властителя Аравии, князя Абул Касима, и князь предложил ему стать своим советником и визирем — прежде эти должности занимал дед Мохаммеда.

«Мохаммед в растерянности смотрел на старого князя. Он должен стать первым советником, его заместителем, он, который ничего в этом не понимает!.. И тут он вспомнил, что ему было сказано: он должен принять сделанное ему предложение. Значит, если он последует этому призыву, это будет по Воле Бога».

Наставления и работа при дворе князя в течение долгих лет занимали Мохаммеда. В нём пробудились дремавшие до сих пор добродетели властителя. Он хорошо понимал души других, и его распоряжения в большинстве случаев были правильны. Хадиджа гордилась своим супругом. Она ни в чём не нуждалась, и немногие совместные часы, которые она проводила с Мохаммедом, были наполнены миром.

Однажды Мохаммед по поручению князя предпринял поездку в Иерусалим, чтобы разобраться с разными жалобами, спорами и вынести приговоры преступникам. Как он радовался городу, в котором некогда проповедовал Христос! Прибывшего в Иерусалим Мохаммеда волновало то глубокое, близкое знание о Сыне Божьем, которое он и прежде часто ощущал в себе. Здесь же оно стало всемогущим. Воспоминания о давно прошедшем времени разбередили его душу, и такими знакомыми показались ему переулки и улицы города. При всём этом Мохаммед пережил в себе самом христианство, которое было не таким, как его излагали люди. В нём появилось неудержимое стремление вновь содействовать торжеству истинных слов Иисуса...

Князь Абул Касим между тем часто думал о своём наследнике. Втайне он желал сочетать браком Мохаммеда с одной из своих внучек.

Шли годы плодотворной работы. Мохаммед переселился во дворец князя, и ему всё больше доверялись дела управления. К этому времени он уже стал отцом пятерых детей, и самую тесную внутреннюю связь чувствовал с Фатимой, своей младшей дочерью. Она оказалась единственной, кто выжил в страшной эпидемии, разразившейся в стране и погубившей, вопреки всем стараниям помочь, также и семью Мохаммеда.

После этих трагических событий он передал Вараке дом и торговлю своей умершей жены. Между тем старый князь вновь вернулся к своему плану и просил Мохаммеда жениться на его внучке Алине. После того как Мохаммед понял, что эта связь и в самом деле была угодна Богу, он согласился. Благодаря этому браку Абул Касиму тоже был гарантирован законный наследник. Новобрачные поклялись совместно искать путь к Создателю и показывать его другим. В сердце Мохаммеда расцвело нечто, чего он прежде

не испытывал, — истинная любовь к женщине, на которую Алина отвечала всем сердцем.

Старый князь, который вскоре должен был покинуть сей мир, с благосклонностью смотрел на своего наследника.

Прекрасные годы, наполненные трудом, проходили один за другим. Мохаммед много времени посвящал развитию своего учения. Алина, которая вскоре стала матерью двух дочерей, нашла искреннюю подругу в Фатиме, сочетавшейся браком с Али, сыном Абу Талиба. Однако сам Абу Талиб с годами становился всё более эгоистичным и корыстолюбивым. Он тайком стал настраивать народ и языческих священников против князя. В результате страну охватили волнения, и Абу Бекр, надёжный человек, назначенный на должность визиря и полководца, должен был противостоять им со всей строгостью.

Мохаммед был очень обеспокоен таким развитием событий. Он пытался понять, какие из предпринятых им шагов были неверными, и молил Бога о помощи.

«И тогда внезапно, когда он этого меньше всего ожидал, прозвучал голос лучезарного помощника:

“Мохаммед, будь спокоен в себе. Не твоя вина в том, что сейчас произойдёт в твоём городе. Она лежит на самих людях. Но так должно было случиться, чтобы появилась возможность создания почвы для учения, которое тебе будет позволено принести народу.

Собери всех своих и уходи с ними в Ясриб, где вы будете жить в безопасности. Оставь здесь Абу Бекра. В этом городе вспыхнет кровавый мятеж. Идопоклонники будут бороться с иудаистами, а иудаисты — с христианами. Но все они будут утверждать, что это из-за тебя.

Не прислушивайся к ним и оставайся спокойным. То, что должно произойти здесь, исполнит Абу Бекр. Затем он со своими воинами пробьётся к тебе. Переложит на него заботы о тех, кого ты любишь, и один уходи в горы. Там Господь позволит тебе подготовиться и познать то, что пока ещё сокрыто от твоих глаз”».

Так всё и произошло. Высоко в горах Мохаммед нашёл пастуха овец, к которому поступил слугой. При этом душа его наполнилась светом и в нём постепенно стало расцветать то, что он должен был принести миру, — обновлённая Истина!

КОГДА старый пастух умер, закончилось время обучения Мохаммеда в уединении, продолжавшемся около десяти лет. Теперь он должен был служить орудием Бога, и его охватило ощущение глубокого счастья. При возвращении в ближайшем городе он узнал, что Али и Зайд во время его отсутствия взяли на себя управление, а Абу Бекр силой оружия подавил всех бунтовщиков. Вскоре ему также стало известно о жестоком подавлении арабов сирийцами. Это произошло на тайной встрече арабов в городе Халеф, и Мохаммед обещал, что положит конец несправедливости. Ликование и радость охватили при-

теснённых, надежда вернула им мужество, и пророк провозвестил от Бога благословение всем народам, которые хотели идти указанным путём.

Во время длительного отсутствия Мохаммеда Алина и Фатима не были праздными. В Ясрибе они заботились прежде всего о женщинах, и вблизи города возник маленький белый дворец, где они теперь жили и куда мужчины не имели доступа. Не в последнюю очередь благодаря подготовительной работе женщин Мохаммеду было легче осуществить предназначенное ему: как князь и как пророк Бога, закрыл он все старые храмы и дома идолов и вместо них пообещал построить новые. Его «послание народу» поначалу было хорошо воспринято в Ясрибе. Затем, однако, иудеи стали мешать строительным работам в храме, и вторично возмущение закончилось кровавой расправой.

С содроганием слушал Мохаммед сообщение своего полководца Абу Бекра. Он не мог понять, почему именно иудеи, к которым он был особенно расположен, проявили такую враждебность.

Мохаммед понимал, что до сих пор был излишне доверчив. Отныне он решил добиться уважения к себе. Чтобы народ не забывал в мыслях Бога, он предписал всем молиться пять раз в день. Возле каждого храма (все они теперь назывались мечетями) он велел выстроить простую удлинённую башню — минарет. С него муэдзины должны были провозглашать время молитвы.

Затем Мохаммеда потянуло в Мекку, однако родной город был настроен к нему враждебно, и вновь дошло до кровавой битвы. Мохаммед нашёл отцовский дворец в руинах, и тогда он решился назначить столицей Ясриб, который отныне именовался Мединой. Её жители должны были во всём быть впереди: в выполнении заповедей, в соблюдении чистоты нравов и в стремлении к добродетелям.

Между тем женщины из окружения Алины приучили себя ходить по улицам с покрывалами. Так они чувствовали себя защищёнными, более свободными и радостными. Алина объясняла это тем, что мужчины разучились уважать женщин, как это было преду-



смотрено Создателем. Но и женщинам она вменила в вину то, что они слишком свободно и без стеснения предались мужчинам. Кроме того, она полагала, что и взгляды могут обременять и пачкать, и потому попросила своего супруга, чтобы он законодательно закрепил обычай сокрытия лица.

После двухлетней поездки по Сирии, во время которой Мохаммед провозвещал Слово Бога, он вновь упорядочил своё государство по разработанному до мельчайших деталей плану. Он разделил большую Аравию на районы и во главе каждого назначил управляющего. Али стал вместо Мохаммеда правителем государства, Абу Бекр — великим визирем, Зайд — визирем и казначеем и был также избран управляющим письменами. Мохаммед изложил своим управляющим указы, которые он записал в заповедной книге, названной Кораном. Эта книга, состоявшая из нескольких частей — сур, должна была стать самой важной для всех людей. Пять ежедневных молитв каждый верующий должен был исполнять, глядя на восток, так как оттуда приходил свет, там восходило солнце. Маленький коврик мог заменить мечеть при молитве в другом месте. Мохаммед велел строить мечети и школы, купальни и больницы, а также источники и гроты для омовений. Для строительства и поддержки этих строений им были введены налоги. Мохаммед, у которого между тем родилась ещё одна дочь, открыто звался теперь пророком Бога.

Наступающие годы были наполнены для него многими приятными, но также и тяжкими переживаниями. В Мекке пророк над старым местом культа Кааба велел построить мечеть. Он не хотел отбирать у людей их прежнюю святыню, однако надеялся, что со временем она утратит своё значение и начнётся служение в честь Создателя. И скоро Мохаммед смог и здесь провозвещать новую веру, которую по Воле Бога называл «ислам».

И всё же во время своих поездок он вновь и вновь узнавал, что некоторые управляющие тешили своё тщеславие и не выполняли указы. Их снимали с должности, другие заступали на их место. Абу Бекр был вынужден снова выступить с оружием против восставших иудеев. Одна поездка, в которой Мохаммеда сопровождал его внук Мурза, стала для пророка особенно мучительной: на него готовилось покушение, не удавшееся только благодаря бдительности Мурзы и его активному вмешательству. Однако для самого внука Мохаммеда, так страстно желавшего всегда служить своему любимому деду, помощь пришла слишком поздно.

Множество переживаний укрепили Мохаммеда в его решении во что бы то ни стало сохранить своё учение в чистоте, уберечь его от фальши. Вновь и вновь он сталкивался с попытками исказить Истину, дарованную ему свыше. Даже верный Абу Бекр, чтобы укрепить в своих воинах дух мужества и неустрашимости, пообещал им снятие всех грехов и место на не-

бесах. По этой причине многие юноши захотели стать воинами!

Когда внук Ибрагим попросил Мохаммеда посетить Мекку, пророк предпринял эту поездку как паломничество, к которому мог присоединиться каждый сторонник ислама. В мечети Мекки Мохаммед возвещал о Боге, Господине Неба и Земли, и все присутствующие понимали, что никогда прежде не слышали таких мощных слов. Мохаммед настойчиво заповедовал, что в этом учении и после его смерти ничто не должно изменяться. Он издал новые указы, устанавливавшие посты и обязывавшие каждого верующего один раз в жизни совершить паломничество в Мекку.

Всё больше Мохаммед удалялся от внешнего мира и счастливо переживал новые откровения. Отчётливо показывалось ему, что человечество ожидает Суд, в котором каждый будет судим по своим деяниям. Однако никто не хотел слышать об этом. Пророк чувствовал всеобщее неприятие и сопротивление со всех сторон, когда сам он так естественно держался за Истину. Но у Зайда Мохаммед находил полное понимание. И когда к ним присоединился ещё внук Мохаммед, сердце которого пылало любовью к Истине, то будто бы свыше через это трио устремилась вниз могучая сила...

Многими, некогда верными, Мохаммед был покинут. Однажды он почувствовал, что его час настал. Он (...) назначил князем Абу Бекра, которому, следуя поручению пророка, предстояло впоследствии собрать все записи и вновь составить из них единое целое.

В час своего расставания Мохаммед разрешил всем своим дорогим и близким вступить в лагерь. При этом ему было позволено духовным взором заглянуть в будущее своей страны, и все они смогли получить последние путеводные указы. Для каждого пророк нашёл помогающие, утешающие и поддерживающие слова благословения. Своей жене он сказал:

— Если я сумел жить по Заветам Господа и идти своим путём, оставаясь чистым и незапятнанным, то в этом помогла мне ты, мой чистый цветок из вечного сада Бога! Все твои мысли и дела чисты и честны. Чистыми и нежными сделала ты девушек и женщин своего окружения. Трудись ещё долго после моего ухода, во имя благословения учи женщин становиться такими, как ты!

Теперь все его мысли были направлены ввысь.

«В последний раз Мохаммед открыл глаза и громко воскликнул: “Бог!”»

Такой триумф, такое счастье были в одном слове, что те, кто услышал это, никогда более не смогли забыть его. Оно помогло им пережить самые тяжкие минуты их жизни, оно удерживало их, когда они оступались. Одно это слово: БОГ!»

Андреа АМРАЙН
(пер. с нем.)

ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Окончание. Начало на стр. 6

Истинные причины повышенного содержания холестерина и возникновения инфаркта — это курение, обильное, неправильное питание, дефицит витаминов, высокое кровяное давление, излишний вес, недостаточная подвижность, неправильная реакция на стресс и т.п. Телевизор также может способствовать повышению холестерина, как и многие таблетки и средства обезвоживания. Появляются причины — печень автоматически вырабатывает холестерин. Хорошую помощь в снижении холестерина могут оказать жирующие балластные элементы, богатая витаминами, полноценная пища, включающая свежие продукты (красные овощи и фрукты, злаки), и одновременный отказ от рафинированных углеводов (белый сахар, выпечка из муки высшего сорта, пирожные, торты, хлебцы, пицца, макаронные изделия и т.д.).

Ни у одного вида животных, обитающих в естественных условиях, включая приматов, не развиваются изменения сосудов, сравнимые с атеросклерозом человека. Если же животных начинают кормить не в соответствии с потребностями вида, то вскоре и у них возникают аналогичные болезненные симптомы. Попытки такого кормления животных вы-

явили и другое поднимающее содержание холестерина вещество — окисленный холестерин (вредный вариант холестерина, образуемый, когда на какое-то время прерывается доступ воздуха). Даже в незначительном количестве окисленные холестерин вызывает изменения, которые ведут к атеросклерозу и инфаркту.

Эта информация позволяет сделать далеко идущие выводы и важна в первую очередь для потребителей. При хранении яичного или молочного порошка, «распылённых» жиров или тёртого пармезана часть естественного холестерина превращается в окисленный холестерин. Особенно тогда, когда сушка распылением происходит на воздухе. Многочисленные полуфабрикаты, такие как майонез, вермишель или холодный крем, содержат сегодня вместо натуральных яиц яичный порошок, потому что его легче переработать и, кроме того, он дешевле. Результаты исследований взаимосвязи между полуфабрикатами, окисленным холестерином и атеросклерозом предостаточно, но по целому ряду причин они не получают широкой огласки.

МЕДИКАМЕНТЫ, ПОНИЖАЮЩИЕ СОДЕРЖАНИЕ ЖИРА В КРОВИ

Теория повышенного содержания холестерина как причины атеро-

склероза привела к миллиардным сделкам фарминдустрии с изготовителями «понижающих липидов», с помощью которых фактически удаётся вывести жир из крови. Однако в действительности мы имеем здесь дело с ложным лечением симптомов. Медикаменты, понижающие содержание жира в крови, ограничивают выработку не только холестерина, но и других важных субстанций. При этом риск инфаркта всё равно сохраняется.

Эксперимент в 53 клиниках, длившийся пять лет и охвативший 8341 пациента, привёл к печальным результатам. Медикаменты, предназначенные для понижения жира в крови, зарекомендовали себя как бездействующее «оружие» против сердечного инфаркта. Смертность от инфаркта контрольной группы не снизилась. Вместо этого под воздействием медикаментов произошла интоксикация различных органов. Исследования 5000 пациентов в Эдинбурге и Будапеште, у которых в течение пяти лет понижалось содержание холестерина, дали неожиданное увеличение смертельных случаев. Это было отмечено американским журналом медицинской ассоциации.

*Рихард ФУКК
(из журнала "GralsWelt",
пер. с нем.)*



**На газету «МИР ГРАЛЯ» можно подписаться
в любом отделении почтовой связи.**

Подписные индексы:

12461

в каталоге «Почта России»

42345

**Межрегионального агентства подписки
в Объединённом каталоге
«Пресса России»**

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

В Агентстве ИД «Экономическая газета» продолжается агентская подписка на газету «МИР ГРАЛЯ». Тел.: (495) 661-20-30, 152-88-51. E-mail: izdatcat@eg-online.ru, arpk@eg-online.ru

Уважаемые подписчики в Беларуси!

Если у вас возникнут проблемы на почте при подписке на нашу газету, то вы можете обратиться в белорусское издательство «Мир Граля».

Тел. 8-029-310-63-31. E-mail: gralswelt@bk.ru

ВСЁ НАЦЕЛЕНО НА РЕЗУЛЬТАТ

У МНОГИХ специалистов и простых обывателей сегодня возникают серьёзные опасения по поводу будущего большого спорта (мы пока отвлекаемся от мысли, что сам по себе он большое зло). В Америке, например, появилось весьма влиятельное движение, борющееся за право применять любые допинги и средства для достижения победы. Как говорят его апологеты, на кону стоят сотни тысяч долларов и потому здесь все средства хороши. По мнению некоторых экспертов, 25 процентов американских болельщиков считают применение допингов нормой, хотя ещё пару лет назад таковых было вдвое меньше. Ожидается, что через три-четыре года эту точку зрения разделят уже 75 процентов американцев.

Олимпиада-2012 показала, что борьба за медали велась явно нечестными способами. Огромный отрыв китайских и американских спортсменов от всех остальных очень насторожил специалистов. Раньше, за исключением китайской Олимпиады, такого не было. Некоторые эксперты даже склонны полагать, что в Китае давно ведутся исследования в области допинговых средств нового поколения, не обнаруживаемых известными методами контроля. Отсюда и потрясающие результаты. Не исключено, что американские учёные после провала команды США в Китае тоже получили распоряжение начать разработки аналогичных препаратов, чтобы дать спортсменам возможность победить «любой ценой».

Коль скоро и власть имущие, и сами учёные не задумываются даже о том, что будет после подобных экспериментов со спортсменами и с большим спортом вообще (а ведь там крутятся огромные деньги!), то было бы наивно подозревать их хоть в какой-то заботе о духовных проблемах общества.

Ситуация, однако, и в самом деле непростая. Спортсмены и так работают почти на пределе своих возможностей. В качестве примера можно сослаться на соревнования по спортивной ходьбе, где российский участник за километр до финиша потерял со-



знание, а он был явным фаворитом и претендентом на золотую медаль. Допинг позволит ещё улучшить результаты, но, во-первых, ситуация с потерей сознания будет повторяться всё чаще и, во-вторых, износ организма спортсменов резко ускорится.

По мнению некоторых экспертов, 25 процентов американских болельщиков считают применение допингов нормой, хотя ещё пару лет назад таковых было вдвое меньше.

Пока многие национальные федерации сопротивляются напору допинговых апологетов (Китай, похоже, как всегда, игнорирует общественное мнение), но надолго ли их хватит? В результате большому спорту понадобится всё большее количество молодых людей, готовых поставить на карту своё здоровье (и жизнь!) ради победы, а он, подобно греческому богу Крону, будет проглатывать их одного за другим. Темпы изменения общественного мнения в пользу допингов позволяют предположить, что длительного времени на развитие процесса может не понадобиться и большой спорт в конце концов поглотит сам себя. Вполне логичное и заслуженное развитие ситуации, особенно если учесть сказанные выше слова о зле, им приносимом.

К сожалению, дело не ограничится проблемами большого спорта. Вокруг него вращается такое огромное количество человеческих чувств, мыслей

и ощущений, что окружающий нас тонкий мир трясёт как в лихорадке! Эмоции хлещут через край не только у самих спортсменов, но и у болельщиков, многие из которых являются настоящими фанатами. Весьма несложный арифметический подсчёт ясно даёт понять, во сколько раз больше негатива, чем позитива, выбрасывается в потусторонний мир в ходе соревнований. Для простоты будем считать, что все участники, связанные с победой, то есть с золотой медалью, наполняют мир радостью (хотя это далеко не так). У побеждённых, даже у серебряных медалистов и их болельщиков, не говоря обо всех остальных, уже может преобладать негатив. Примем каждую страну-участника за одну условную единицу. При 50 странах-участниках (а их значительно больше) и одном победителе мы имеем соотношение 1:49 в пользу негатива. Полагаю, что дополнительных доказательств не требуется. Другими словами, не только сам большой спорт идёт к гибели (что было бы не так уж и страшно), но и всё человечество с его помощью переживает нравственную деградацию. В наших ли силах остановить этот процесс? Однозначного ответа у меня нет, хотя перспектива представляется не очень радужной.

Виктор КРАСНОБАЕВ

ЧТО ЖДЁТ НАС ВПЕРЕДИ?*

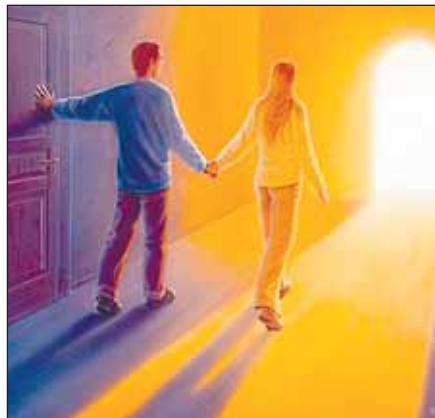
МЫ ЖИВЁМ, теша себя надеждой, что с нами и с теми, кого мы любим, ничего не должно случиться плохого. Для всякого человека естественно ожидание добра, но никто не сможет, опасаясь страданий, избежать самой жизни и присущей ей борьбы. Внимательный взгляд увидит, как много горя и людских страданий вокруг. И к этому нельзя относиться легкомысленно, делая вид, что беда нас минует, ибо тогда она может коснуться нас резко и больно.

Здесь уместно вспомнить историю Будды, который вёл счастливую, однообразную и благополучную жизнь, пока не столкнулся с горем. Так ему пришлось пережить много страданий, которые пробудили в нём духовную жизнь и стремление к Истине!

Не стоит забывать, что, когда у человека всё хорошо, он привыкает к однообразию и становится зависим от той стабильности, что создаёт вокруг него благополучие. Одни с благодарностью, иные как само собой разумеющееся принимают блага, которые всегда считают «заслуженными». Так устроен человек, что только встряска или удар судьбы способны указать ему на ошибки или ложность его позиции. И тогда, несмотря на потери, боль и страдания, человек сможет достигнуть гораздо большего, чего иначе не смог бы достичь. Состояние покоя и отсутствия душевных переживаний вызывает застой, а это губительно для всякого прогресса. Чтобы развиваться, необходимо двигаться! И это всем известно. Но ведь прежде всего это относится к духу человека.

Рано или поздно к человеку поступит проблема, которую нельзя будет решить как прежде, не задумываясь о причинах и следствиях. Это всегда приходит неожиданно, как настоящий удар судьбы, от которого тяжёло прийти в себя. Однако человек на самом деле *приходит в себя*, после этого удара вырываясь из такой привычной ему колеи, которая вела только ко сну его духа, но не к подлинной жизни.

Каждому человеку суждено пережить смерть. Вначале смерть близких, и конечно — свою собственную. Будет ли это тяжким ударом или важным переживанием изменения бытия в жи-



вом познании действующих Законов мироздания, зависит как от силы и рода привязанности людей, так и от глубокого осознания, что такое смерть вообще. Смерть — это завершение жизненного круга на земле и расставание с теми, кого мы любим. Но это не навсегда! Завершается один круг, и наступает новое продолжение. И смерть на земле — это рождение для иного мира. Расставание с близкими — одно из самых тяжёлых испытаний на земле, но и в этом всегда содержится призыв к нашему духу. Тогда мы острее ощущаем связь с духовным миром, так как повседневные земные дела отдалают нас от него. Следует помнить также, что жизнь на земле — это поворотный этап для бытия человека, и особенно ныне, когда набирает ход Вселенский суд, предшествующий началу Нового мира, который после очистительных бурь должен восстать на земле по Воле Бога!

Со всех сторон доносятся отголоски и признаки решающего для всех людей этапа бытия. Каждый день впечатляет непредсказуемыми драматическими событиями и переживаниями.

Сейчас уже можно переживать на себе, как усиливается излучение, ускоренно и в возросшей степени возвращая нам всё то, что мы сами вызываем к жизни своими деяниями: ощущением, стремлением, мышлением, словом и делом. Ныне все туго завязанные узлы внезапно и болезненно разрываются. И это тем больнее (вне зависимости, считается ли человек добрым или злым), чем больше у него возникает разного рода «перенапряжения», «затягивания узлов». И только сам человек вызывает это, когда, действуя привычным ему обра-

зом, перестаёт быть способным следовать безопасным направлением. Всё это создаёт противодействие течению Законов Творения. Теперь очень резко даёт о себе знать любой перекос, каждое обострение, даже в обычной повседневности. Ведь обетованное Тысячелетнее Царство, о котором исчерпывающе ясно говорится в Послании Граля Абд-ру-шина, должно *научить* людей следовать Воле Бога *принуждающим* образом. Воля Бога через возросшее излучение усиливает всякое проявление человека — доброе или злое. И любое нарушение Законов Творения приводит к осязаемому удару. Только в этом заключается исправление воли человека, так долго и упорно следовавшей ложными путями, что привело к искривлению всех человеческих проявлений.

Удар обрушивается на человека внезапно, и он никогда не готов к нему. *Это действие Суда*, что неизбежно настигает всякую личность в свой час. Тогда нити судьбы и всё существо человека подвергаются небывалому накалу: тысячекратно увеличенный поток силы Света внезапно врывается в сплетённые человеком и связанные с ним каналы и формообразования, и, выпрямленные потоком сияющей силы, они подвергаются ужасающему давлению. Всякое препятствие на пути лучистой силы вызывает потрясение человека вплоть до его смерти на земле и дальнейшего распада личности в потустороннем мире.

Излучение нарастает и принуждает приравниваться к новому пульсу и ритму. Это относится ко всем, но прежде всего к тем, кто может и должен измениться. Это будет нелегко и никого не минует. Но каждого это коснётся по-своему. Всё зависит от той духовной позиции, которую занимает человек по отношению к живым Законам. Все плоды людских деяний, как и карма каждой личности, обретают своё ускоренное разрешение в этих потрясающих событиях. Многие уже никогда не смогут подняться... но вместе с тем для кого-то это станет подлинным воскресением духа и началом нового Царства Мира, которое должно, наконец, утвердиться на земле как гармоничной части мироздания.

Александр ЛАДИК

* Окончание. Начало в «МГ» № 9.

ВЕРНОСТЬ СЛОВУ

Всегда ли мы задумываемся над верностью своему слову? Как часто мы даём слово как бы между прочим, не думая о том, насколько легко будет его выполнить.

МНОГИЕ считают, что это не очень существенно. Мол, вполне, если не возникнет каких-то проблем. Причём под проблемой может пониматься всё что угодно, начиная от непреодолимых обстоятельств и кончая простым нежеланием сделать то, что было обещано. Но так ли безобидно подобное деяние?

Рассмотрим несколько примеров. Один человек назначил встречу другому в точное время, но «закрутился» и пропустил подошедший срок. Естественно, что он, пусть и не желая этого, нанёс ущерб человеку, который его ждал: тот потерял время и, возможно, не смог запланировать какое-то другое дело. А это уже может привести к образованию нежелательных нитей, которые отныне свяжут этих людей. Извинением здесь может послужить тот факт, что поступок был совершён ненамеренно, то есть человек виноват лишь в собственной неорганизованности, что, конечно, тоже ни к чему хорошему не ведёт и, став привычкой, может наложить свой отпечаток на личность, а следовательно, и на судьбу человека. И всё же такой поступок менее достоин осуждения, чем преднамеренное нарушение слова.

Здесь нам придётся сделать небольшое отступление, потому что у читателя может возникнуть вопрос: как так, ведь в Библии сказано: «Не судите, да не судимы будете» — разве не нарушаем мы своим осуждением эту библейскую заповедь? На первый взгляд так оно и есть. Но именно на первый. Ведь если возвести эти слова в абсолюте, то получится, что на земле должны быть в принципе ликвидированы все суды, а профессия судьи так просто запрещена, поскольку она-де не угодна Богу. Вот раздолье стало бы преступникам! «Уж не хотите ли вы сказать, что эта заповедь ошибочна?» — спросит некто. Нет, просто нужно её правильно понимать. Мы не должны судить человека, не должны вешать на него ярлык. Но это не значит, что мы не имеем права высказаться о его поступке, назвав его недостойным и нечестным. Это далеко не одно и то же.

А теперь поговорим о другом случае. Человек взял на себя обязатель-



ство выполнить какое-то дело. Но тут ему звонит приятель и приглашает на вечеринку. Недолго думая он даёт согласие, ведь приглашение сулит много приятного. А дело — что ж, работа не волк... Этот поступок значительно хуже предыдущего, поскольку решение не выполнить обязательство принято сознательно. Конечно, рассудок всегда может найти оправдание, здесь он мастер! Но это будет самообман, который только усугубит вину. Например, можно заявить, что не стоит превращать слово в догму, могут ведь всякие обстоятельства возникнуть. Да, могут. Оступился и сломал ногу. Да мало ли что. Нет, уж лучше честно сказать себе: да, я понимаю и сознаю, что это нехорошо, мне даже стыдно за себя, но я не могу отказаться от удовольствия. Поэтому определение «догма» сюда не подходит. Догмой можно было бы считать установление: «Если кто-то тебя о чём-то просит, ты должен выполнить эту просьбу». Или: «Входя в двери храма, ты обязан перекреститься». А данное слово, пусть даже оно было дано несколько необходимо, должно быть выполнено. Единственным исключением может стать ситуация, когда человек вдруг обнаруживает, что выполнением обещания нанесёт себе или кому-то другому конкретный ущерб. В этом случае он просто обязан известить об этом того, кому дал слово. Подчеркнём: известить сам, а не ждать, когда его спросят, почему он не выполнил обещанное. Следовательно, подобный поступок можно смело назвать недостойным.

Ещё хуже, если человек даёт обещание, заранее зная, что не выпол-

нит его, то есть и не собираясь выполнять, а делает это лишь для того, чтобы «отвязаться» от просителя. Ему мнится, что это лучше прямого отказа: отказать-де неудобно, а повод не выполнить всегда найдётся.

Но наихудшим является случай, когда человек даёт слово, заранее преследуя цель нанести ущерб тому, кому он это обещает. Например, берётся решить какое-то дело к назначенному сроку с одной лишь целью — помешать сделать это кому-то другому, то есть чтобы проситель не обратился к третьему лицу. Такой поступок является уже злонамеренным, и, совершая его, человек взваливает на себя наиболее тяжкий грех.

Безусловно, то, что будет сказано ниже, относится лишь к людям, которые хотя бы стремятся к тому, чтобы праведно поступать в повседневной жизни. Нужно всегда стараться сдерживать данное слово в полном объёме. Дав обещание сделать какую-то работу, нужно приложить все усилия, чтобы не только завершить её, но и выдержать сроки её выполнения. К сожалению, очень многие люди вообще не считают факт прихода на пять минут позже опозданием, и такая точка зрения настолько закрепились в их умах, что, надо думать, приобрела и довольно прочный «фундамент» в эфирно-вещественном мире — мире идей. В итоге каждый поступающий так человек находит себе некую незримую опору в потустороннем мире и сам в свою очередь ещё больше укрепляет её. Да, опоздание может произойти, но уважительной причиной для него может считаться нечто более серьёзное, чем «я не рассчитал время и попал в пробку». Ситуацию, что в конце дня в большом городе легко попасть в обычную пробку, можно и должно было предусмотреть. Просто стоит взять себе за правило: лучше прибыть на полчаса раньше и подождать, чем допустить пятиминутное опоздание.

Я уверен: всем нам есть о чём подумать. Хотя бы о том, сколько раз за прошедшую неделю мы не сдержали своего слова...

Леонид КРАСНОБАЕВ

Светлана ЛОГВИНОВА

Необдуманый поступок

ПРОЗВЕНЕЛ звонок на перемену. Ребята гурьбой высыпали в коридор. В классе осталось несколько девочек и мальчиков.

Таня достала из сумки математику, чтобы повторить правила. Удар пластиковой бутылкой по спине заставил её резко обернуться.

— Кто? — она внимательно оглядела сидевших позади неё ребят. — Ты?! — спросила усмехающегося Стаса.

— Нет, это Анята, — указал тот на удивлённо вскинувшую брови девочку.

— Ах так! — вспыхнула Таня и злобно швырнула бутылку в Аняту, попав прямо в голову.

— Я не бросала! — крикнула Анята, от боли и обиды уже не владевшая собой. Посыпался град оскорблений и обвинений.

Таня тоже не осталась в долгу. Неожиданно она поймала взгляд Люды, своей подруги, и замолчала.

Люда с изумлением и болью смотрела на происходящее. Таня с Анятой и до этого происшествия были в ссоре, теперь же о примирении не могло быть и речи.

Стас, так неожиданно ставший виновником безобразной сцены, опешил:

— Вы чего, девчонки? Я же пошутил. Это я бросил бутылку, Таня, извини.

— Дурак! — воскликнула Таня и горько расплакалась.

Люда смотрела на подругу, не пытаясь её успокоить.

После уроков девочки молча собрались домой.

— Люда, что ты молчишь? — не выдержала Таня. — Лучше обругай меня... — добавила она тихо.

— За что я тебя буду ругать?

— Ты же знаешь, — кивнула Таня в сторону Аняты, убравшей класс.

— Нет, Таня, каждый сам выбирает, как ему поступить. Мы уже с тобой об этом говорили.

Девочки вышли из класса. В дверях Люда приветливо бросила:



— До завтра, Анята.

— До завтра, — немного помедлив, ответила Анята.

Таня молчала, что-то обдумывая.

— Люда, я тебе что-то расскажу, — решила она. — Вначале я не хотела тебе об этом говорить, но теперь расскажу... Я целую ночь не могла спать, всё о тебе думала.

— Что же ты обо мне думала? — удивилась Люда.

— Думала, притворяешься ты такой доброй или нет. Раньше я была уверена, что ты хочешь так выделиться. Потом начала понимать: просто ты такая и всё. А я так не могу. Почему? А этой ночью мне стало ясно, что всё дело во мне. Ты настоящая, это во мне есть что-то, что не давало поверить. А сегодня я поняла — и мне стало так плохо и больно, что даже дыхание сбилось.

Таня помолчала, потом тихо сказала:

— Прости меня, Люда. Теперь ты, наверное, не захочешь со мной дружить...

Люда взяла Таню за руку:

— Глупенькая, мы же подруги.

— Люда, Таня, подождите! — услышали они и обернулись.

От школьного двора мчался Стас.

— Девчонки, ну олух я, признаюсь! Не думал, что всё так обернётся. Я же пошутил, да и бутылку я не сильно бросил.

— Ладно, хватит об этом, — сказала Таня. — А впрочем, я сама виновата, — добавила она.

— Ну, ты даёшь! Если бы я не бросил бутылку, то ничего бы и не было.

— Стас, если бы да кабы... — перебила его Люда. — Думать надо своей головой.

Неожиданно Таня побежала назад и со словами «Я сейчас!» скрылась в школьном дворе.

— Куда это она? — удивлённо смотрел вслед Тане Стас.

— Не знаю, — сказала Люда, а потом добавила: — Но догадываюсь.

Через довольно продолжительное время Таня вернулась. Глаза её сияли. Она схватила Люду за руки, закружила её и, радостно смеясь, воскликнула:

— Как хорошо!

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

С 8 по 18 октября 2013 года во всех филиалах ФГУП «Почта России» пройдёт Всероссийская декада подписки на первое полугодие 2014 года. При этом подписная цена на газету «Мир Граля» будет снижена на 20%.

Ответы на вопросы читателей

Недавно мы похоронили дедушку. Он умер в больнице... Мы просили не делать вскрытия, но нам отказали. Как Послание Граля относится к вопросу вскрытия человеческого тела после смерти?

Николай ПОПОВЦЕВ
(Пермский край, г. Березники)



ПО ПИСЬМАМ

Человек, чья душа вынуждена покинуть тело, может ещё относительно долго оставаться связанным со своим остывающим телом. И зависит это во многом от тех убеждений, которых он придерживался во время своей земной жизни. Чем более материалистическими были его взгляды, тем сильнее будет эта связь. А это значит, что и чувствительность по отношению к внешнему вмешательству у него сохраняется, и он может испытывать боль, хотя, конечно, не в состоянии выразить её понятным образом. Именно этот фактор и вводит в заблуждение медиков и «простых смертных». Внешняя неподвижность и бесчувственность тела «умершего» позволяющая думать, что ему уже «всё равно». А с переживаниями родственников по этому поводу не особенно считаются.

Если принять всё это во внимание, то вскрытие — процедура крайне нежелательная и при отсутствии сомнений в естественной смерти человека её лучше избежать. Однако в нашем обществе, где так много негатива (не только криминала, но и самой обычной халатности), иногда бывает необходимо установить подлинную причину смерти. Здесь, к сожалению, вскрытия не миновать. Точно так же невозможно обойтись без вскрытия во всех криминальных ситуациях. Тогда эта процедура предписана земным законом, и органы охраны правопорядка выполняют её без всякого согласования с родственниками. Однако если такая возможность имеется, то лучше всё-таки отложить вскрытие на максимально допустимый срок, чтобы дать время душе ослабить связь с телом.



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

ПОДПИСАТЬСЯ НА НАШУ ГАЗЕТУ ЗА РУБЕЖОМ
МОЖНО ЧЕРЕЗ ФИРМУ ООО «ИНФОРМНАУКА»:

ТЕЛ. +7 (495) 787-38-73,
ФАКС +7 (495) 152-54-81
www.informnauka.com

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Обращаем ваше внимание на то, что цены на книги указаны без почтовых расходов. Окончательная стоимость рассчитывается индивидуально, в зависимости от региона и веса посылки, после получения заявки.

ИЗДАТЕЛЬСТВО

«Мир Граля»

ПРЕДЛАГАЕТ:

Книги

АБД-РУ-ШИН

Послание Граля «В Свете Истины» (3 тома) . 540 руб.
Десять Заповедей Божьих. Отче наш . 100 руб.
Молитвы . 50 руб.
Думаешь ли ты об этом? . 100 руб.

Серия «Провозвестники»

Зороастр. Жизнь и деятельность . 100 руб.
Лао-Цзы. Жизнь и деятельность . 200 руб.
Будда. Жизнь и деятельность . 200 руб.
Эфес . 200 руб.

Х. Фольманн

Религиозные темы в новом освещении . 70 руб.

Р. Штайнпах

Скрытые взаимосвязи определяют нашу земную жизнь . 30 руб.
Почему Бог всё это допускает . 50 руб.

Серия «Жизненная помощь Послания Граля»

У постели умирающего . 100 руб.
Пути выхода из душевного кризиса . 100 руб.

Серия «Мир Граля»

М. Шотт

Таинственная сила мыслей . 100 руб.

В. Гюемер

Почему мы живём не один только раз . 80 руб.
Послание из Граля . 100 руб.

К. Вазей

Бытие человека . 100 руб.
Гномы, эльфы, русалки . 100 руб.
Тайна крови . 120 руб.

Р. Штайнпах

Почему мы продолжаем жить после смерти . 100 руб.

Брошюры

Пути с Посланием Граля . 110 руб.
«Слова помощи» . 50 руб.

DVD-фильмы

Смерть и потусторонний мир . 160 руб.
Судьба и реинкарнация . 160 руб.
Радость жизни . 160 руб.

ОБРАЩАЙТЕСЬ:

614015, г. Пермь, ул. Сибирская, 32
тел./факс: (342) 212-20-78,
e-mail: gralswelt@list.ru www.gral.ru

ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА:

Москва, тел.: (495) 504-39-17, (495) 912-03-18
Красноярск, тел. (3912) 43-62-07

В Беларуси: Издательство «Мир Граля»

220050, г. Минск, а/я 536,

тел. 8-029-310-63-31,

e-mail: gralswelt@bk.ru

В Украине: Издательство «Мир Граля»

65044, г. Одесса, а/я 24,

тел./факс: (1038-0482) 37-80-38,

e-mail: gral_ua@i.ua www.gral.odessa.ua

НАШУ ГАЗЕТУ МОЖНО ПРИОБРЕСТИ:

Вологда, тел. 8-911-510-40-46

Ульяновск, тел. (8422) 50-13-34

Уфа, тел. 8-937-343-17-93

Краснодар, тел. 8-989-81-28-567

Курган, тел. (3522) 41-81-88

Рыбинск, тел. (4855) 55-42-32

Тула, тел. 8-920-75-21-119

Кемерово, Красноярск, Курган,

Биробиджан, Улан-Удэ — в отделениях

Федеральной почтовой связи

В Беларуси:

Брест, тел. (0162) 43-35-88

Гродно, тел. 8-029-28-89-056

Мозырь, тел. (236) 35-02-47



«Мир Граля»

Газета перерегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (РОСКОМНАДЗОР).
Свидетельство ПИ № ФС77-44695 от 20.04.2011 г.

Учредитель: Автономная некоммерческая организация «Издательство Мир Граля».

Адрес редакции: 614015, г. Пермь, ул. Сибирская, 32.

Отпечатано: ООО «Типограф», 618540, Пермский край, г. Соликамск, Соликамское шоссе, 17. Тел. (34253) 7-73-08.
Печать офсетная. Тираж 2000 экз.

Редактор Виктор КРАСНОБАЕВ

Перепечатка материалов без согласия редакции не разрешается.
Присланные материалы и рукописи не рецензируются и не возвращаются.