ISSN 2223-9634

Women's Time

ЖЕНСКОЕ ВРЕМЯ
ЖУРНАЛ СЧАСТЛИВЫХ ЖЕНЩИН

№1 (28) весна 2018
тема номера
НАСТОЯЩИЙ УСПЕХ

На обложке: Ольга Бузова – телеведущая, актриса, дизайнер, певица

Изменить другого
можно только
СВОИМ ПРИМЕРОМ

СОЗДАЙ условия для раскрытия
своего ребенка

Суть Явления
НАСТОЯЩИЙ УСПЕХ

Ольга Бузова
Я создала себя сама

18+

www.womenstime.ru

ДОМ КОМФОРТ ЖЕНЩИНА + МУЖЧИНА ДЕТИ IN-TIME PRODUCTION
УДАЧА СОВЕТЫ ПСИХОЛОГ РАЗВИТИЕ РОСТ УСПЕХ
ЗДОРОВЬЕ FASHION ПУТЕШЕСТВИЯ ОТДЫХ ОТКРОВЕНИЯ ЗВЕЗД

СОЗДАЕМ РЕКЛАМНЫЕ ВИДЕОРОЛИКИ

ВАША РЕКЛАМА

In-Time PRODUCTION

ВСЕГДА ВОВРЕМЯ

ДЛЯ ТВ И СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ

+7 926 334 94 88

ПРОДВИЖЕНИЕ БРЕНДОВ, ТОВАРОВ И УСЛУГ

ОТ ИДЕИ ДО ПОКУПКИ

- ✓ Брендинг
- ✓ Видеомаркетинг*
- ✓ SMM. Развитие. Продвижение
- ✓ PR и рекламные мероприятия под ключ
- ✓ Реклама в журнале
- ✓ Реклама на портале

ВИДЕОМАРКЕТИНГ* ПРОИЗВОДСТВО ВИДЕОКОНТЕНТА ПРОДВИЖЕНИЕ ПО РАЗНЫМ КАНАЛАМ

- ✓ Имиджевая реклама
- ✓ Презентация производства
- ✓ Промо | Рекламные ролики
- ✓ Вирусная реклама
- ✓ Backstage | Имиджевый Клип
- ✓ Видеовизитка I Шоурил
- ✓ Корпоративный фильм
- ✓ Видеоотчет о мероприятии
- ✓ Съемка за рубежом

in-timeproduction.ru

Реклама

НА ОБЛОЖКЕ

Ольга Бузова

Ольга Бузова – телеведущая, актриса, дизайнер, певица

СОДЕРЖАНИЕ

TIPS FOR MONING
Стоит ли оценивать события «плохо» или «хорошо»?..... 14

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ
ОЛЬГА БУЗОВА. Я СОЗДАЛА СЕБЯ САМА..... 31
Как прошел день рождения Ольги Бузовой..... 32
Шаги к успеху от Ольги Бузовой..... 34
О клипе WiFi с ДЖЕРЕМИ МИКС..... 35
Как пережить расставание..... 37
Что заявил ТИМУР БАТРУТДИНОВ?..... 38

softinos®
HAPPY FEET

FLY LONDON

ООО «Градиент»
дистрибьютор португальской обуви
FLY LONDON | SOFTINOS в России

e-mail:iramolod@mail.ru
meestemood@gmail.com
#yachtingfly4305

телефоны:
+7 909 9000 775
+7 968 761 888 1

адрес готового склада и шоурума:
111024, Москва
ул.Южнопортовая, д.5

www.yachting-fly.ru

Реклама

shop01@centergross.ru
Москва, Нижний Сусальный переулок, 5/18

Товар сертифицирован. Реклама.

YON KA PARIS

20 лет в России

Остановите время.
Остановите возраст.

Time Resist

Морщины: -75%
Содержит растительные афродизиаки

Инновационный дуэт препаратов с новым поколением растительных стволовых клеток для роскошной и сияющей кожи

Эффективность
Научность
Натуральность
Высокое качество
Гармония

КВИНТЭССЕНЦИЯ ФИТОАРОМАТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО УХОДА

www.yon-ka.ru
www.megaspa.ru
(495) 737-75-05

ПСИХОЛОГИ WOMEN'S TIME ОКСАНА И САНТОШ ТУМАДИН
Хранительница домашнего очага 16
Любовь присутствует обязательно 16

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ
Создай условия для раскрытия своего ребенка 17
Притча о том, как и что нужно просить 18
Как подружиться со своими детьми 19
Вера и просьба должны быть искренними 21
Зов малыша – отрывок из книги Оксаны Тумадин 21
СУТЬ ЯВЛЕНИЯ «Настоящий Успех» 22
Своим примером изменить путь близких 24
Ключ к Благополучию. Тамильская притча 26

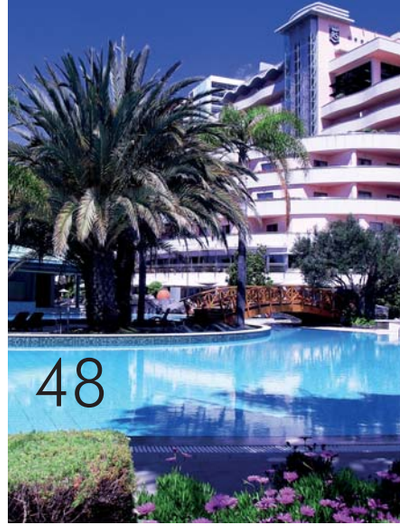
100% цейлонский чай БАЗИЛУР 28
АКЦИЯ. Обувь и сумки PIKOLINOS 30
ORHIDEJA LINGERIE. Нижнее белье и купальники 39
TOPSTRETCHING – студия растяжки в Москве 40
КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ. 15 процедур по цене 10
Клиника эстетической медицины SMILE STD 61
Цветы Баха – помощь при стрессе 62
АКЦИЯ. Лазерная эпиляция в ДеЛюксМед 65

ПЕВИЦА LILIT. Что такое успех 42
Идея. Мечта. Мотивация 44
Дело Жизни. Бизнес. Успех 46
Лидер. Мышление. Команда 47

ПУТЕШЕСТВУЕМ ПО МИРУ С МАРИЕЙ ПРОКОПЧЕНКО
Мадейра. Интересные факты 48
Отель Savoy Saccharum 50
Отель Royal Savoy 51

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ
на Лазурном берегу: 52
Ницца. Ресторан Les Pêcheurs 53
Монте-Карло. Ресторан Horizon Deck 54
Канны. Ресторан Mantel 55

Где остановиться в Стамбуле 56
Гастрономические удовольствия в Стамбуле 57
Ресторан Sunset Grill & Bar 58
Duble Meze Bar 59
Ресторан Sans 60



КОМАНДА

Учредитель/Издатель
ООО «Скорость Света»

Генеральный директор
Сантош Канна Тумадин
+7 (926) 33 494 88
santhosh@womenstime.ru

Главный редактор
Оксана Тумадин

Шеф-редактор
Мария Прокопченко

Арт-директор, дизайнер
Ольга Толстых

Отдел по работе с читателями
Мария Прокопченко

Корректор
Юлия Ерофеева

Vk.com/womenstime
Facebook: @womenstime.ru
Instagram: @womenstime

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

Свидетельство о регистрации средства массовой информации – ПИ № ФС77-44055
За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет.
Использование материалов журнала (фото и текстов) без особого разрешения редакции запрещено, в случае выявленных нарушений ответственность наступает в соответствии с законодательством РФ.

Распространение РФ Москва

Общий тираж 35 000 экз.
Отпечатано в типографии
ООО"Юнион Принт" г.Нижний Новгород
Договор № 116/14 от 17 ого ноября 2014

Реконструктор образа от Revilab: Сыворотка RevilabN7

- Наслаждение, эйфория, ликование
- Заметно помолодевшая кожа лица уже за 5 минут
- Выраженный лифтинг эффект
- Полное ремоделирование кожи всего за 28 дней

Москва, ул. 1-я Ямского поля, 24;
ул.Машкова, 28/20
+7 (926) 618 2134

Санкт-Петербург, 2-я Советская, 7
+7 (812) 640 0614 / доб.2
www.npcriz.com

Реклама

Видеопроект журнала Women's Time
Backstage съемок реалити-сериала «Как выйти замуж»
Платье – Sarafan Moscow

ОБРАЩЕНИЕ

Тема номера – **Настоящий Успе**х – понятие, которое каждым из нас может быть трактовано по-разному.

Почему же нет и не будет единого понятия?

Потому что мы – разные!

Потому что мышление у всех нас разное!

Потому что подход к каждому из нас, тоже разный!

Потому что слово или фраза, которые возьмут за живое и раскроют спящие ресурсы каждого из нас, тоже разные!

Потому что условия для раскрытия настоящего истинного успеха, глубоко ощущаемого на всех уровнях личности и всего тела, – разные! Ведь условия, в которых один радостен, самодостаточен и успешен (ощущает себя успешным), для другого ничего не значат (не ощущает себя успешным).

Как же достичь, ощутить настоящий успех и остаться при этом благодарным и мудрым человеком? Эту тему мы постарались раскрыть в этом выпуске, и, конечно же, мы будем ее продолжать из номера в номер.

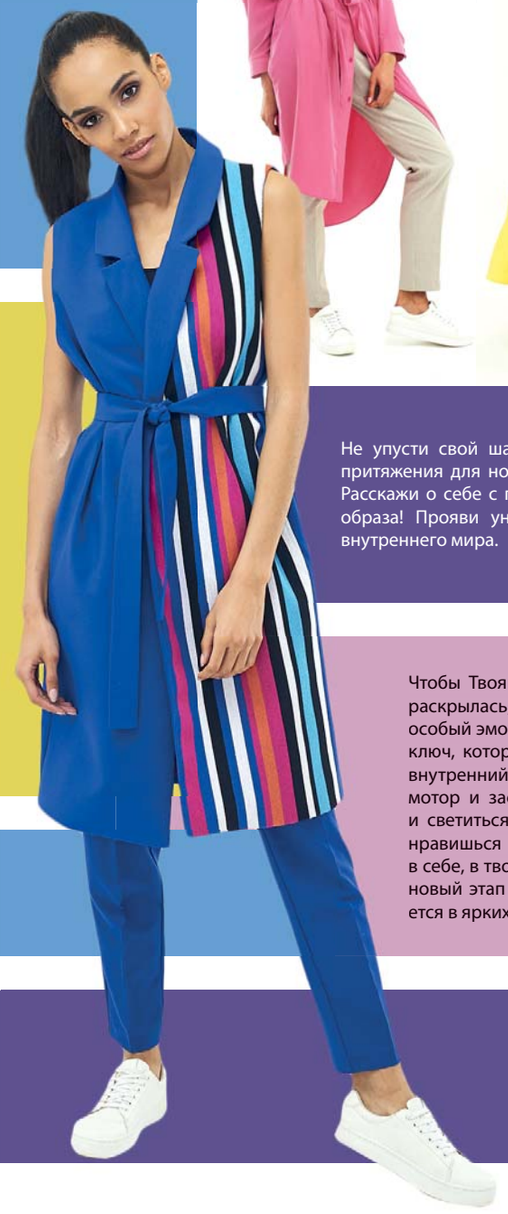
С любовью и уважением,

Ваша Мария Прокопченко
и Команда Women's Time

SARAFAN

Smart Casual

Moscow



Весна! Лето! Жизнь Включи себя на все 100%

Весь мир состоит из разных людей и всех объединяют невидимые связи.

Стань видимым для судьбоносных встреч!

Не упусти свой шанс стать магнитом притяжения для новых возможностей! Расскажи о себе с помощью внешнего образа! Прояви уникальность своего внутреннего мира.

Чтобы Твоя Индивидуальность раскрылась, нужно подобрать особый эмоциональный ключ – ключ, который разжигает твой внутренний огонь, включает мотор и заставляет улыбаться и светиться изнутри! Когда ты нравишься себе – ты уверена в себе, в твою жизнь врывается новый этап и жизнь раскрывается в ярких красках.

Одежда «как для себя»

Мы предлагаем вам одежду, которая вдохновляет нас самих, которую сами с удовольствием носим. Мы слышим вас и реализуем ваши пожелания в реальных действиях.
Стилисты, визажисты, дизайнеры, психологи – вся команда бренда Sarafan Moscow продумывает элегантные образы, предлагая богатую цветовую гамму, среди которых каждый находит свое зажигание. Все ткани дышащие, натуральные!

Вы красивы изнутри!

Все возможно, когда задачей являются – радость и ощущения человека! Сколько типов фигур, столько и образов!

«Вы красивы изнутри» – концепция бренда Sarafan Moscow.

Одежда с индивидуальным подходом – ключевая особенность бренда Sarafan Moscow. Стильные образы для офиса, встреч, путешествий, прогулок и свиданий.

Что вам больше подходит?

- Выбрать, примерить и купить модель, в которой вы загораетесь и излучаете улыбку
- Заказать любую модель, которую вам отошьют за 1-3 дня с учётом индивидуальных параметров
- Выбрать более глубокое, внешнее и внутреннее преображение*

*Присоединяйтесь к регулярным тусовкам в шоуруме!

Полные преображения и мастер-классы со стилистами и психологами.

Новые знакомства и общение. Встречи и обсуждения на разные темы.

Конкурсы, розыгрыши, участие в проектах, бонусы и подарки

СЛЕДИТЕ ЗА НАМИ В @sarafanmoscow

www.sarafanmoscow.com

PABLOSKY SYSTEM

P1 Natural cow leather and super-absorbent inTech inner lining
P2 Green drying and anti-bacterial insoles
P3 Inner toecap and heel protector with outer rubber protection
P4 Anti-slip rubber soles

PABLOSKY
experts in growing feet

#FREESPIRIT

MADE IN SPAIN • Available at fine stores near you • pablosky.com

Реклама

4–7/9/2018

CPM

International Fashion Trade Show
Moscow

IGEDO COMPANY
EXPOCENTRE
CPM COLLECTION PREMIÈRE MOSCOW

cpm-moscow.com

chewingthesun.com . photo sarah illenberger

Факт произошедшего – счастье «это» или несчастье – кто знает, ЧТО БУДЕТ ПОТОМ?

Жил в одной деревне старик. Был он очень беден, но все императоры завидовали ему, потому что у него был прекрасный белый конь. Никто никогда не видел подобного коня, отличавшегося красотой, статью, силой... Ах, что за чудо был этот конь! И императоры предлагали хозяину за коня всё, что только бы он пожелал! Но старик говорил: **«Этот конь для меня не конь, он – ДРУГ мне, а не собственность. Как же можно продать друга?! - Невозможно!»** И хотя бедность его не знала пределов, а соблазнов продать коня было немыслимое количество, он не делал этого. И вот однажды утром, зайдя в стойло, он не обнаружил там коня.

И собралась вся деревня, **и все сказали хором:** «Ты – глупец! Да мы все заранее знали, что в один прекрасный день этого коня украдут! При твоей-то бедности хранить такую драгоценность! Да лучше бы ты продал его! Да ты бы получил любые деньги, какие бы ни запросил – на то и императоры, чтобы платить любую цену! А где теперь твой конь? **Какое несчастье!**»

Старик же сказал: «Ну-ну, не увлекайтесь! **Скажите просто, что коня нет в стойле. Это – факт, всё же остальное – суждения. Счастье, несчастье... Откуда вам это знать? Как вы можете судить?»**

Люди сказали: «Не обманывай! Мы, конечно, не философы. Но и не настолько дураки, чтобы не видеть очевидного. Конь твой украден, что, конечно же, несчастье!»

Старик ответил: «Вы – как хотите, а я буду придерживаться такого факта, что раз стойло пусто, то коня там нет. Другого же я ничего не знаю – счастье это или несчастье, потому что это всего лишь маленький эпизод. А кто знает, что будет потом?»

Люди смеялись. Они решили, что старик от несчастья просто рехнулся. Они всегда подозревали, что у него не все дома: другой бы давно продал коня и зажил, как царь. А он и в старости оставался дровосеком: ходил в лес, рубил дрова, собирал хворост, продавал его и еле-еле сводил концы с концами, живя в бедности и нищете. Ну а теперь стало очевидным, что он – сумасшедший.

Но через пятнадцать дней конь неожиданно вернулся. Он не был украден, он сбежал в лес. И вернулся не один, но привёл с собой дюжину диких лошадей.

И снова собрались люди и сказали: «Да, старик, ты был прав! Это мы – глупцы! Да он и впрямь счастье! Прости нашу глупость милосердно!»

Старик ответил: «Да что вы, ей-богу! Ну вернулся конь. Ну лошадей привел – так что ж? **Не судите! Счастье, несчастье – кто знает?! И это лишь маленький эпизод. Вы же не знаете всей истории, зачем судить. Вы прочли лишь одну страницу книги, разве можно судить обо всей книге? Прочитав одно только предложение на странице, как знать, что ещё написано на ней? Да даже и одного слова нету у вас! Жизнь – океан безбрежный! – буква из слова, да! А вы судите обо всём целом. Счастье, несчастье – зачем судить, никто этого не знает. И счастлив я в моём неосуждении.** А теперь идите и не мешайте мне, ради Бога!»

И на сей раз не смогли люди возразить старику: вдруг старик и на этот раз прав? Поэтому они хранили молчание, хотя в глубине души прекрасно понимали, что это же самое прекрасное и сказочное счастье – двенадцать лошадей пришли с конём!

Да стоит только захотеть, и все они превратятся в немыслимые богатства!

У старика был единственный молодой сын. Он начал объезжать диких лошадей. Не прошло и недели, как он упал с лошади и сломал себе ногу. И снова собрались люди, а люди везде одинаковы, **и снова начали судить.**

Они сказали: «Да, старик, ты снова прав оказался. **Это – несчастье. Единственный сын – и ногу сломал!** Хоть одна была бы опора тебе в старости, а теперь?! Ты же ещё больше обеднеешь!»

А старик ответил: «Ну вот! **Опять суждения! Зачем вы так торопитесь? Скажите просто: сын сломал ногу! Это факт. Счастье, несчастье – кто знает?! Жизнь идёт отрывочно, а судить можно о целом».**

И так случилось, что спустя всего несколько дней на страну напал враг, началась война, и все молодые люди деревни были призваны в армию.

Автор картины «Скорость Света» Оксана Тумадин

И только сын старика был оставлен: он не мог ходить, бедный калека. И снова собрались люди, они кричали и плакали: из каждого дома ушёл сын или несколько сыновей, и надежды на то, что они вернутся, не было никакой, потому что напавшая страна была огромной и битва заранее была проигранной, – они не вернутся в дома свои!

...Вся деревня стонала и плакала. **И пришли люди к старику и сказали ему:**

«Прости нас, старик! Бог видит, что ты прав – **благословением было падение твоего сына с лошади**. Хоть и калека, да с тобой сын твой! Наши же дети ушли навсегда! Он-то жив, да, может, ещё и ходить начнёт понемногу. Лучше быть хромым, да живым!»

И ответил старик: «Нет, с вами невозможно! Люди! Что вы?! **Вы ведь продолжаете опять и опять – судите, судите, судите! Да кто знает?!** Ваши дети насильно были забраны в армию, а мой сын остался со мной. Но никто не знает – благословение это или несчастье. И никто никогда не будет в состоянии узнать. **Один Бог ведает!»**

(Притча про белую лошадь, источник – интернет)

РЕДАКЦИЯ ОТВЕЧАЕТ

Станьте хранительницами домашнего очага!

Сантош Тумадин
Практикующий психолог
Бизнес-консультант

Оксана Тумадин
Практикующий психолог

У нас на сайте www.womenstime.ru написано более 100 статей с решениями различных ситуаций от психологов журнала Сантоша и Оксаны Тумадин. В них раскрыто множество тем в различных сферах жизни человека.

Вы сможете получить ценные рекомендации.

«Мужчины хотят жениться больше, чем женщины. Но они ищут спокойно и без спешки. Мужчины не колеблются: **когда мужчине приходит желание создать семью, желание быть отцом, он находит свою женщину и мать своих детей».**

«Если мужчина не уверен, что это его женщина, он будет искать ту, с которой он будет чувствовать себя живым, активным, он будет чувствовать, что он отец семейства, ради которого он будет стремиться к развитию и благополучию».
«Мужчине не важно, есть у женщины дети от других отношений или нет, очень часто наличие детей и хороших отношений матери и детей является плюсом к принятию решения создать семью».

«**В Индии есть такой обычай:** когда мужчина начинает искать невесту, он настроен найти женщину, которая зажжет огонь в доме. Смысл не в физически зажженном огне, огонь – это свет, огонь, который защищает, **огонь, который творит, огонь, который согревает, создает уют,** и женщина, которую ищет себе мужчина, должна принести в семью именно все эти качества, а не просто сделать одноразовый ритуал. Именно такую женщину **ищет мужчина – ту, которая не тушит огонь в мужчине, а разжигает, вдохновляет и раскрывает Дух,** другими словами можно назвать **«разжигает уверенность»**. *Цитаты из статьи Сантоша Тумадин: Хотят ли мужчины жениться? Что мужчины ищут в женщине?*

Надо любовь выращивать, будить в себе всеми способами, и пробудившись, она пробудится в партнере

Любовь присутствует обязательно

«Надо любовь выращивать, будить в себе всеми способами, и пробудившись, она пробудится в партнере. Иначе возможное может стать невозможным, потому что мы не приложили все усилия и не использовали все варианты».
«Многие смиряются и через время привыкают друг к другу и живут достаточно хорошо, и скучают друг без друга, потому что привыкли. Возможно, их не посетило это глубокое чувство или они просто его не осознали, но любовь присутствует обязательно, если два человека доживают до старости».

«Но в глубине души мы знаем, что, **обернувшись назад, мы вспомним только мгновения, когда мы любили, влюблялись, вдохновлялись, создавали прекрасное, дарили подарки, заключали невозможные сделки и делали поступки для любимых…**

Мы **ЖИЛИ** в эти мгновения».

«Часто **вместо благодарности возлюбленному за раскрытую в себе любовь** и благодарности за само состояние влюбленности и **ВДОХ**новение, мы присваивали любимого и теряли самую большую ценность – уже раскрытую любовь внутри себя, которая дает постоянное зажигание и желание жить, и это не только в любви, это во всех земных делах. Потеряв состояние **любви внутри себя, нужно очень много сил, чтобы снова влюбиться.**

Умение отпускать – это **ВЫДОХ,** чтобы дышать и наслаждаться самой жизнью в разных ее аспектах, деталях и мелочах»… Из статьи Оксаны Тумадин: Любовь присутствует обязательно! Влюбляться ли снова.

Создай условия для раскрытия себя и своего ребенка

Условия для раскрытия Потенциала Личности каждого из нас разные! Еще раз хочется повторить притчу «Наконец-то ты понял, о чем надо просить» (источник притчи: интернет), которую мы уже публиковали в №20, но именно она преобразует недопонимание в наших мольбах, просьбах, ожиданиях.

Я попросил у Бога наказать моего врага – и Бог сказал мне: «Нет. Ему суждено стать твоим лучшим другом».

Я попросил Бога даровать мне терпение – и Бог сказал мне: «Нет. Терпение – результат испытаний. Его не даруют, ему учатся».

Я попросил у Бога забрать мою гордыню – и Бог сказал мне: «Нет. Гордыню не забирают. От нее отказываются».

Я попросил Бога подарить мне счастье – и Бог сказал мне: «Нет. Я даю Благословения, а будешь ли ты счастлив, зависит от тебя».

Я попросил Бога уберечь меня и близких от боли – и Бог сказал мне: «Нет. Мы страдаем и побеждаем страдание вместе».

Я попросил у Бога духовного роста – но Бог сказал мне: «Нет. Дух должен вырасти сам, а Я всегда подскажу».

Я попросил Бога помочь мне любить других так же, как Он любит меня – и Бог сказал: «С радостью! О, наконец-то ты понял, о чем надо просить».

Я попросил сил – и Бог послал мне испытания, чтобы закалить меня.

Я попросил мудрости – и Бог послал мне проблем, над которыми нужно ломать голову.

Я попросил мужества – и Бог послал мне опасности.

Я попросил любви – и Бог послал мне нуждающихся в моей помощи.

Я попросил благ – и Бог дал мне возможности.

Я не получил ничего из того, что просил. Я получил все, что мне было нужно.

Я попросил Бога помочь мне любить других так же, как Он любит меня – и Бог сказал: «С радостью! О, наконец-то ты понял, о чем надо просить»

Человек истинно великий никогда не потеряет сердце своего ребенка

Менций

Услышь своего "внутреннего ребенка" и подружись со своими детьми

Сегодня, я услышала, как Сантош разговаривал с мамой 12-ти летнего сына (А.М.), с которым она никак не может найти взаимопонимание. Мы все вместе решили, что этими размышлениями стоит поделиться.

Сантош: Молись и попроси у Бога дать сыну то, что наполнит его изнутри, и Он создаст **условия**, чтобы выстроились ситуации, которые **в нужном ключе** преподнесут сыну то, чего ему не хватает внутри для Раскрытия Потенциала Личности. Бог, будучи Единым Целым, специально для него **(для уникальной Части Единого Целого)**, заполнит то пустое место в сердце и сознании (спящие ресурсы человека, Дух), которое у него не заполнено. Когда мы не знаем о реальном масштабе своей личности, то ресурсы находятся в спящем режиме, пока не поступит сигнал (просьба, мольба) о том, что пора пробудить сознание. **Сознание** – это огромный **объем, по умолчанию обладающий всей живой памятью событий**, для каждого из нас.

Память сознания – это невидимая машина, которая знает все естественно работающие законы и знает лучший вариант для развития личности. И именно пробудившееся сознание тогда и ведет личность и уберегает от всех ненужных событий, преподавая уроки напрямую и со стороны так, чтобы быть услышанным и осознанным до того, как может произойти что-то разрушительное. Сознание знает все грани и границы. Многие границы специально заставляет переходить (как мы говорим – риск благородное дело), чтобы понять свой стержень и свои реальные силы и возможности. А многие границы лучше не нарушать, они могут быть разрушительными, после чего вариант лучшего развития может быть нереальным. Для этого нам даются знаки и ситуации, чтобы не делать какие-то «очень желаемые» поступки или действия. Так **оттачиваются грани личности** – появляется осознанность в своих действиях, происходит становление характера, преображение привычек – **раскрывается Дух Человека, Стержень Личности**.

Человека нельзя научить ничему, можно только помочь ему найти это в самом себе

Галилей

Именно пробужденное сознание (когда **по просьбе** Единое Целое заботится о Части) **ведет по пути гармонично, преподавая все нужные уроки дозированно и вовремя – заранее предупреждая обо всем идущем навстречу**!

«Что ты просишь для сына?» – спросил Сантош маму подростка.

А.М.: Я молюсь, чтобы у него всегда все было хорошо. Молюсь, чтобы ему Бог дал осознание того, что он делает, а он совершает иногда плохие поступки. Он видит, что делают плохо другие, а в себе этого не видит. Я злюсь на себя, как на «мать», обижаюсь на себя, что не могу найти общий язык с ребенком. Я молюсь, чтобы он нашел свой путь.

Сантош: Суть, заложенная в этой просьбе, другая по структуре (твоя фраза: «чтобы у него всегда все было хорошо»). Ты исходишь из того, что ты «мать для своего ребенка», а нужно исходить из того, что ты **«человек, просящий для человека как для самого себя»**, без внутренних привязок к своим желаниям, без ограничений и своего мнения на счет своего ребенка. **Отпустить – это значит дать возможность реализоваться человеку так, как суждено по судьбе в ее лучшем варианте развития** без родительских условий, указаний и поправок в самой просьбе: «как направить», «куда направить» и «каким путем». **Нужно просить как для себя** – чтобы путь сложился лучшим образом, а не так, как хочет для вас кто-то другой (где в корне может быть свое навязываемое желание), если даже это родители, близкие и т.д. **Когда мы понимаем ребенка как себя в период отрыва от родительской семьи,** мы сможем понять, что бессознательно ограничиваем его возможности из-за своих страхов, опасений, разочарований, полученных в переходе во взрослый уровень. Мы хотим его уберечь и этим мы не даем раскрыться его **сознанию**, реальному объему личности ребенка, освобожденному от навязанных структур и моделей, границ и правил, но знающему изнутри, куда и зачем он идет!

Поэтому родители, как такие же части Целого, могут провести просьбу для другой части, так как Единое Целое знает о нас всех и наполняет нас всех, но по-разному. Это как Единый Организм для всех своих клеток, органов и т.д. проводит питание и дает все нужное, сигнализируя болью при начале болезни. Сигнал дается (ситуации, примеры со стороны, знаки, отрезвляющий разговор, разочарование в ком-то, чем-то **ДО** возможной критичной ошибки и т.д.), чтобы предупредить о неверном развитии пути.

Сын не понимает ценность того, что ты ему даешь, потому что для раскрытия взаимопонимания ему нужны специальные условия, в которых он раскроется и поймет тебя и твое стремление дать ему лучшее. И только Бог может знать, **ЧТО** ему дать, чтобы он встал на верный путь, где он раскроется по-настоящему.

А.М.: Почему такие простые истины не доходят до нас?

Сантош: На самом деле это просто и одновременно сложно, так как нам никто это не объясняет. Но это не оправдание, мы должны сами искать и находить ответы, и сейчас нужно **захотеть услышать глубину сердца своего ребенка, как человека, как личность со своими особенностями.** А чтобы услышать глубину другого человека, нужно быть готовым услышать себя изнутри и восстановить связь со своим «внутренним ребенком» – услышать и ощутить своего внутреннего ребенка – свою собственную искренность, тепло, наивность, смех, радость от самой жизни. **И только ощутив себя – ощутив сердце своего «внутреннего ребенка», можно услышать своих детей.** Тогда глубоко будет осознана связь Целого и Части, и **получится по-настоящему попросить**, чтобы ты сама и твои дети, как разные уникальные Части, могли быть наполнены Единым Целым изнутри.

Чтобы один человек любил другого – это, возможно, самая трудная из всех наших задач, окончательное, последнее испытание и доказательство, работа, для которой любая другая – лишь подготовка

Райнер Мария Рильке

И тогда этот Пушистый Объем Любви Бога, которым был изначально наполнен малыш, когда он шел, пришел и родился, сможет восстанавливать малыша изнутри снова и снова. Целое тогда напрямую для него сможет вовремя преподавать нужные уроки, чтобы не нарушать жизненные законы взаимодействия с миром: «поступай с другими так, как хотелось бы, чтобы поступали с тобой». И ссылаясь на притчу выше «Наконец-то ты понял, о чем надо просить», понимать, что любовь – это разные действия, выводящие к росту и развитию личности! Изнутри, сквозь тело, душу, дух восстановится связь с Источником – раскроется Личность и Сознание, а затем и во внешнем мире, как отражение внутреннего, это отразится в социальной реализации.

Среди всех могучих сил ни одна не может быть могучей и непреодолимой, чем Божественная Любовь

Уильям Ло

Станет ли ребенок хорошим мастером, учителем, врачом, научным сотрудником или другим специалистом – он воистину будет профессионалом своего дела.

Потому что ребенок (подросток) стал собой и раскрыл свою данность, данную Источником (Единым Целым) от рождения. Иногда мы, как родители, направляем на путь, который, как мы думаем, лучший для них. Но путь может быть чужеродным, и химическая структура, и характер, и Дух внутри пришедшего на Землю ребенка со своими задачами и особенностями структуры, может полностью исказиться и выйти на свой путь уже будет невозможно или сложнее. Потому что **всему есть свой возраст и время.**

Тот, кто не может простить других, разрушает мост, по которому должен пройти сам

Джордж Герберт

Зависть, злость, обиды и т.п. нужно преобразовывать, осознавать их причины – все эти явления уводят с пути и уводят от искренней радости. Вы, наверное, замечали, что у радостных людей нет этих качеств или они сведены к минимуму, потому что они **восполнились собой** и своими возможностями для радостной жизни. **Они не хотят «как у всех», не хотят гоняться за «тем, что может разрушить комфорт с самим собой».** Только в своем деле, деле, не противоречащем своей структуре, человек радуется, и это не выражается в материальном достатке определенной величины.

Быть всегда на верном пути – это Радость, это и есть Настоящий Успех. Радость, ощущаемая внутри, неосязаемая и неописуемая, определяет Успех. Именно это и нужно просить для своих детей, партнеров и близких, да в принципе и для всех людей – потому что раскрывшаяся радость внутри людей несет свет в этот мир.

Автор картин: Оксана Тумадин (практикующий психолог, психолог-художник: авторский метод арт-терапии, главный редактор журнала Women's Time, режиссер, автор множества видеопроектов).

«У каждого человека есть ДАР, данность от рождения, данная ему БОГОМ, именно этот излучающий источник энергии, радость и жизнерадостность излучает каждая картина, и каждая картина посвящена человеку, событию, явлению. Все полотна – это просьба к БОГУ раскрыть излучающее ядро, истину, уникальную изюминку и внутреннюю красоту!»

tumadin.com / tumadin.ru

Вера и Просьба должны быть искренними!

Что нужно от нас, родителей, чтобы дети шли верным путем настоящего успеха?

Просьба, правильно выраженная!

Когда мы просим, чтобы сын меня понял, чтобы сын изменил отношение ко мне, чтобы сын перестал делать неверные поступки – **мы не думаем о нем, мы думаем о самих себе.** И в результате получаем ситуации, где мы же должны осознать свои искажения – ситуации порой усугубляются, и вместо того, чтобы увидеть себя, мы продолжаем обижаться на детей и весь мир.

Истинная просьба заключается в Вере в своего ребенка и в то, что он реализует в жизни то, **зачем он пришел на Землю.**

А если он пришел именно к нам, родителям, значит, у нас есть все необходимое, и мы должны сохранить его на пути взросления и **направить внутренней Верой** и Просьбой к Целому, чтобы у него **проявились условия для раскрытия Потенциала и Предназначения** через развитие и наработку мастерства в социуме.

Кто не познал себя, не знает ничего, но тот, кто познал себя, одновременно обрел знания о глубинах всего

Иисус

Зов малыша!

«И видел я ДОМ, Вселенную – Мать и Отца Небесных, отпустившие меня в плоть к матери и отцу человеческим, улыбался и скользил по ДОМУ своему Небесному на Земле через любовь ко мне внутри земной матери, но только когда был маленьким. Подрос, и перестала быть любовь матери искренней и настоящей, и перестал я видеть ДОМ в ее глазах, грустно стало мне, т.к., повзрослев, и любить глубоко мама перестала, стала требовать без любви, перестала улыбаться, некогда ей – работа у нее. Я все понимаю, что делать… Так со многими возможно происходило, и с ней произошло, забываем порой мы любить искренне, когда растем, а ведь тогда основание ДОМа нарушается, в следствие чего и ругаемся уже не любя, а нужно и ругаться любя. Любим мы, дети, родителей земных всей душою, всем сердцем, но (по утере знания о том, кто мы и каждый в отдельности) начинают они хотеть внешнего подчинения от нас и выполнения своих правил, забывая о важности сохранить внутренний мир и радость отношений в семье, сохранить искренность, дружбу и взаимопомощь. Не нарушая наш внутренний мир, мы сохраняем знания о ДОМе до момента осознанного взросления, передавая из поколения в следующие поколения. Но главное знать – мы все, и дети, и родители, пришли познать в свое время рождения Родителей Небесных, Их Любовь к нам и нашу любовь к Ним на Земле. Мы пришли научиться любить друг друга так, как Они Любят каждого из нас. Приходим друг через друга в разных ролях, желая дать при рождении вспоминание о Небе родителям земным, но иногда не успеваем, т.к., вырастая, сами можем забыть. Но память о ДОМе всегда была, есть и будет! И в момент просьбы «вспомнить, кто ты есть и зачем ты пришел на Землю», раскрывается сознание – личность и искренняя любовь ко всему живому, весь путь истинной любви возрождается в памяти!

В жизни есть только любовь и работа… Если мы удачливы, мы любим свою работу. Если мы мудры, мы готовы работать над любовью

Ноах Бен-Шеа

*Задумайтесь, у кого нужно учиться любить: у только что родившихся или у тех, кто забыл? **Забывая любить дитя, чувствовать его, забываем учиться любви.** Появляется другая схема – присвоение, нужда, необходимость и т.д. **Задумаемся, для чего приходит дитя?**». Из книги Оксаны Тумадин.*

Дети приходят, мы смотрим им в глаза, которые светятся и улыбаются, мы видим так много любви и света. Малыши не могут еще говорить, но хотят так много рассказать нам!!!

Мы хотим дать лучшее детям, мы любим их так, как умеем, мы им стараемся дать воспитание, создать условия, в которых они растут и т.д. Все это нужно делать искренне, потому что мы тоже росли, и если нам чего-то не хватало, мы стараемся дать это своим детям.

Но часто мы забываем или вообще не задумываемся о том, что по характеру, по структуре, мама, папа и дети, каждый ребенок в отдельности – это уникальные взрослые зрелые личности со своими особенностями, совершенно не похожими один на другого. И чтобы личность раскрылась в нужном ключе, **чтобы раскрылся путь, который мы приходим пройти на Земле, чтобы реализоваться и раскрыть скрытые ресурсы личности, нужны специальные условия.**

Кто знает о качественной среде этих условий?

Единое Целое, Вселенная, Источник всего сущего, Бог, в котором мы все, как Его части, находимся, получая все необходимое для жизнедеятельности организма и деятельности на Земле. Также мы получаем и специальные определенные, заданные условия, в которых раскрывается личность.

Получая условия, выстраивается череда событий, в которых в нужный момент времени внутри человека происходит пробуждение, прозрение и осознание реальности

Радость за другого – высшее подтверждение Явления «Настоящий Успех»

Нет единого понятия и определения «настоящий успех», но есть **явление,** которое определяет настоящий успех – это **само Бытие Радости**, это внутренняя удовлетворенность, радость, неподдельная, искренняя, простая и легкая. Это ощущение однажды рождается внутри и уже никогда не сможет покинуть личность, потому что **Явление**, родившись, прорвавшись изнутри, **воссоединяется автоматически с Явлением Бытия Радости Единого Целого.** Вы, наверно, замечали, что радостные люди видят по-другому небо, солнце; слышат пение птиц, будь то зима или лето; открывают двери другим, отдают последнее с легкостью, если в этом нуждается кто-то больше, чем он сам.

У них была **точка преобразования – точка истины, человек попал в те условия,** которые его пробудили изнутри к Радости раз и навсегда. **Радость за другого – высшее подтверждение явления «настоящий успех».**

Не забывайте о том, что после любой просьбы к Богу, человеку, людям или кому-либо нужно внутренне быть благодарным, и когда происходит решение ситуации, еще раз поблагодарить Целое и все его части – ВСЕХ, кто участвовал в процессе, в том числе благодарить условия, ситуации, мир и т.д., благодаря которым решение вопроса свершилось.

Помните, что не всегда это легкий путь, бывают жесткие, сложные ситуации, но смотрите всегда на результат и благодарите за все происходящее заранее. Благодарность уберегает нас от ненужных обид, претензий и разочарований, которые могут быть спровоцированы специально лишь для того, чтобы в человеке произошли нужные для его развития и роста изменения!!! Не уходите и в чувство вины, что были злыми на тех, кто казался монстром на каких-то этапах. Признайте, что да, были длительные моменты мучительных обид, ненависти и непонимания поступков многих людей, но когда спустя время понимаешь понимаешь, **«зачем»** это все происходило, отпускаешь с благодарностью всех участников.

Ну, а если поступки были нечеловеческими, то знайте – мы все стоим перед лицом Господа, и все получают следствия, и всем придется отвечать за последствия своих действий сполна по посеянным причинам! **Поверхностно невозможно увидеть всю картину наших и чужих действий,** и об этом вы читали выше глубокую притчу о белой лошади, в которой находится зерно, ключ, суть, на которую будет легко опираться. Последствия никуда не денутся до тех пор, пока мы не осознаем и не исправим причину – не повторять снова те же ошибки и не совершать некие поступки. Нужно понять, что нам не видно сразу, да и вообще мы не можем видеть всю ситуацию целиком, и поэтому судить и делать скорые выводы не нужно. Всегда нужно принимать, благодарить все, что происходит по жизни, смотреть прежде всего на себя и просить, чтобы люди, которые вам дороги, оставались на верном пути.

Вглядывайтесь подолгу в то, что вам приятно, и еще больше в то, что вызывает у вас боль.

Колет

«Любите врагов своих … Но умру только за друзей»

Иисус

Домашняя выпечка на заказ
Исключительно ручная работа
Натуральные ингредиенты
Без консервантов и ГМО

Муссовые торты
Муссовые пирожные
Бисквитные торты
Капкейки / Кейк-попс
Чизкейки / Медовики

Исполняю Ваши пожелания
Маргарита Потрух
+7 (926) 940 8227
Инстаграм: ritassweethouse

Только своим примером можно изменить путь близких

Ваше собственное раскрытие – вот величайшее служение, которое Вы можете отдать миру

Шри Рамана Махарши

Размышления и беседа Оксаны Тумадин с другой мамой (Л.О.):

Л.О.: … Я уже готова научиться принимать то, что мне посылает жизнь, посылается Богом, и стараться этому следовать. Я уже понимаю, где я «накосячила», где была не права – принимаю, что «это» мои уроки, и я прошу прощения за свое непонимание. Понимаю, что по «незнанию, как действовать в ситуации, чтобы выйти в верном направлении», часто совершала повторные ошибки… Иногда я много на себя брала, хотела стать героем – просила Бога простить и не наказывать тех, кто сделал мне больно, поступая в корне неправильно (имею в виду, когда поступок по факту был ужасным, был «злом» и по сути не должен быть оправдан по всем законам жизни). Мы прощаем, это очень хорошо, но порой не понимаем, что, когда просим простить «зло» и того, кто совершил «зло», мы лишаем этих людей нужных для них уроков. «Такие просьбы о прощении» у меня не решались, мало того, моя жизнь осложнялась. Потому что не я судья – не мне выстраивать справедливость и просить, чтобы они были прощены перед Богом (Вселенной и ее естественно работающими законами – называйте Целое как вам по душе). И я начала просить – поставить «всех нас – людей, которые находятся в ситуации» перед Лицом Бога и пусть Он решает, кто что заслуживает. Мне понравилась притча «Справедливость Вселенной» в прошлом номере журнала Women's Time, где рассказаны все тонкости справедливости, всем советую прочитать на сайте. И когда я полностью стала готова к справедливости Вселенной, оказалось, что Справедливость Целого очень правильная и добрая! Я только недавно осознала, что моя роль не прощать людей, – это не моя роль, – это роль Бога, только Бога. Мое – место ребенка, Его – место Родителей, и нечего нам лезть на Их место. И одновременно я ощутила, что Они нас не судят совсем, а только любят, как искренне любят родители детей. Мы, как дети, можем ошибаться, и все, чему Они нас учат – глубоко осознавать уроки и не повторять ошибки.

Добрым я делаю добро.
И недобрым также желаю добра.
Это и есть добродетель

Дао де Цзин

**Я убедилась в том, что даются условия и ситуации, чтобы мы были живыми, становились чище в душе. Ведь многим людям и мне порой излишний комфорт выключает что-то важное в душе, а порой выключает всё*.
Всё – это сама вера в Бога.**

О.: Когда ты обращаешься к Богу?
Л.О.: Когда хочу быть ближе к Богу.
О.: А когда ты хочешь быть ближе к Богу, в какие моменты?
Л.О.: Когда кто-то болеет, когда ты чего-то хочешь достичь, хочется больше и больше получить и только получить. Спустя время у меня это чувство изменилось, вера и понимание, что такое просьба к Богу, изменились. Раньше был самообман.
О.: Что произошло, когда произошла точка перехода от просьбы «ради чего-то» в веру, постоянную благодарность – «осознанную просьбу», за которую ты берешь ответственность?
Переходный момент от «просьбы ради чего-то» в «веру» произошел тогда, когда я перестала «желать больше материального любым способом», не путайте со «гармоничным стремлением улучшать жизнь». До этого осознания я уже перестала радоваться, когда приходили материальные вещи, состояние радости длилось недолго. Я почувствовала, что я хочу чего-то другого – событий, от которых душа радуется!!!

Сейчас я начала замечать, что мой ребенок очерствел, и я думаю, как его вытащить из черствости. **Но когда я сама начала выходить, то я верю, что смогу помочь детям и близким своим примером.** Сразу хочу поправить себя, поправить суть сказанного – **сначала нужно помочь себе выйти к устойчивости сознания**, к стабильности радостной постоянной веры, к осознаваемым мною действиям и поступкам, и только тогда дети, любимые и близкие мне люди придут к готовности видеть себя и мир в осознанном взаимообмене.

Для этого мы тянемся к людям, которые похожи на нас, нас объединяет стремление стать лучше, чище. Мы еще неустойчивы, когда приходит очередной материальный комфорт, и нам надо не уходить опять от осознанности, а относиться к материальному как к неожиданным подаркам и сюрпризам за то, что ты идешь вперед и становишься лучше внутри, более осознанным.

Если посмотреть со стороны, то мы же хвалим своих детей за то, что они совершают достойные поступки и мы, родители, как такие же дети, не исключение. Мы, прежде всего, сами должны поступать так, чтобы совесть и ощущение своего личного достоинства было на месте и в душе был комфорт и радость. А дети быстро впитывают, начнут со временем осознавать каждый поступок и его последствия, в следствие чего они станут совершать осознанные поступки, сохраняя Свое Имя. Нужно и самим делать так, как хотелось бы, чтобы поступали дети, и разговаривать больше с детьми о многом как с друзьями, и это очень увлекательный процесс – видеть рост своих детей в статусе достойного человека!!!

Самый незначительный звук имеет значение. Самый мимолетный ритм имеет значение. Можете поступать, как хотите, но все имеет значение

Уоллес Стивенс

Для того, чтобы все рекомендации улеглись, еще раз вернитесь к притче о белой лошади и притче «Наконец-то ты понял, о чем надо просить» в этом номере и притче «Справедливость Вселенной» (Ключ к Благополучию), которая была ранее опубликована в № 26. На следующей странице мы еще раз повторяем эту притчу, чтобы вы могли найти ценные ответы и рекомендации, исходя из рекомендованного на данный момент материала.

Дорогие читатели!
Желаем вам достичь состояния глубокой радости и ощутить внутри себя удовлетворенность жизнью – увидеть, что уже «многое достигнуто»! Нужно «это основание» увидеть, осознать и «прочувствовать себя уже счастливым». Этот прочный фундамент на дальнейшем пути даст много волшебных преображений, возможностей и открытий!

С уважением,
Оксана и Сантош Тумадин
практикующие психологи
журнала Women's Time

AASHA
натуральная косметика
из Индии

www.aur.ru

***Зубные пасты Ааша Хербалс (AASHADENT)**, насыщенные растительными экстрактами, обеспечивают комплексный уход за зубной эмалью и полостью рта, эффективно борются с кариесом. Не содержат фтора.*
***"Ним и Бабул"**: укрепляет десны, препятствует образованию зубного налета.*
***"Корица и Кардамон"**: рекомендуется для чувствительной эмали зубов, обеспечивает антибактериальную защиту.*
***"Кардамон и Имбирь"**: укрепляет десны, останавливает кровотечение десен в активной стадии.*

Ключ к Благополучию

Справедливость Вселенной! Тамильская притча

Человек, не важно, он делает хорошее или плохое – это все на востоке называется кармой. Очень много раз он спрашивает: «Если я так много хорошего сделал, почему у меня так много страданий?»

Наши предки говорили: «Не приноси в подношение Богу Ганешу украденный из магазина кокос. Как будто Бог не заметит, откуда ты взял этот кокос. Ганеш все знает! Бог никогда не ошибается в закономерном взаимообмене: сколько, кому и за что полагается!»

Мы же всегда сомневаемся, а правильно ли Бог поступил с нами? Мы же делали много хорошего людям, почему с нами так поступает Бог, и начинаем грустить...

**Наши предки говорили:
«Откуда ты знаешь, какой у Бога учет?»
Тогда мы не понимали, ЧТО именно они имели в виду.**

Если мы не понимаем законов, это не значит, что Бог ошибся и неправильно распределил. Поэтому не надо судить! Очень долгое время для меня это оставалось непонятным, и тогда ко мне пришла ЭТА ИСТОРИЯ:

Внутри храма в месте для отдыха сидели два путешественника, из-за дождя они решили остаться на ночь, чтобы утром продолжить свой путь.
К ним подошел третий человек и попросил остановиться рядом с ними на ночь.
Путешественники разрешили ему остаться.
Чуть позже третий человек спросил: «Есть ли что-нибудь покушать?»
Первый человек сказал: «У меня есть 5 лепешек».
Второй сказал: «У меня есть 3 лепешки. Итого у нас 8 лепешек. Теперь вопрос: как мы распределим 8 лепешек на троих?»
Третий человек сказал: «У меня есть решение (кто действительно голоден, тот знает правильное решение). Каждую лепешку надо разделить на три кусочка, итого у нас получится 24 кусочка. Мы можем сейчас равномерно распределить – каждому по 8 штук. Все три человека согласились, что это справедливое и правильное решение, поели и уснули.

Утром дождь закончился и все собрались продолжить свое путешествие. Третий человек перед уходом поблагодарил путешественников и отдал им 8 золотых монет. Он попросил, чтобы они поделились сами и ушел.

Первый человек сказал: «Я отдал 5 лепешек, поэтому я заберу 5 монет, ты отдал 3 лепешки, ты получишь 3 монеты».

Второй человек не согласился с этим решением: «Я хочу половину, потому что, имея 3 лепешки, я готов был поделиться. Ведь когда у тебя много, тебе не так трудно отдать. Поэтому ты должен уважать мое действие и должен поделиться со мной поровну».

Они не смогли прийти к решению, которое удовлетворит обоих, и поэтому они пришли к королю. Король не смог найти решение, потому что он видел со своей точки зрения, что оба правы.

Он попросил прийти на следующий день для оглашения решения. Король всю ночь не спал и не знал, как правильно распределить монеты. Он попросил Бога помочь ему и уснул.

Во сне Бог пришел и дал ему ответ, который полностью удовлетворил короля – ответ был справедливым. Утром, когда путешественники пришли за ответом, король распределил так: 1 монету он отдал второму человеку, у которого было 3 лепешки, а первому отдал 7 монет.

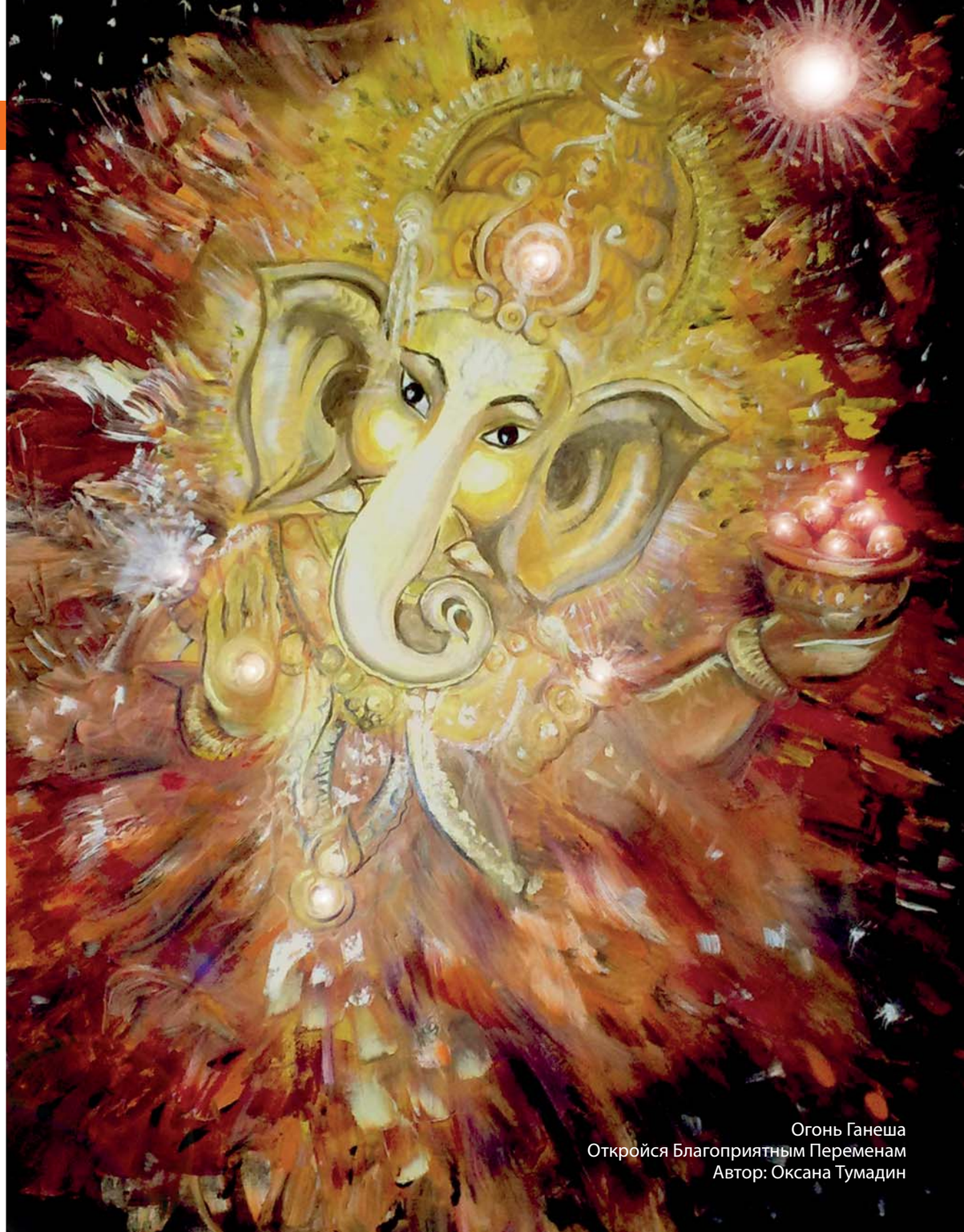
Второй человек возмутился, что король не прав, отдавая ему 1 монету, потому что перед этим первый человек готов был отдать ему 3.

Король объяснил: «Ты всего отдал 9 кусочков, из них 8 – ты съел сам, поэтому ты отдал всего лишь 1 кусочек. Первый человек отдал 15 кусочков и сам съел 8 кусочков, а отдал 7. Поэтому ты получаешь 1 монету, а он получает 7 монет. Даже 1-ой монеты для тебя – это многовато...» Божественный учет всегда 100% точен.

Бог не возвращает всё, что ты отдал.
Он воздаст только то, что ты действительно, в точности, заслуживаешь.

**Бог учитывает ВСЕ, что ты сделал
на благо других – именно ЭТО
накапливается на твоем счете
и возвращается к тебе.
Учет Бога – это не цифры, это учет
искренних, по-настоящему благих дел,
от чистого сердца!!!**

Неизвестный автор.
Перевод с тамильского языка: Сантош Тумадин



Огонь Ганеша
Откройся Благоприятным Переменам
Автор: Оксана Тумадин

NATURAL TEA

Oriental COLLECTION

«ВОСТОЧНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ»

ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ

www.basilur.ru

BASILUR
EXCLUSIVE PREMIUM QUALITY
TEA

«ВОСТОЧНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ»

ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ

Чай Basilur никогда не перестанет удивлять истинных ценителей чаепития. Прямо здесь и сейчас вы можете выпить чашечку превосходного натурального чая, взяв паузу в дневной суете. Согласитесь, что чай – **отличный повод для встречи!**

Встречайте новинку – уникальную, единственную на чайном рынке, натуральную коллекцию чая Basilur «Восточная». «Эрл Грей» с натуральным маслом бергамота. «Молочный улун» с натуральной молочной сывороткой. «Масала чай», в состав которого входят натуральные специи: кардамон, гвоздика, корица, имбирь, мускат. Зеленый чай с листьями марокканской мяты. Разнообразные композиции черного и зеленого чая в сочетании с натуральными кусочками клюквы, клубники, абрикоса, ананаса, папайи, маракуйи, апельсина и другие.

Благодаря кропотливой работе чайного сомелье над вкусовой гаммой и искусному сочетанию чая и различных натуральных фрагментов фруктов, бутонов и лепестков цветов и соцветий и аромамасел, вы получаете неповторимый и загадочный букет и широкое разнообразие вкусовой палитры. **Все добавки натуральные и имеют свой оригинальный набор витаминов и полезных веществ, одни – снимают усталость, другие – заряжают новой энергией.**

Чай Basilur попадает на ваш стол с плантаций роскошного острова Цейлон! Торговая марка «Базилур» с любовью и заботой смогла передать вам аромат, силу и полезные свойства чайных коллекций. **Наличие специального знака качества «Золотой лев» означает 100% цейлонский чай** (выращенный и упакованный на острове Шри-Ланка), **что выделяет чайные коллекции Basilur среди других марок.**

Натуральная линейка Basilur «Восточная» – это премиальное качество, необыкновенный вкус и целебные свойства. Насладитесь разнообразием каждой коллекции!

Oriental COLLECTION
«ВОСТОЧНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ»

CEYLON TEA
SYMBOL OF QUALITY
PURE CEYLON TEA
PACKED IN SRI LANKA

НОВАЯ ЛЕТНЯЯ
КОЛЛЕКЦИЯ 2018
PIKOLINOS
naturally good
СКИДКА
15%
промокод
WTSPAIN
SPAINSHOES.RU

В гостях у журнала Women's Time Ольга Бузова – телеведущая, актриса, дизайнер, певица, и этот список можно продолжать и продолжать. Самое главное, что Ольга невероятно приятная, позитивная девушка, которая вдохновляет миллионы. Ольга никого не оставляет равнодушным, не перестает удивлять, всегда двигается вперед, не сидит на месте. Ольга каждый день создает что-то новое и каждую свою идею не просто воплощает в жизнь, но и доводит до совершенства. В своем интервью Ольга поделится с нами несколькими секретами своего успеха и подскажет, как оставаться позитивными, вдохновляться и жить счастливо.

Девушка, которая создала себя сама

На день рождения я оторвалась на всю катушку!!!

МАРИЯ: Ольга, в первую очередь мы хотим поздравить Вас с прошедшим днем рождения. Думаю, вся страна наблюдала за тем, как проходило празднование. Расскажите, почему решили отметить именно в Таиланде? Расскажите о круге приглашенных? Почему именно они? Как все прошло? Какой подарок или сюрприз удивил больше всего?

ОЛЯ: Традиционно я улетела на свой день рождения. Давно хотела посмотреть Таиланд – часами кайфовать на пляже и много купаться. Моим девочкам этот вариант очень понравился, место выбирали вместе. С собой я пригласила Яну, помощницу по бренду **Olga Buzova Design**, сестренку Аню и лучшую подругу Олю. Взяла с собой не меньше 30 купальников. Сменила несколько вилл. У меня даже был отдельный чемодан под купальники, каждый день меняла их, иногда по два-три раза. Мне хотелось в красоте провести мой первый полноценный отпуск за два года. Не представляете, как я мечтала о нем. Могу сказать, что цель достигнута – я оторвалась на полную катушку! Уж не знаю, когда теперь он случится – мой следующий отпуск.

МАРИЯ: Тема этого номера – Настоящий Успех! Что, по Вашему мнению, «Настоящий Успех»?

ОЛЯ: Я девушка, которая создала себя сама. Мне часто говорят, что я служу примером и мотивацией для тех, кто ставит перед собой большие цели, для всех, кто хочет, но не решается что-то сделать.

Любое дело, за которое я берусь, обречено на успех. Я не люблю желать чего-то, вместо этого я ставлю цели. Это мое хобби – достигать собственные цели. Но при этом я умею сочетать в себе детскую непосредственность и элегантность, легкость и чувствительность. Ко мне можно относиться по-разному, но я точно знаю, что за моим творчеством следят миллионы людей. Я думаю, это и есть успех.

Я самая счастливая на свете.
ШАГИ К УСПЕХУ

МАРИЯ: Вы невероятный мотиватор. Уверена, Вы знаете об этом. Лично я смотрю на Вас и вдохновляюсь каждый день. Вы, взяв идею, тут же сдвигаете горы и добиваетесь успеха. Как у Вас это получается? Какие основополагающие шаги Вы делаете для достижения целей?

ОЛЯ: Я самая счастливая на свете. Говорю вам абсолютно искренне. Я занимаюсь тем, что мне нравится, и мотивирую миллионы людей на это. Я заслужила этот успех. Я к нему очень долго шла. Долго и размеренно. Многие говорят, что моя жизнь – это американская мечта. Многие девочки, да и мальчики тоже, смотрят на меня и верят, что тоже смогут чего-то добиться. Я талантлива и воплощаю свой талант, как хочется мне.

Главное, работать не покладая рук и не «сидеть на диване». Не надо ждать от кого-то чего-то. Особенно, если вы из такой же простой семьи как я, где родители не могут «по щучьему велению» купить тебе песню, дать денег на ее запись, да еще и оплатить ротации на радиостанциях.

Сейчас, конечно, есть и такие «певицы», но уверяю вас, это не вечно. Лично я не вижу смысла создавать что-то однодневное.

СЕЙЧАС ИДУТ СЪЕМКИ КЛИПА НА ПЕСНЮ «WI-FI» С САМЫМ КРАСИВЫМ БЭДБОЕМ В МИРЕ ДЖЕРЕМИ МИКС

МАРИЯ: Вы не перестаёте удивлять своих поклонников новыми проектами. Может быть, поделитесь, к чему нам готовиться? Что впереди нас ждёт интересного?

ОЛЯ: Ой, 2018 год обещает быть очень насыщенным. Видели мой новый #ракетазапущена?! Планов громадье. Во-первых, сейчас у меня идет гастрольный тур: февраль, март и апрель расписаны по дням. Наконец доеду до многих городов, которые меня уже давно ждут. Обещаю максимально, на сколько это возможно, уделить время своим поклонникам: буду раздавать автографы и фоткаться. Сейчас идут съемки моего нового клипа на песню «Wi-Fi». Это очень важное событие, к которому мы с моей командой готовились еще год назад. Специально для съемок ко мне прилетел самый красивый бэдбой в мире Джереми Микс. Это будет бомба, обещаю.

Реклама

Я адекватно принимаю все уроки судьбы

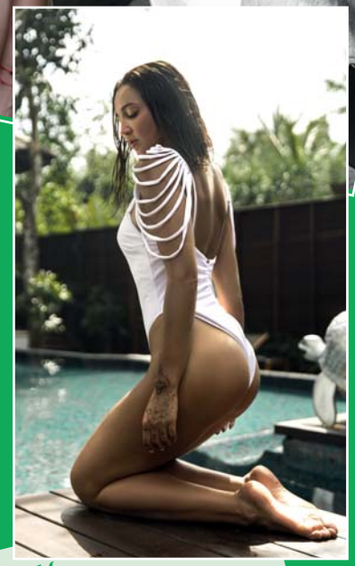
Иногда хочется расслабиться и почувствовать себя нежной. Была бы хоть чуточку слабее, меня бы сломали. Но вы видите, что в итоге произошло? Я считаюсь топовой персоной в нашей стране. И это только начало. Дальше – больше.

МАРИЯ: Пройти через боль расставания нелегко, но Вы превосходно с этим справляетесь. Поделитесь, пожалуйста, как Вам удается оставаться такой сильной? Может быть, есть несколько секретов от Ольги Бузовой, которыми Вы можете поделиться с теми, кто сейчас проходит через расставание или развод?

ОЛЯ: Я адекватно принимаю все уроки судьбы, хотя порой это бывает непросто. Сильный характер помог не сломаться. К сожалению, мне приходится учиться на своих ошибках, порой наступаю на одни и те же грабли. Пожалуй, я могу посоветовать девушкам не брать с меня пример в этом плане. Это неправда, что учиться можно и нужно только на своих ошибках. Есть фильмы, книги, чужой опыт, если всем этим пользоваться грамотно, то можно избежать очень многого.

Не забывайте, что черная полоса даже в личной жизни имеет замечательное свойство заканчиваться. Чем больше камней в спину получаю, тем сильней становлюсь, но в глубине души я ранимая.

ТИМУР БАТРУТДИНОВ: «УВАЖАЕМЫЕ ПОЛОВИНЫ, ЕСЛИ НЕ НАЙДЕТЕСЬ В БЛИЖАЙШЕЕ ВРЕМЯ, ТО МЫ С ОЛЕЙ ПОЖЕНИМСЯ! ЭТО УГРОЗА! ВРЕМЯ ПОШЛО»



МАРИЯ: #Дружбанаграни, расскажите, пожалуйста, подробнее о Вашей дружбе с Тимуром Батрутдиновым.

ОЛЯ: Я познакомилась с Тимуром еще 14 лет назад, когда была участницей «Дома-2». Тогда меня пригласили на Comedy Club в качестве гостьи. Скажу честно, я влюблена в его чувство юмора. Это очень ценное качество в человеке – умение рассмешить. У Тимура правильные ориентиры: он дорожит семьей – в этом мы очень похожи. Я была очень рада встретить его в Таиланде, вместе проводить время. Конечно, мы много прикалывались и снимали ролики, но как вы знаете, в каждой шутке есть доля правды. Не зря же Тим писал в своем аккаунте: «Два главных холостяка ищут свои половины. Уважаемые половины, если не найдетесь в ближайшее время, то мы с Олей поженимся! Это угроза! Время пошло» /смеется/.

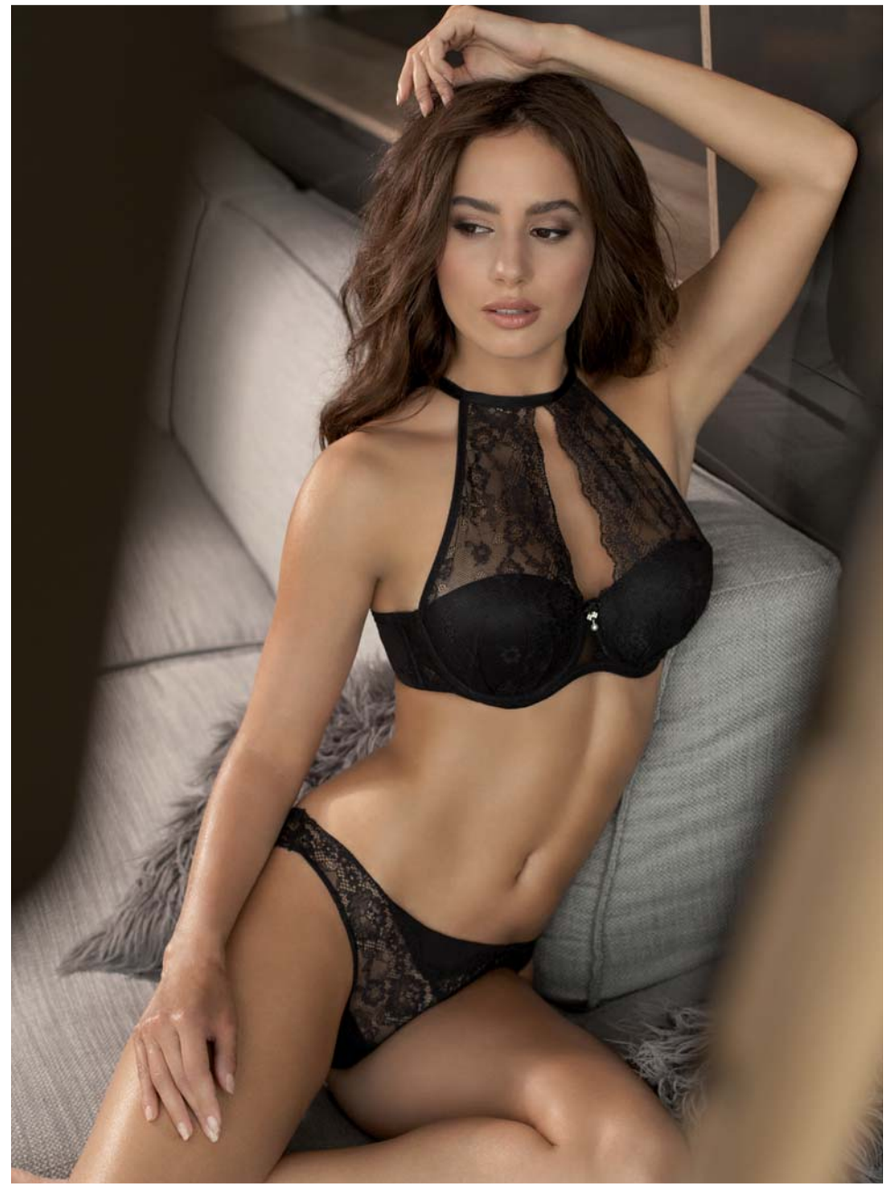
Пожелания читательницам Women's Time от Ольги Бузовой:

«Девочки, мои милые и хорошие девочки! Будьте счастливы, я очень прошу. Любите жизнь, и она ответит вам взаимностью. Цените каждый миг, каждую секунду. Благодарите вам взаимно- радости и несчастья. Жизнь за все ваши бите и будьте любимыми. Ну и конечно, лю-

Все фотографии предоставлены пресс-службой Ольги Бузовой
Интервью с Марией Прокопченко

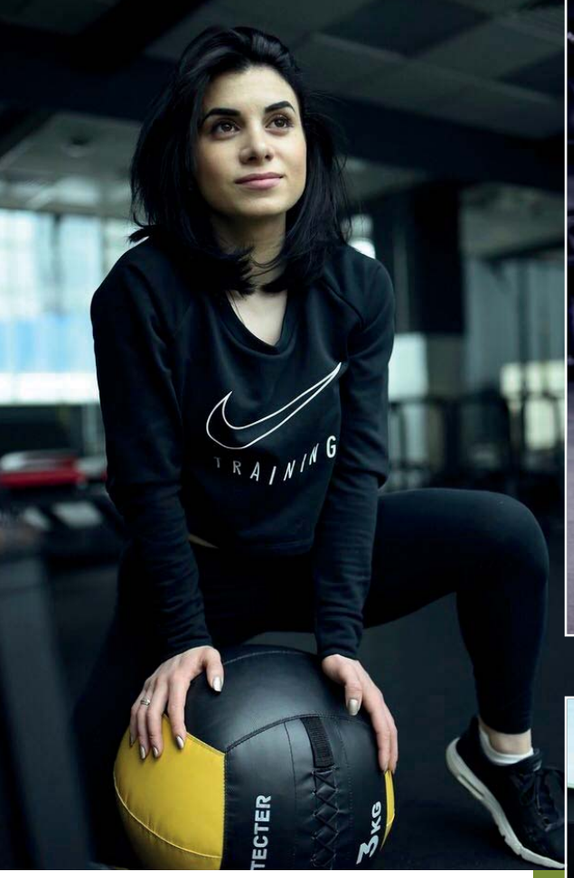
Реклама

ORHIDEJA
LINGERIE



БРЕНД БЕЛЬЯ И КУПАЛЬНИКОВ

БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ НА
WWW.ORHIDEJA.NET



TopStretching – это уникальное пространство, где каждый человек может привести в форму свое тело, улучшить эмоциональное состояние, восстановить душевное равновесие. Получение общего оздоровительного эффекта от занятий в студии растяжки TopStretching – это верный шаг на пути к здоровому образу жизни и благополучию.

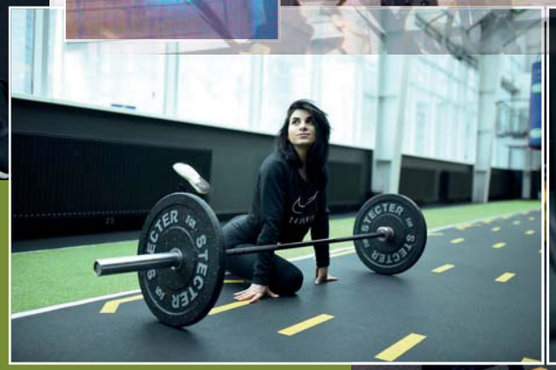
С каждым занятием вы будете ощущать приток жизненной энергии, а изменения, которые будут происходить, воодушевят вас идти дальше.

В СТУДИЯХ ЕСТЬ ТРИ ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЯ:

✓ Школа Шпагата (растяжка ног с целью сесть на все три шпагата за 1-3 месяца)

✓ Aerostretching (комплексная растяжка на полотнах в воздухе)

✓ Функциональный тренинг TRX



TRX

В этой статье мы уделим внимание функциональному тренингу TRX. Самое полезное и важное об особенностях тренировок TRX из интервью с Ани Симонян, тренером по направлению TRX студии TopStretching.

Мария: Почему Вы выбрали для себя именно это направление – TRX?
Ани: Все произошло само собой, долгое время я работала в тренажерном зале, как персональный тренер. Случайно попала в TopStrethingи узнала о петлях TRX, сходила на обучение и начала сама заниматься, а потом и преподавать.

Мария: Расскажите подробнее о TRX, что это направление может дать каждому?
Ани: TRX – это вид спортивного оборудования для занятий с весом собственного тела. Этот вид тренинга **считается безопасным для позвоночника** – в нем отсутствуют осевые нагрузки на позвоночник, поэтому он часто используется и в целях **реабилитации пациентов, имеющих проблемы с позвоночником.**

Кстати TRX в 2009 году в США был признан самым лучшим тренингом. **Многие голливудские звезды в качестве силовых нагрузок предпочитают именно TRX.** Это универсальная функциональная тренировка, которая позволяет не только **развивать все мышечные группы, укреплять связки и сухожилия, но и улучшать гибкость, ловкость, силу, вестибулярный аппарат, выносливость и многое другое.**

Мария: Какие особенности TRX-тренировок именно в студии TopStretching?
Ани: К каждому клиенту индивидуальный подход. Никого не оставим без внимания. День за днем я замечаю, с каким удовольствием люди приходят к нам снова и снова. Спасибо большое всем нашим клиентами за доверие. Мы очень стараемся каждого сделать немного счастливее.

Мария: Сколько раз в неделю оптимально посещать занятия?
Ани: Для начинающих достаточно заниматься 2 раза в неделю, для опытных спортсменов – 3-4 раза. Все зависит от поставленных целей. В любом случае выбор индивидуален, и мы с радостью проконсультируем по подбору программы.

Мария: Что Вы можете сказать об особенности работы в студии TopStretching?
Ани: Я еще никогда и нигде не видела столько талантливых людей, сколько в TopStretching. Команда, с которой я работаю, а также наши гости мотивируют меня каждый день. Здесь всегда сумасшедшая энергетика. И это здорово.

От себя хочу отметить, что TRX-тренинг позволил мне открыть для себя новые возможности своего тела, он вывел мои тренировки на совершенно новый уровень. **TopStretching** – это уникальное пространство, куда приходишь не потому, что надо, а потому, что действительно хочешь.

Ваша Мария Прокопченко

СТУДИЯ РАСТЯЖКИ
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ TRX

Следите за обновлениями, акциями и предложениями в Facebook и Instagram @topstretching Посмотреть расписание и записаться на тренировку можно на сайте www.topstretching.ru

Успех – это преодоление любой сложности на пути!

В гостях у журнала Women's Time певица **LILIT** *– обладательница гран-при всероссийских и международных конкурсов, полуфиналистка проекта «Голос-2», очаровательная девушка, счастливый и жизнерадостный человек!*

Лилит с удовольствием поделится с нами теплыми пожеланиями, откровениями и мудростью в отношениях, расскажет о своем понимании «что такое настоящий успех» и о предстоящем клипе, который обещает удивить своих поклонников!

Мария: Мы знаем, что Вы готовитесь к съемкам клипа, расскажите и об идее и об этапах подготовки?
Лилит: Доброго времени суток. Да, это правда, клип будет весьма необычным. Будем заявлять его появление, как «Впервые в России». Съемки будут в семи локациях, для этого мы собрали достойную команду: режиссеры, операторы, визажисты, гримеры и т.д. Синопсис пока не могу озвучить, так как держим это в строгом секрете. Обещаю вам совершенно новую картинку и неожиданный поворот событий.

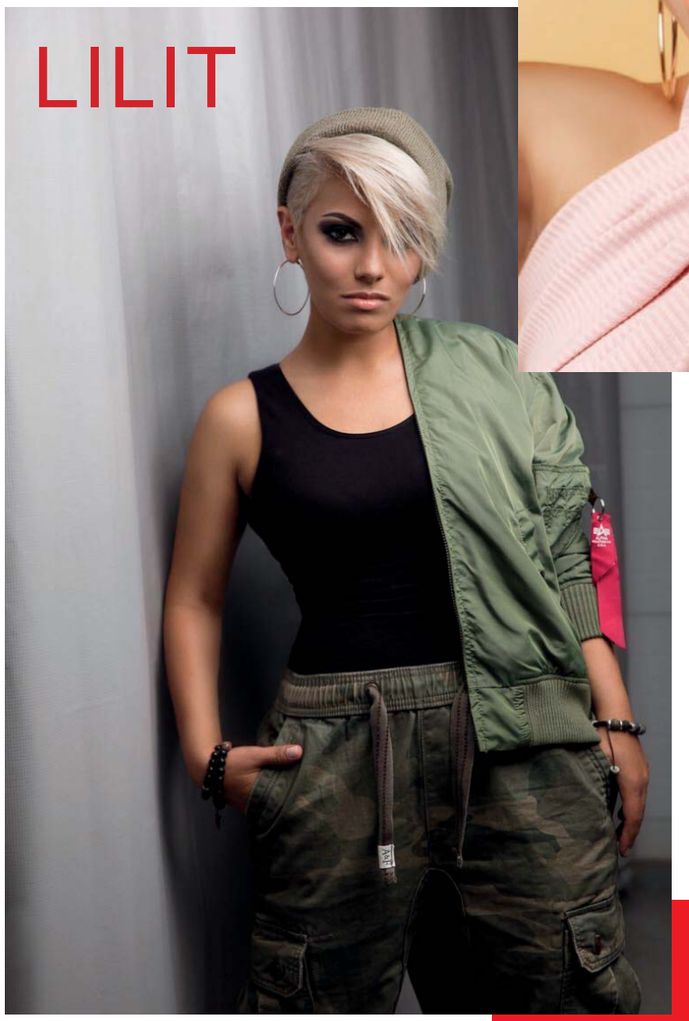
Мария: У каждого слово успех вызывает разные ассоциации. Для кого-то успех – это семья, для кого-то – материальные блага, для кого-то – карьера. Что такое Настоящий Успех для Вас? Что Вы вкладываете в это понятие?
Лилит: Успех для меня – это преодоление любой сложности на пути. А у артиста нелегкий путь, где-то срывы, где-то неудачи. Но упорная работа над собой и своим персонажем дает силы побороть все нюансы и идти вперед к успеху.

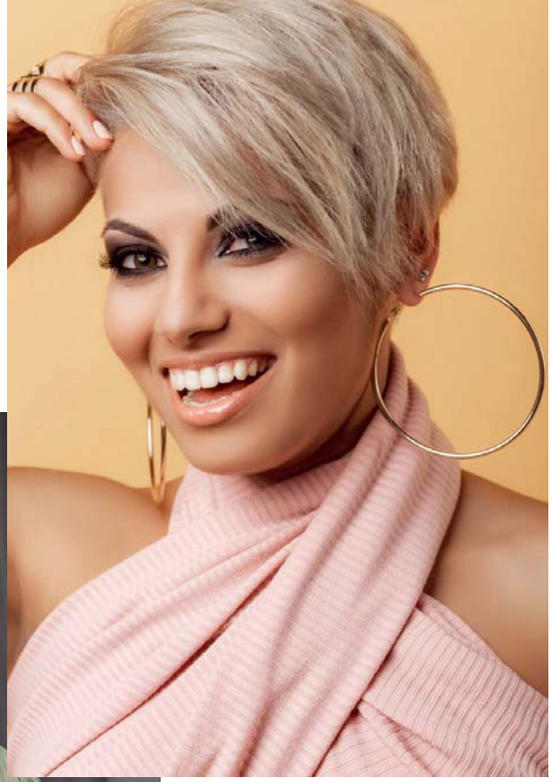
Дорогие читатели и почитатели!
Любите и верьте в себя, будьте готовы в жизни к сумасшедшим поступкам, неожиданным оборотам судьбы!
И главное – будьте честными в отношении самых близких и родных!
С любовью, Ваша LILIT

Мария: Вы такая яркая и жизнерадостная, скажите, что Вас мотивирует, вдохновляет и двигает вперед?

Лилит: Спасибо за комплимент!!! Мотивы просты. Моя семья – моя крепость! Мой супруг не дает мне повода усомниться в себе. Он настойчиво вместе со мной идет к заданной цели. С каждым днем я понимаю, что сделала правильный выбор.

Мария: В нашем журнале мы всегда говорим об отношениях, о семейном счастье. Многие стремятся к замужеству, но стоит ли с этим спешить? Расскажите на своем примере о том, что происходит внутри, когда встречаешь своего человека? Как это было у вас?





Лилит: У нас получилось все очень быстро. Я и сама не поняла, как все поменялось вокруг. Ведь сердцу не прикажешь! Мы встретились на одном из моих концертов и встреча была недолгой. Спустя несколько дней мы познакомились поближе.

Было много романтики и внимания. О чем еще может мечтать девушка?)) Долго ждать не пришлось! Спустя два долгих месяца мы заявили о помолвке. Через месяц сыграли свадьбу и с тех пор мы всегда и везде вместе! Я счастлива в браке уже четвертый год. Чего и хочу пожелать всем влюбленным парам!

Интервью с Марией Прокопченко

Идея. Мечта
МОТИВАЦИЯ

ИДЕЯ, о которой никто ничего не знает, бесполезна, как если бы ее не существовало. Но если она РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ и ЗАРАЖАЕТ всех на своем пути, она становится реальной идеей-вирусом.

Сет Годин, «Идея-вирус»

ТВОРЧЕСТВО – важный элемент успеха, чем бы вы ни занимались.

Гари Плеер, великий игрок в гольф

Важнее быть первым, чем просто лучшим. Если у вас маленькая компания, то порой просто невозможно конкурировать с лидером рынка ни по цене, ни по качеству. Выходом может стать СОЗДАНИЕ ТОВАРА, КОТОРЫЙ ДО ВАС НИКТО НЕ СОЗДАВАЛ.

Гарри Труман, тридцать третий президент США

БИЗНЕС следует НАЧИНАТЬ С КОНЦА – с обеспечения сбыта.

Герберт Ньютон Кэссон, английский предприниматель

ВОЗМОЖНОСТИ – они всегда ВОКРУГ НАС. Чаще всего они окружают нас в виде... грязных работ.

Джон Уонамейкер, крупнейший розничный торговец

Великие умы обсуждают ИДЕИ; средние умы обсуждают события; мелкие умы обсуждают людей.

Марк Твен о своем герое Томе Сойере

Миллионеры – это обычные люди, которые когда-то ПРИНЯЛИ РЕШЕНИЕ добиться из ряда вон выходящих результатов.

Японская пословица

ВЫБЕРИ РАБОТУ, КОТОРУЮ ТЫ ЛЮБИШЬ, и тебе никогда не придется работать в твоей жизни.

Конфуций, китайский мыслитель и философ

ИСКУССТВО коммерции – это не искусство продажи. Это не умение убедить кого-либо сделать покупку. Это искусство СОЗДАВАТЬ УСЛОВИЯ, при которых покупатель сам себя убеждает в этом.

Народная мудрость

БИЗНЕС, ПОЛНОСТЬЮ ПОСВЯЩЕННЫЙ СЛУЖЕНИЮ ЛЮДЯМ, будет иметь только одну проблему – ДОХОДЫ БУДУТ КРАЙНЕ ВЫСОКИМИ.

Генри Форд, американский промышленник и бизнесмен

Нас останавливает не нехватка денег, а отсутствие мечты.
ВСЕ УСПЕШНЫЕ ЛЮДИ – ЭТО БОЛЬШИЕ МЕЧТАТЕЛИ. Они представляют, каким должно быть их будущее до мельчайших подробностей, а потом работают над воплощением задуманного.

Брайан Трейси

НАСТОЯЩАЯ ЦЕЛЬ — это не то, что не дает уснуть ночью, а то, что ЗАСТАВЛЯЕТ ВСТАТЬ РАНО УТРОМ с постели

Омар Хайям

Фото Елена Григорьева

К успеху идут по нехоженым тропам

Акио Морита, один из основателей Sony

ДЕЛО ЖИЗНИ

Бизнес. Успех

Разгадывая СЕКРЕТ УСПЕХА УПРАВЛЕНЦЕВ, стоит смотреть не на решение, а на СПОСОБ, который позволил к нему прийти.

Джастин Менкес

В бизнесе ПОЛУЧАЕШЬ не ТО, чего ты достоин, а то, О ЧЕМ ТЫ ДОГОВАРИВАЕШЬСЯ.

Р. Лайкерт, американский психолог

ВЫ РАЗВИВАЕТЕ ЛЮДЕЙ ТАК ЖЕ, КАК НАМЫВАЕТЕ ЗОЛОТО. Когда вы намываете золото, вы перелопачиваете тонны грязи, чтобы найти единственную унцию золота. Но, естественно, вы не ищите грязь – вы ищите золото.

Эндрю Карнеги, крупнейший американский сталепромышленник

ДАЙТЕ ЧЕЛОВЕКУ ЦЕЛЬ, РАДИ КОТОРОЙ СТОИТ ЖИТЬ, и он сможет выжить в любой ситуации.

Джордж Бернард Шоу, британский писатель и драматург

Если ты СПОСОБЕН ВЫДУМАТЬ что-то, ты МОЖЕШЬ И СДЕЛАТЬ это.

Мирзакарим Норбеков, специалист по альтернативной медицине

КОМАНДА как perpetuum mobile ОЗНАЧАЕТ, ЧТО ВСЁ ФУНКЦИОНИРУЕТ САМО ПО СЕБЕ, и предприниматель не принимает в этом никакого участия. Мы, руководители, – наименее важные люди в команде.

Сет Годин, «Идея-вирус»

Самый лучший руководитель – человек, у которого хватает ума ПОДОБРАТЬ ХОРОШИХ ЛЮДЕЙ для выполнения того, что он хочет сделать, и хватает самообладания сдержать себя и НЕ СОВАТЬСЯ В ИХ ДЕЛА, пока они занимаются этим.

Станислав Ежи Лец, польский поэт и сатирик

Не ИЩИТЕ ЛЮДЕЙ, которые не лгут – их не бывает. Ищите тех, КТО обманывает, но НЕ ПРЕДАЕТ – с такими можно иметь ДЕЛО.

Терри Гибсон

Пока не стало слишком поздно, помните, что ДЕЛО ЖИЗНИ – ЭТО НЕ БИЗНЕС, А ЖИЗНЬ.

Дональд Трамп, американский бизнесмен

Менее успешные менеджеры сконцентрированы на работе, в то время как НАИБОЛЕЕ УСПЕШНЫЕ МЕНЕДЖЕРЫ СКОНЦЕНТРИРОВАНЫ НА СОТРУДНИКАХ.

Закон двух подвохов Фортена

Если вы продаете услуги, вы продаете ОТНОШЕНИЕ К КЛИЕНТУ.

Гай Кавасаки, один из первых работников Apple

Лидер. Мышление. Команда

ЛУЧШИЕ ЛИДЕРЫ – те, которые окружают себя помощниками умнее, чем они сами. Они честно признают это и готовы платить за это.

Льюис Гриззард, актер

Когда одни, видя перед собой пропасть, думают о бездне, есть другие, которые думают о том, КАК ПОСТРОИТЬ МОСТ через нее.

Мать Тереза

Орлы не сбиваются в стаи, ОРЛОВ нужно НАХОДИТЬ ПО ОДИНОЧКЕ.

Джон Максвелл, эксперт по вопросам лидерства

То, КАКИМ КУРСОМ ВЫ ИДЕТЕ, гораздо важнее, чем Ваша скорость.

Тадао Ямагучи, японский публицист и предприниматель

УСПЕХ – это не более чем НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ ПРАВИЛ, СОБЛЮДАЕМЫХ ЕЖЕДНЕВНО, а неудача – это просто несколько ошибок, повторяемых ежедневно.

Джим Рон, всемирно известный философ бизнеса

Сокол ВЫСОКО ПОДНИМАЕТСЯ, когда летит против ветра.

Джим Рон, всемирно известный философ бизнеса

ПОБЕЖДАЕТ ТОТ, КТО МЕНЬШЕ СЕБЯ ЖАЛЕЕТ.

Александр Суворов, великий русский полководец

ВЕСТИ БИЗНЕС БЕЗ РЕКЛАМЫ, ВСЁ РАВНО ЧТО ПОДМИГИВАТЬ ДЕВУШКАМ В ПОЛНОЙ ТЕМНОТЕ.

Карл Генрих Маркс, немецкий мыслитель, экономист и революционер

Сворачивать рекламу, чтобы сберечь деньги, – все равно что останавливать часы, чтобы сберечь время.

Бенджамин Франклин, американский ученый и дипломат

ЧЕМПИОНЫ НЕ становятся чемпионами НА РИНГЕ – ТАМ ИХ просто ПРИЗНАЮТ ТАКОВЫМИ.

Лерой Эймс

Важно, чтобы все бизнесмены поняли, что ОТПРАВНАЯ ТОЧКА БИЗНЕСА – ПОКУПАТЕЛИ ТОВАРОВ, ИХ НУЖДЫ И ПОТРЕБНОСТИ, но не патенты, сырье или опыт торговли.

Гарри Беквит, «Продавая незримое»

ЛИДЕР – это человек, который ВИДИТ БОЛЬШЕ, чем видят другие, который видит ДАЛЬШЕ, чем видят другие, и который замечает РАНЬШЕ, чем заметят другие.

Теодор Рузвельт, 25-й и 26-й вице-президент США

УМЕНИЕ ОБРАЩАТЬСЯ С ЛЮДЬМИ – это товар, который можно купить точно так же, как мы покупаем сахар или кофе, и я заплачу за такое умение больше, чем за что-либо другое на свете.

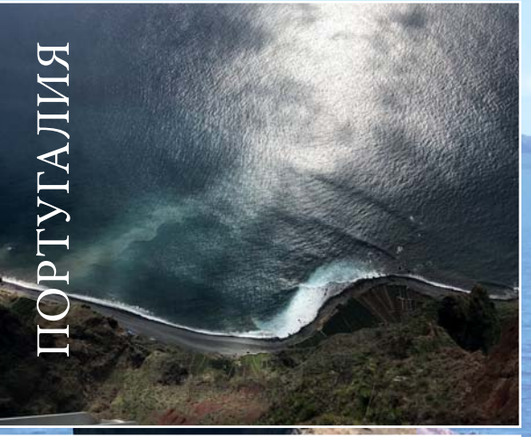
Альберт Эйнштейн, один из основоположников современной физики

СОЗНАНИЕ как парашют – работает только В ОТКРЫТОМ СОСТОЯНИИ.

Джеймс Эрл Джонс, американский журналист

БЛАГОПРИЯТНАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ скрывается среди трудностей и проблем.

Росс Перо, американский предприниматель, миллиардер



ОСТРОВ *Мадейра*

Остров Мадейра – это тропический архипелаг с субтропическим климатом, потрясающим ландшафтом, чистым голубым небом, великолепными долинами и горами. Мадейру по праву называют «Жемчужиной Атлантики». Этот остров – отличный выбор для искушённых путешественников, не оставляющий равнодушным никого.

Интересные факты, которые мы исследовали специально для вас

1. Аэропорт на острове Майдера входит в топ 10 самых опасных аэропортов мира. Международный аэропорт Мадейры с 29 марта был переименован в честь Криштиану Роналду, который здесь родился. Для успешной посадки самолёта необходимо сделать нестандартные манёвры. Интересно то, что большая часть взлетно-посадочной полосы вынесена на несущих железобетонных столбах прямо в океан. Однозначно, взлет и посадка на остров требует крепких нервов как у пассажиров, так и у пилотов. Для того чтобы приземлиться, пилоты вначале берут курс на горы, а потом, в последний момент, им нужно резко повернуть на взлетно-посадочную полосу.

2. Первые дни на острове мы провели в районе Кальета (Calheta), который находится на юго-западном побережье. Созданная в 1430 году Кальета имеет на своей территории огромное множество исторических церквей, это было первое место, исследованное ранними поселенцами.

3. Остров Мадейра – горный пик застывшей вулканической массы.

4. На Мадейре огромное количество уникальных цветов и растений. Около 145 видов деревьев уникальны именно для Мадейры. Эти деревья Laurissilva, растущие только на атлантическом побережье, входят в список мирового наследия ЮНЕСКО.

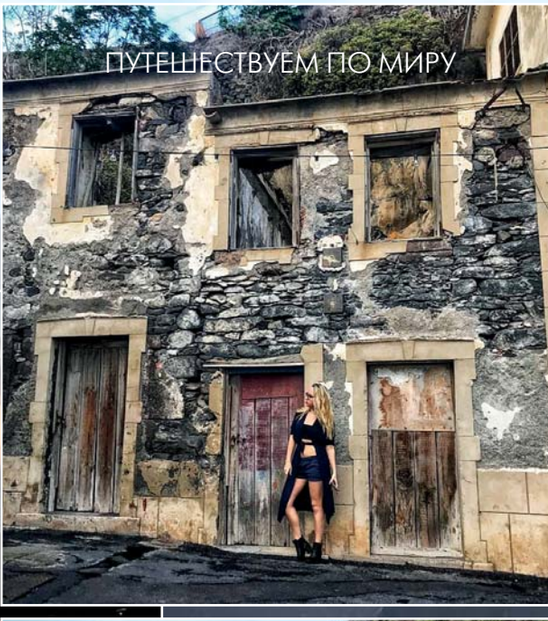
5. Большинство туристов останавливаются в Фуншале, в столице и главном городе-порте острова. Здесь мы провели несколько дней. Этот весьма населенный район послужил отличной отправной точкой для просмотра некоторых уникальных точек, о которых расскажем ниже. Здесь же можно найти множество ресторанов, баров и развлечений.

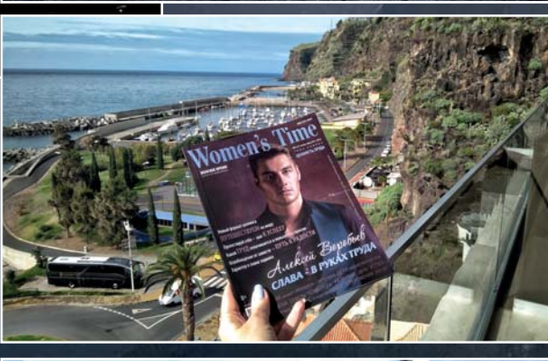
6. Воды Мадейры очень богаты китообразными, по крайней мере 22 зарегистрированных видов. Самая большая вероятность увидеть китов, дельфинов, тюленей, черепах, змей и многих других уникальных созданий на островах Дезерташ, куда отправляются регулярные туры из Фуншала.

7. На Мадейре очень переменчивая и красочная погода. В любой момент может начаться ливень, даже если только что светило солнце. При этом погода ничуть не пугает и не раздражает, а, напротив, удивляет своими уникальными красками.

8. Здесь можно найти множество головокружительных видов.

Места, обязательные для посещения:
Утес Кабо Жирао
Представляет собой оборудованную смотровую площадку с прозрачным дном и открывает вид, который пугает и притягивает одновременно. Кабо-Жирао является вторым по величине утесом во всем мире, он погружен на несколько сотен метров в глубины Атлантического океана, а достигнув дна, устремляется вглубь земли.





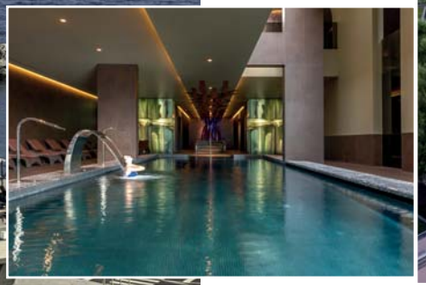
Пик Арейро и Пик Руиво
Главные вершины острова, расположенные на высоте 1820 и 1860 метров над уровнем моря. Покорив эти места, вы сможете воспарить над облаками и насладиться бесконечной свободой, свежайшим воздухом и тишиной.

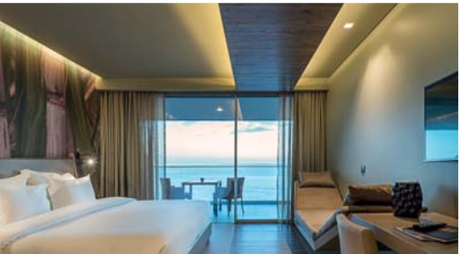
9. На острове есть уникальный город Сантана. Город расположен на востоке Мадейры, с населением 3439 человек. Примечателен он традиционными треугольными домиками с соломенными крышами. Место очень распиаренное, но на самом деле мы бы расстроились, если бы взяли и поехали только сюда. Поэтому советуем взять тур, который будет включать в себя посещение всех вершин, умопомрачительно красивых долин и вместе с этим Сантаны.

10. Очень советую посетить местные рестораны и опробовать национальную кухню Мадейры. Морепродукты – это основная часть рациона жителей Фуншала. И еще обязательно посмотрите на португальские народные танцы, которые представляют собой интересное шоу с песнями и плясками.

Фоторепортаж Марии Прокопченко, и Жанны Тарвердян

Savoy Saccharum





Острова всегда представляются нам неким оазисом, раем на земле, где вокруг нас только невероятные просторы океана и самые красочные на земле пейзажи. Именно в таком месте расположен отель Savoy Saccharum.

Отель Savoy Saccharum навсегда запомнится мне самым восхитительным видом из всех, которые я видела. Панорамные окна и уютный балкон позволяли любоваться видом круглосуточно. Закаты, рассветы, дождь, яркие лучи солнца, всё это было незабываемо красиво.

Отель расположен на пляже Кальета между горным хребтом Мадейра и Атлантическим океаном. К услугам гостей широко оснащенный спа-центр, тренажерный зал, пейзажный бассейн на крыше и конференц-залы.

Дизайн всего отеля и каждого номера в отдельности детально продуман. В оформлении номеров используются изображения сахарного тростника, который выращивается на острове. Среди большого разнообразия номеров имеются апартаменты с собственной кухней.

Savoy Saccharum предлагает своим гостям завтраки и ужины в формате «шведский стол». Также к услугам гостей ресторан с разнообразным меню, летние террасы, 4 бара и принадлежности для барбекю.

В отеле есть собственная детская игровая комната, крытый бассейн с подогревом, а также террасы для загара у двух открытых бассейнов.

Курортный отель Savoy Saccharum находится в 20 метрах от пристани для яхт Кальеты и в 34 км от центра города Фуншал. Настоятельно рекомендую включить в свою программу на острове посещение Кальеты, время, проведенное здесь, будет незабываемо прекрасно.

Royal Savoy

Отель Royal Savoy располагается на берегу залива Фуншал в самом центре города и является отличной отправной точкой для изучения острова.

Отель окружен тропическими садами и представляет собой полноценный курорт с двумя большими бассейнами с подогревом, оформленными в стиле лагуны, а также с частным доступом к пляжу на берегу Атлантического океана. В любой момент дня можно принимать солнечные ванны на открытой террасе на побережье океана.

В дизайне отеля Royal Savoy вы найдете идеальное сочетание экзотических стилей и современной архитектуры. Достоинством всех номеров отеля является панорамный вид на Атлантический океан, который открывается из любой точки номера. Внутреннее убранство номеров позволяет гостям окунуться в атмосферу элегантности и изящества. Я получила колоссальное удовольствие от пребывания в люксе, отличительной чертой которого является полностью укомплектованная мини-кухня.

К услугам гостей бар у бассейна и бар внутри отеля, где по вечерам играет живая музыка и подают освежающие коктейли. В ресторане отеля предлагается обслуживание по меню и по системе «шведский стол». Вы сможете отведать изысканные блюда португальской кухни и разнообразить их блюдами интернациональной кухни.

Всегда приятно после насыщенного дня посетить спа-салон, где можно отдохнуть, поплавать в крытом бассейне, получить сеанс расслабляющего массажа, позаниматься в тренажерном зале.

Персонал отеля будет рад помочь в организации досуга вне отеля, который включает в себя игру в гольф, различные экскурсии, аренду автомобиля и другие активности. На территории отеля предоставляется бесплатная парковка.

Остров Мадейра уникален тем, что прекрасен для его посещения и отдыха в любое время года.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ *на Лазурном берегу*

Лазурный берег – это не просто туристическое направление. Сюда приезжают в поисках особого стиля жизни, полного роскоши и головокружительных видов, которые неподвластны времени. Сюда, конечно же, едут за солнцем, морем и пляжами, но о них я уже писала. Сегодня хочу поговорить о гастрономических удовольствиях, которые характерны для юга Франции.

Итак, в моих планах на выходные были: Ницца, Монте-Карло и Канны, и в каждом направлении я нашла уникальный ресторан. Приглашаю вас на дегустацию вместе со мной.

Расположение
Порт Лимпия – это морские ворота Ниццы. Здесь живописная набережная в сочетании с яхтами рождает превосходный и уникальный вид. Главной особенностью порта является чистейшая прозрачная вода, которая влечет к себе рыболовов со всего города.

Ресторан Les Pêcheurs открывает посетителям панорамный вид на набережную, предоставляя возможность любоваться течением жизни в порту без всяких преград.

История
Ресторан Les Pêcheurs был открыт в 1945 году и предлагает средиземноморские блюда. Это не просто очередной ресторан морской кухни, это уникальный опыт, благодаря которому вы сможете опробовать на вкус свежие морепродукты, выловленные специально для вас. С 2014 года ресторан отмечен в престижном гиде Мишлен.

Меню от шефа
Traditional Bouillabaisse
Оригинальный провансальский рыбный суп «буйабес»

Lobster Thermidor
Лобстер «Термидор» – французское аристократическое блюдо, рецепт которого был создан в XIX веке известным французским ресторатором Огюстом Эскофье (Georges Auguste Escoffier).

Tarte Tatin
Французский яблочный пирог «Тарт Татен», который подается с ванильным мороженым.

Cremes Brulees
Нежнейший десерт – крем-брюле

Все блюда имеют уникальный и насыщенный вкус и подаются большими порциями, которые можно разделить на двоих. Данное меню – идеальный выбор для ужина на двоих.

Если вы хотите подарить себе незабываемый вечер в Ницце, ресторан Les Pêcheurs – лучший выбор! Вас ждет высокий сервис, первоклассная кухня, большой выбор вин и приятная дружелюбная атмосфера.

Les Pêcheurs
18, quai des Docks
06300 Nice
Tel : +334 93 89 59 61
info@lespecheurs.com

Fairmont Monte Carlo Horizon Deck

Расположение
Ресторан Horizon Deck расположен на проспекте Spelugues в Монте-Карло, на территории отеля Fairmont. Это ресторан с круговым обзором 360 градусов, панорамными окнами в пол и открытой террасой. Посетителям открывается вид на легендарный Оперный Театр Княжества, Дворец Принца и казино – на фоне знаменитого блеска лазурного побережья Средиземного моря.

История
Ресторан с романтичным названием «Horizon Deck», которое на русский язык переводится как «взгляд на горизонт», является отличным местом для ланча и ужина. Во время ужина в ресторане действует дресс-код. Советую заранее забронировать столик, чтобы для вас не стало неожиданностью отсутствие свободных мест.

МОНТЕ-КАРЛО

Меню от Шефа
Rockfish soup, rouille sauce and croutons
Рыбный суп с прованским густым чесночным соусом Руй и гренками

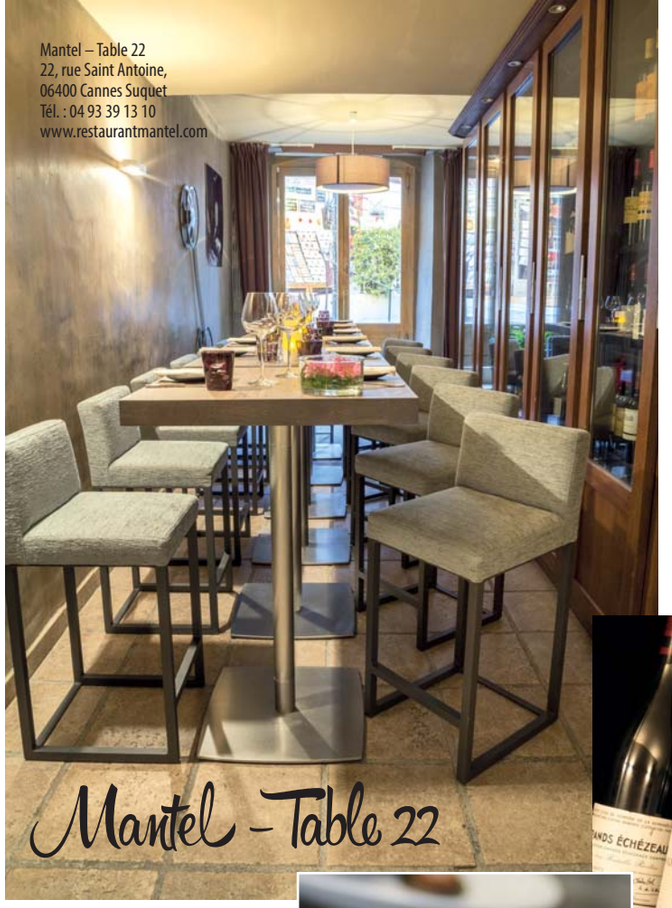
Romaine salad with crispy chicken, anchovies and parmesan
Салат Цезарь

Scallop and prawn risotto with mild spices
Ризотто с креветками и гребешками

Roasted beef fillet, potato gratin
Жареное филе говядины, картофельный гратен

Мы посетили ресторан Horizon Deck во время ланча, так как хотели насладиться видами при свете дня. В дополнение к изысканному меню нам был подан специальный десерт от шефа – торт на день рождения. Это был нежнейший торт, с надписью и шикарной подачей. Если планируете отмечать день рождения или важное событие, свяжитесь с рестораном заранее и вам помогут всё спланировать и приятно удивить близкого.

Fairmont Monte Carlo
12, avenue des Spélugues
98000 Monaco
Tél. : +377 93 50 65 00
fairmont.com/montecarlo



Mantel – Table 22
22, rue Saint Antoine,
06400 Cannes Suquet
Tél. : 04 93 39 13 10
www.restaurantmantel.com

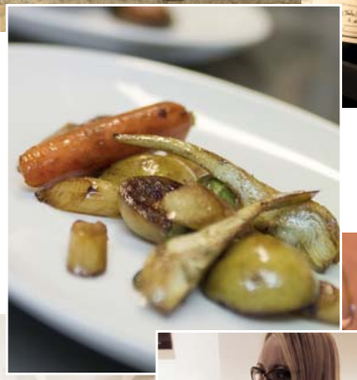
Mantel – Table 22

Меню от Шефа
Pumpkin soup
Тыквенный суп

Italian risotto with broccoli
Ризотто с брокколи

Filet of beef with pure sea salt and season vegetables
Филе говядины с чистой морской солью и сезонными овощами

Special raspberry dessert
Специальный малиновый десерт на день рождения



Расположение
Ресторан Mantel расположился неподалеку от знаменитой набережной Круазетт и Дворца Фестивалей и конгрессов, в живописной части города Лё Сюке. Изысканный и современный интерьер превосходно сочетается с прованской кухней и предлагает большое разнообразие блюд средиземноморской кухни.

История
Ресторан знаменитого шеф-повара Ноэля Мантеля более десяти лет радует гурманов со всего света. До открытия своего ресторана Ноэль работал в отеле Негреско в Ницце, у Алана Дюкассо в Монако и отеле Muscadins. В ресторане Mantel вы сможете опробовать самые неожиданные и вкусные сочетания, например, ризотто, кролика с тимьяном или жареные цветы цуккини.

Ресторан Mantel стал прекрасным завершением наших выходных на Французской Ривьере. Уютная атмосфера, вино и французский акцент… Ах, это было неповторимо!

КАННЫ

Hammamhane
Firuzaga Mah. Cukurcuma Cad. No.45
Beyoglu 34425 Istanbul
Tel : +90 (534) 642 01 43
www.hammamhane.com

СТАМБУЛ

Гостевой дом Hammamhane расположился в отреставрированном здании в самом сердце квартала Чукуркума, в нескольких минутах ходьбы от художественных галерей, дизайнерских и антикварных магазинов, а также разнообразных ресторанов и кафе.

Номера

Все люксы гостевого дома Hammamhane оформлены в современном стиле и имеют очень высокие потолки, что создает особый простор. В каждом номере есть кондиционер, телевизор с плоским экраном и системой подогрева пола. Но главное, в каждом номере вы найдете собственную оборудованную кухню, что прекрасно для тех, кто захочет в один из вечеров никуда не идти, а просто остаться дома и насладиться вечером вдвоем. На кухне предоставляются кухонные принадлежности,также можно воспользоваться стиральной машиной. В некоторых люксах есть терраса.

Каждое утро для гостей сервируется традиционный завтрак, а также подаются фреши, кофе и чай.

Знаменитая башня Галата находится в 1,2 км, а до района Топхане или площади Таксим можно дойти всего за 10 минут. Расстояние до аэропорта имени Ататюрка составляет 20 км, и до него можно с легкостью добраться как на такси, так и на общественном транспорте.

Peradays
Kamer Hatun, Hamalbaşı Cd. No.32,
Beyoglu 34435 İstanbul
Tel : +90 212 245 12 70
Tel 2 : +90 212 245 12 71
www.peradays.com

СТАМБУЛ

Бутик-отель Peradays расположился в историческом районе Бейоглу, в европейской части Стамбула. В отеле царит уютная домашняя атмосфера, сюда очень приятно возвращаться после насыщенного прогулками и шопингом дня.

Каждое утро в отеле Peradays сервируется сытный завтрак, который летом можно отведать на открытой террасе.

Номера

Все номера отеля Peradays выполнены в особом стиле. Мне особенно понравилось то, что здесь абсолютно всё говорило нам о том, что мы в Стамбуле. Среди разнообразия номеров вы найдете двухэтажные лофты, которые с удовольствием можно обжить под себя. На территории всего отеля предоставляется бесплатный Wi-Fi. Среди удобств во всех номерах обустроена собственная ванная комната, имеется мини-бар и принадлежности для приготовления чая и кофе.

Бутик-отель Peradays находится в 5 минутах ходьбы от станции метро Sishane и торгового центра Demiroren, а также менее чем в 10 минутах ходьбы от площади Таксим.

Sunset Grill&Bar

Sunset Grill&Bar
Kuruçeşme Mah. Yol Sok. No: 2
Ulus Park, Ulus
Beşiktaş, İstanbul
www.sunsetgrillbar.com

СТАМБУЛ

Расположение
Ресторан Sunset Grill & Bar расположен на вершине холма в престижном районе Улуса. Гостям ресторана открывается захватывающий вид на Босфор, Босфорский мост и азиатскую береговую линию. В вечернее время вы сможете насладиться ярким Стамбулом, усеянным огнями.

История
Ресторан Sunset Grill & Bar был открыт в 1994 году и по сей день является одним из ведущих ресторанов изысканной кухни в Стамбуле. Первоначально ресторан специализировался на Калифорнийской кухне, а также подавал лучшие стейки на гриле во всем городе. Со временем в меню были добавлены различные аутентичные вкусы турецкой кухни и суши-бар для взыскательной клиентуры, который включает в себя выбор стартеров и основных блюд. Меню регулярно обновляется в зависимости от сезона.

В ресторане очень приятная атмосфера, которая отлично подойдет как для деловых переговоров за ужином, так и для замечательного вечера с друзьями или своей половиной. Меню, которое предложено дальше, мы продегустировали на двоих. Честно говоря, даже не осмелюсь какое-то блюдо особенно выделить, все они были прекрасно приготовлены.

Меню от Шефа
Salmon & Sea bass sashimi with ginger and yozu soy sauce
Лосось и морской окунь сашими с имбирем и соевым соусом йозу

Slow braised beef cheek & wild mushroom risotto
Тушеная говяжья щека и ризотто с грибами

Pan-fried Duck Foie Gras with Teriyaki Miso sauce
Обжаренная во фритюре утка с соусом Терияки Мисо

Lobster
Лобстер

Frou-Frou with almond cream, apple, caramelized walnuts and caramel sauce
Специальный десерт с миндальным кремом, яблоком, карамелизированными грецкими орехами и карамельным соусом

Chocolate soufflé with chocolate ice cream, chocolate tuile and rasberry sauce
Шоколадное суфле с шоколадным мороженым и клюквенным соусом

Duble Meze Bar

Duble Meze Bar
Meşrutiyet Caddesi No: 85
Palazza Donizetti Kat: 7
Pera, Istanbul, 34400
www.dublemezebar.com

СТАМБУЛ

Расположение
Duble Meze Bar расположен на крыше исторического отеля Palazza Donizetti в самом центре города. Этот бар открывает своим гостям панорамный вид на город и позволяет, погрузившись в атмосферу элегантности и роскоши, получить уникальный в своем роде гастрономический опыт.

История
Duble Meze Bar предоставляет гостям выбор из холодных и горячих закусок. Здесь проводятся своего рода дегустации, что весьма интересно как для больших компаний, так и для пар. За один вечер вы можете опробовать колоссальное количество вкусов и отправиться в путешествие по странам Ближнего Востока и Малой Азии.

Местные продукты играют по-новому за счет новейших и нестандартных методов приготовления пищи. Здесь вас ждут сезонные ароматы Стамбула и прекрасный выбор напитков, как алкогольных, так и безалкогольных.

Здесь мы позволили себе попробовать всё самое экзотическое и интересное и не ошиблись. Мы получили колоссальное удовольствие от вечера, я открыла для себя некоторые блюда, о существовании которых даже не знала.

Меню от Шефа
COLD MEZES
Холодные закуски

Tulum pate with pistachio
Паштет с фисташками

Octopus salad
Салат из осьминога

Circassian chicken
Черкесская курица

WARM MEZES
Горячие закуски

Turkish ravioli
Турецкие равиоли

Pastrami wrapped shrimp
Креветки с пастрами

Grilled octopus
Осьминог на гриле

Grilled liver
Печень на гриле

Pan roasted spicy lamb
Пряный ягненок

Roasted aubergine with three cheese
Жареный баклажан с тремя сырами

Sans Restaurant

СТАМБУЛ

Расположение
Ресторан Sans расположился в двухэтажной вилле в центре жилого и корпоративного района Левент. При этом за счет сада, который окружает ресторан, он являет собой некий оазис, уголок тишины, умиротворения и спокойствия. Очень приятное и романтичное место.

История
Ресторан Sans был открыт в 1992 году и сервирует блюда современной турецкой и средиземноморской кухни уже 26 лет. Ресторан удостоен множества гастрономических наград и отмечается в рейтингах за высокий и превосходный сервис. Ресторан Sans удостоен награды «Wine Spectator» (это один из самых выдающихся винных журналов в мире).

Меню от Шефа
Fish Soup
Рыбный суп

Pan Seared Goose Liver, Cornelian Cherry Quince, Carrot Puree, Balsamic Reduction
Гусиная печень, которая подается с морковным пюре и бальзамическим соусом

Fresh Spinach Roots cooked with Olive Oil
Свежие корни шпината, приготовленные с оливковым маслом

Zucchini Blossom filled with Various Spices
Цветки цукини с различными специями

Wild Sea Bass, Saffron Potato, Baby Carrot, French Beans, Bisque Sauce
Дикий морской окунь, который подается с картофелем, морковью, фасолью и особым соусом

Slow Cooked Beef Rib, Lemon Risotto, Pomegranate Reduction
Тушеная говядина с нежнейшим ризотто

Strawberry Mille-Feuille
Особый клубничный десерт

Raspberry sorbet
Малиновый сорбет

Некоторые сотрудники работают в ресторане с самого его основания. Думаю, именно за счет такой теплой семейной атмосферы и особого отношения создается впечатление домашнего уюта, именно поэтому сюда хочется возвращаться снова и снова.

Sans Restaurant
Hacı Adil Cad. Palmiye Sokak No:1
Levent, Istanbul
www.sansrestaurant.com

Smile STD clinic КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

СОВРЕМЕННАЯ СТОМАТОЛОГИЯ И КОСМЕТОЛОГИЯ
ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ КВАЛИФИКАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ
СОВРЕМЕННОЕ ОСНАЩЕНИЕ. СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
ОТКРЫТАЯ, УМЕРЕННАЯ ЦЕНОВАЯ ПОЛИТИКА
РАССРОЧКА НА ВСЕ ВИДЫ УСЛУГ

КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К КОСМЕТОЛОГУ

Угревая болезнь, акне, постакне
Признаки старения и увядания кожи, гравитационный птоз
Пигментные пятна, эфелиды (веснушки), хлоазма, мелазма, «маска беременности»
Сухая, тонкая, обезвоженная кожа, купероз
Целлюлит, локальные жировые отложения

СТОМАТОЛОГИЯ

Терапевтическая стоматология
Ортопедическая стоматология
Хирургическая стоматология
Ортодонтия
Отбеливание зубов
Имплантация зубов
Гигиена и профилактика

~~15 000~~
9750 рублей
15 процедур

КОСМЕТОЛОГИЯ УХОД ЗА ТЕЛОМ

Элос-эпиляция. Фотоэпиляция
Обертывание под термоодеялом
Кавитация – безоперационная липосакция

LPG МАССАЖ ТЕЛА – КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ

Уменьшение объемов тела
Исчезновение целлюлита
Удаление жировых отложений
Устранение дряблости кожи
Тонус и эластичность кожи
Улучшение кровоснабжения
Освобождение от стрессов

КОСМЕТОЛОГИЯ. УХОД ЗА ЛИЦОМ

ПЛАЗМОЛИФТИНГ
Забор крови
Центрифугирование крови
Инъекционное введение

Мезотерапия
Биоревитализация
Удаление сосудов
Уходовые процедуры для лица
Механическая чистка лица
Комбинированная чистка лица
Ультразвуковая чистка лица
Алмазная дермабразия
Химический пилинг
Физиотерапевтические процедуры
Лазерный карбоновый пилинг
Фотоомоложение
Удаление пигментных пятен
LPG-массаж лица

Консультации специалистов
БЕСПЛАТНО

м. Измайловская
Заводской проезд, дом 10
3 минуты пешком от метро
+7 (499) 343 93 94 / 165 40 07

SMILE-STD.RU

Реклама

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Эмоциональное выгорание SOS!!!

Кто из нас, полностью отдаваясь работе или погруженный в домашний быт, не чувствует себя «загнанной лошадью». Не остается времени на личные дела, нервное напряжение, снижение работоспособности вызывает подавленное состояние, раздражительность. Срываемся на близких, страдают взаимоотношения, замыкаемся в себе, мучаясь самоупреками, перестаём испытывать радость от жизни. Внутренние ресурсы расходуются постоянно, а восстановить их весьма сложно.

Почему нельзя игнорировать свои чувства и эмоции?

Не зря говорят, что «все болезни от нервов». Такие заболевания как гастрит, гипертония, ожирение, простатит, язва, псориаз и многие другие недуги зачастую являются последствиями стресса. То, что стресс и нервное напряжение разрушающе воздействует на нашу иммунную систему, давно перестало быть только гипотезой.

Стресс – это не то, что с вами случилось

Неблагоприятные обстоятельства и жизненные факторы, частые конфликты, отсутствие взаимопонимания случаются в жизни многих из нас. Принято происходящее считать стрессом, но «стресс – это не то, что с вами случилось, а то, как вы это воспринимаете», – Ганс Селье. И на самом деле, действительность требует от нас разумного мышления и волевых решений.

«Люди, вы страдаете от самих себя», – Эдвард Бах

Философия этого английского ученого была проста: «не позволять бессознательным состояниям укореняться в нашем сознании». Многолетними наблюдениями и исследованиями Бах выявил выявил 38 негативных состояний психики, которые нарушают гармоничное состояние человека. Например: страх, тревога, паника, раздражительность, обидчивость, неуверенность в себе, ревность – все эти негативные эмоции способны оказывать влияние не только на восприятие себя и окружающего мира, но и на физическое состояние организма.

Величайший подарок – «Цветы Баха»

Бах создал новую терапевтическую систему из 38-и препаратов из эссенций цветов – исключительно для коррекции негативных эмоциональных состояний и и дезадаптирующих черт характера. Его средства способны естественным образом восстановить душевную гармонию и эмоциональный баланс, межличностные взаимоотношения и личностное самовосприятие.

Душа цветка лечит душу человека

Сегодня медики стали понимать, что болезнь – это нарушение энергетических процессов в клетке и межклеточном пространстве организма, и большинство болезней относят к психосоматическим. А вот доктору Баху, успешному бактериологу и иммунологу своего времени удалось почти сто лет тому назад не только понять, но и шагнуть намного вперед. Бах руководствовался единством Человека и окружающей Природы и нашел в цветках некоторых растений энергию, способную восстановить заблокированную и утраченную жизненную силу человека. Их он называл растениями высшего ранга, а лекарства из этих растений люди стали называть «Цветы Баха».

www.bfr.ru
8(495) 504-90-44 (Москва)
8(800) 505-65-07 (Россия)

Процесс подбора «Цветов Баха» – самопознание

Благодаря доходчивому и доступному описанию характеристик цветочных препаратов, написанных Бахом, каждый человек самостоятельно может подобрать для себя оптимальные средства, прислушиваясь к чувствам и руководствуясь разумом. Примеры: эссенция осины помогает избавиться от тревоги, эссенция лиственницы повышает самооценку, эссенция ивы помогает нейтрализовать чувства обиды и несправедливости, грецкого ореха – повышает возможности адаптации, губастика – используется для борьбы с конкретными страхами, сосны – при чувстве вины и самоупрёках. Можно выбрать несколько препаратов, тем самым вы создадите для себя свое индивидуальное комплексное средство.

Почему сам Бах создал только один комплекс – Рескью Ремеди?

Доктор Бах считал каждого человека индивидуальной личностью. Он изучил, что люди одного типа поразному реагируют на одинаковые жизненные проблемы, и поэтому для каждого из них понадобятся разные, для каждого свои цветочные препараты. А во время стрессовой ситуации всем необходимо не потерять контроль над собой, не впадать в панику, не испытывать состояния ужаса, быть собранным и избежать эмоционального шока. Именно из пяти цветочных эссеций, оказывающих эти воздействия, Бах создал препарат от стресса – Рескью Ремеди, в переводе с англ. языка – средство спасения. Всего 3-4 капли (под язык) быстро успокаивают, снимают волнение и нервное напряжение в любой стрессовой ситуации (до, во время, после). Маленький флакончик с дозатором (пипетка или спрей) удобно иметь всегда при себе.

«Величайший подарок, который вы можете предложить другим, – это прежде всего самому стать счастливым и полным надежд, после чего вы сможете вызволить других из состояния отчаяния».

Д-р Эдвард Бах

С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ! *Артур Еремеев*

26 декабря в баре The Standard ярко прошел день рождения – юбилей, 30-тилетие PR-директора, бренд-менеджера и продюсера Артура Еремеева! Человек, у которого много друзей и с каждым днем добавляются новые знакомства! Изюминка его личности в том, что и они становятся друзьями!

Вечеринка прошла при поддержке многих компаний: Boom праздник, HC Moscow, Light Point, Pure, Z Brothers, Led Red Company.

Гостей встречали фантастическими напитками и коктейлями, а в завершении всех ждал – шикарный торт. Весь вечер гостей приветствовали и украсили праздник своим выступлением звезды российского шоу бизнеса и фантастические шоу балеты Эффериум, Эльсото и шоу Рика, Show Quintessence. Весь вечер гостей развлекали ведущие на сцене Артем Шалимов и Арпине.

Среди гостей были: Анастасия Волочкова, Дмитрий Оленин, Роман Пашков (группа Градусы), Арсений Бородин (группа Челси), Данте, Зиверт, Джулия Дилуа, Олеся Шикун, Мария Букатарь (группа Пропаганда), Анастасия Шевченко, Ольга Жук, Лопатина Елизавета (мисс Москва 2017), Софи Антуанет Дилуа (Fashion TV), Лилит, Стейси, Макс Гор и многие другие.

MELON RICH. ЮБИЛЕЙ ЖУРНАЛА

Певица Людмила Соколова, LILIT, Оксана Казакова, IVAN, Павел Соколов, Букатара, Марина Дрождина (солистка группы HI-FI), группа «Один на двоих» и другие талантливые артисты поздравили **журнал Melon Rich** с юбилеем. Журнал отметил свое 5-летие в ресторане «Гусятникоff». Российско-американский актер Александр Рапопорт рассказал о том, как заграницей относятся к русским женам.

Гостей встречали огромные собаки-львы – тибетские мастифы от питомника Lovely from Bordo. Гостеприимная атмосфера, элегентные угощения и напитки сделали вечер приятным и незабываемым. Кульминацией вечера стал 12-ти киллограммовый торт от официального кондитера Всероссийского фестиваля Melon Kids Ивана Чупова, участника проекта.

БЦ West Park, 6 эт. В-601
+7 495 269 18 49

ДеЛюксМед
клиника эстетической медицины

ПЕРЕДОВОЙ ДИОДНЫЙ ЛАЗЕР
MeDioStar NeXT PRO

ЛАЗЕРНАЯ ЭПИЛЯЦИЯ КОЖИ

ОБЩЕЕ ОМОЛОЖЕНИЕ КОЖИ

ЛЕЧЕНИЕ АКНЕ

УДАЛЕНИЕ СОСУДИСТОЙ СЕТКИ И ПИГМЕНТНЫХ ПЯТЕН

ВСЕ ПРОЦЕДУРЫ БЕЗОПАСНЫ И БЕЗБОЛЕЗНЕННЫ!

АКЦИЯ

Лазерная эпиляция на MeDioStar NeXT PRO
*Ноги полностью, подмышечная область, глубокое бикини, белая линия живота и верхняя губа
6000р

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Реклама

LuxestarZ Russia, Moscow
+7 962962 3254
LuxestarZ Europe, Barcelona
+34 66255 7316

GAUDI® by LuxestarZ, Italy, Milan

gaudi.luxestarz.com
luxestarz.org
LuxeStarz
@gaudicosmeceuticals
cosmetology@luxestarz.com

Реклама

VESTORO
by Jimmy Kotwani

SCABAL
A PASSION FOR CLOTH

Loro Piana

DORMEUIL

Ermenegildo Zegna

Реклама

Реклама

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОШИВ ДЕЛОВОЙ ОДЕЖДЫ

Москва, ул. Новый Арбат д.36с3
ТЦ “Сфера” | -1 этаж

+7 (495) 725-05-64
www.vestoro.com

IMESA
ИТАЛЬЯНСКИЙ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
Нужно немного, чтобы
вызвать улыбку,
и достаточно улыбки,
чтобы все стало
возможным.
Авторская стоматологическая клиника
доктора Ломакиной Натэлы
+7 (495) 151 88 25
Москва, м. Аэропорт, Ленинградский проспект д 45Г к14
imesa-dent.ru