

СПРАШИВАЛИ - ОТВЕЧАЕМ

? *Моя дочь увлекается раскуриванием благовоний - ароматических палочек. Не вредно ли это для здоровья?*

Отвечает Михаил Бортко, врач-терапевт, клиника "Гармония":

В России наиболее популярны бамбуковые соломинки, на которые по специальной технологии наносится угольный порошок, пропитанный эфирными маслами, или смесь трав, масел, меда и других ароматных и лечебных компонентов (масала). Применение таких палочек очень разнообразно, помимо привычного окуривания помещений для создания приятной атмосферы, некоторые врачи прижигают ими биологически активные точки; так же их кладут в стиральную машину во время стирки белья, в шкафы - от моли и для ароматизации вещей; их ставят (не зажигая) в вазу с живыми или сухими цветами. В принципе, их применение безвредно, если только человек не страдает аллергией. Однако, если ваша дочь уже давно пользуется палочками и никакого ухудшения состояния раньше не наблюдалось - для нее благовония абсолютно безвредны. Единственное, что стоит порекомендовать - не жечь на ночь палочки, поскольку все тот же бамбук ухудшает сон и несколько удлиняет процесс засыпания.

? *Недавно переставила с подоконника на шкаф остролистное растение. И с тех пор чаще начала болеть голова. Может ли форма и месторасположение цветка влиять на самочувствие?*

Отвечает флорист Игорь Алексенко, салон "Флора":

Конечно, месторасположение растений в комнате или офисе безусловно влияет на состояние человека. И даже форма цветка вызывает отрицательные или положительные эмоции. Не зря ведь специалистами доказано, что кактусы и другие остролистные растения вызывают агрессию. Поэтому не рекомендуется их держать в комнате или квартире, если вы склонны к депрессиям, взбалмошны и раздражительны. Однако в офисе кактусы как раз рекомендуют держать рядом с компьютером - они поглощают вредные излучения техники. Положительно влияют на психическое состояние человека растения с округлыми листьями и общей формой. Лучше всего держать комнатные растения на подоконниках - это полезно и для цветов и для людей. Объясняется это тем, что растения как бы "защищают" человека от пространства, расположенного за окном, и от внешних раздражителей.



? *Купила ловушку для снов, а сны не "ловятся", почему?*

Отвечает Сергей Красниченко, консультант магазина "Путь к себе":

Скорее всего, вы неправильно повесили ловушку. Это устройство необходимо повесить в дверной проем спальни, напротив кровати. Именно так делали индейцы, от которых ловушки пришли к нам. От ветра ловушка будет слегка покачиваться, тем самым успокаивая вас, и "ловить" для вас самые хорошие сны.



**ИСТОРИИ
ПРО
ИЛЬЮ
МУРОМЦА**

СО СМЫСЛОМ

Илья и Соловей

ПРО ВЕЖЛИВОСТЬ

Едет Илья Муромец по лесу. Вдруг видит - на дубе сидит Соловей-Разбойник. Соловей ему и говорит:

- Так, мужик. Слезай с коня, кладешь рядом булаву, снимаешь кольчугу и сапоги, сверху кладешь все деньги, гайки - короче, все мне оставяешь, а сам молча проваливаешь. Илья, мягко говоря, офигел: - Ты че, Соловей... Ну-ка слезай,

сейчас я тебе морду бить буду! Соловей достает мобильник, звонит:

- Алле, Горыныч? Тут какой-то козел совсем оборзел. Говорит, слезай, морду бить тебе буду. Что? Как зовут? Эй, мужик, тебя как звать-то?
- Илья Муромец!
- Слышь, Горыныч, говорит, Илья Муромец... Да. Да. Понял. Слезаю...

Илья и Горыныч

ПРО НЕНАВЯЗЧИВОСТЬ

Пришел как-то Змей Горыныч домой после работы. Устал как черт. Ну, думает, щас отдохну. Наливает воды в джакузи, достает из портфельчика свежее купленный детективчик, виски из барчика, сигарки кубинские. Только все налилось, только забурлило - звонок в дверь. Пошел открывать. Стоит Илюша Муромец. В телогрейке, ушанке, валенках, небритый, чумазый.

- Те че, Илюш?
- Ну че, змей. Выходи биться будем. Спасу нет как биться хочу.
- Да ты смотри сколько времени-то. Приходи завтра к 9.00, ко мне в офис все обсудим, решим. Секретарша у меня красивая, чай попьем, ну, там, бутербродики опять же.
В общем уболтал Илюшу и тот ушел. Только сел в джакузи, только за-

тянулся, отпить не успел - звонок. Ну, понятное дело, сырыми ногами по персидскому ковру. Открывает - Илюша.

- Не, вот завтра может и хотеться не будет. Выходи давай, чудо змееголовое, ща я те головы потрубаю.
- Илюш, может у тебя горе какое, может домой не на чем доехать, а? На тебе тридцатку, и ступай с богом.
Ну взял Илюша тридцатку, ушел. Сидит Горыныч в джакузи. Бутылочку допил. Детективчик дочитывает. Кайф по полной программе... Звонок.

Подходит к двери, закрыл на цепочку, просунул одну голову посмотреть кого нечистая принесла. Ну, Илюша ему мечом эту голову взял и отфигачил. Одна из оставшихся голов поворачивается к другой и говорит: "Не, ну не дебил, а?"

Битва с Мамаем

КАК ОБЫЧНО, НАШИ ПОБЕДИЛИ

Налетели татары на землю русскую, бражничают, города жгут, девок и детей малых в полон берут. И пришли старцы к Илье Муромцу, спасай, говорят, Илюша, землю русскую от врага ненавистного. Решил Илья постоять за родину и вызвал хана Мамаю на поединок.
- Биться будем на палицах, по три удара каждому.
Кинули жребий воины, выпало бить Мамаю первому. Раз ударил Мамай - стоит богатырь,

два ударил Мамай - вошел Илья в землю по колено, три ударил Мамай - вошел Илья в землю по грудь. Вылез Илья, отряхнулся, испил водицы ключевой, обломил дубок пятилетний, да как ударит Мамаю поганого! Стоит Мамай! В другой раз ударил Илья - стоит Мамай! Третий раз ударил Илья - стоит Мамай! Только уши из задницы торчат.

прислал А.Сашин, г. Вильнюс

ПИСЬМА

Скушал булку, скушал две - помрачнело в голове

"На днях, в одной из притч о суфиях, я прочел слова о том, что в древности очень большое внимание уделялось правильному питанию. Этот вопрос ставился, чуть ли не на самое главное место при духовных преобразованиях для ученика. Мне самому довелось реально ощутить на себе важность этого вопроса. В один из дней это стало мне настолько очевидно, что отныне я очень разборчиво отношусь к продуктам питания своего стола.

Это было как образец. Яркий пример того, как может быть. В один день, пребывая в замечательнейшем настроении, как обычно, не завтракая до дневного времени, я испытывал небольшое чувство голода и решил перекусить. Съеденные мною небольшое количество сыра и паштета с хлебом не принесли удовлетворения и сытости, а напротив, разожгли во мне еще более острое чувство голода. И тогда, наевшись досыта окончательно, я вдруг с удивлением заметил, как мое легкое, воздушное состояние эйфории улетучилось по мере моего насыщения. Взамен этому состоянию наступило гнетущее, давящее своими серыми мыслями настроение. В течение буквально получаса я переместился от одного конца шкалы моего настроения к другому и все это, благодаря лишь обычной пище."

Денис М.

Искренность - дорога к чудесам

"С каждым днем во мне все более твердо формируется убеждение в том, что не только мои конкретные дела, но и мои мысли и желания обретают вполне конкретную форму. Уже не раз мною было замечено, что то дело, которым я загораюсь и искренне желаю его удачного разрешения, совершается само собою, иногда, даже без моего прямого участия. Это, конечно же, можно рассматривать всего лишь как приятное совпадение, но я предпочитаю видеть в этом скрытый смысл. Мне это ближе и приятней осознавать, что мои мысли и желания трансформируются в реальные события, как бы глубоко я при этом не заблуждался. Стоит лишь мне чего-то искренне и страстно возжелать, как будто сам Господь помогает свершению этого. Ну, разве ли это не чудо?"

Игорь К.

Радуйтесь, радуясь!

"Нет необходимости в том, чтобы говорить, насколько я счастливый человек. Само это понятие уже заключено в моем настроении и бодром расположении духа, в котором я сейчас пребываю. Что характерно: это состояние обычно наступает у меня вслед за состоянием противоположным этому - после некоторых периодов растерянности и сомнений. Эти периоды - растерянности и сомнений - стали в последнее время столь коротки, что я фактически не придаю им значения, но, они имеют место быть, и я не могу не сказать об этом. Действительно, думая о том, что ничего не тяготит меня, да и не может тяготить в эту секунду, я как-то остро ощущаю ту радость бытия, в которой доводилось мне пребывать не раз и раньше. Другое дело, что в былые времена я не придавала этому значения и рассматривала свои радостные мгновения как нечто обычное и обыденное - само собою разумеющееся. Такое отношение к этому состоянию было весьма неразумным с моей стороны, поскольку минуты печали оставляли глубокий след в моем сознании, а секунды радости пролетали незамеченными."

Настя И.

ПИШИТЕ НАМ!

СЛУЧАЙ ИЗ ЖИЗНИ

"Два рубля на водку"

Кого в Москве можно удивить рассказом о мужике, который обратился с просьбой выручить мелочью на водку? Меня, видимо, можно. Все началось с того, что несколько месяцев назад я вместе с приятелем ждал на ст. метро Октябрьской (кольцевая) еще одного нашего друга. Он, как всегда, опаздывал, и пока мы его ждали, к нам подошел молодой человек, лет 25-27. Одет он был в чистый и (как мне показалось) довольно приличный костюм и белую сорочку с галстуком. В руке у него был дипломат. Узнав от

нас о том, что мы занимаемся музыкой, он начал делать нам различные предложения по поводу совместной работы и предлагал свою помощь в качестве трубача. В общем, говорил он, говорил, а потом закончил свою речь вопросом - а не найдется ли у нас двух рублей, честно, на водку?
Не нашлось у нас двух рублей. Он попрощался, хотя явно был недоволен, и уехал на подошедшем поезде. Вроде ничего странного.
Месяц спустя, я возвращался

поздно ночью домой. Когда я, после перехода на Курскую, стоял и ждал поезда, на другом конце платформы вдруг показалось знакомое лицо. Это был тот самый человек, причем одет он был точно так же, и, конечно, с дипломатом. Заметив меня, он сразу устремился в мою сторону, и колонна, за которую я отошел, чтобы он меня не видел, мне не помогла. На этот раз он сразу перешел к делу и задал все тот же вопрос о двух рублях на водку. Я был озадачен и сказал, чтобы он не нагнул и оставил меня в покое.

Что он и сделал. Прошло еще около месяца. Я сидел на скамейке в метро и ждал друзей. Если не ошибаюсь, это было в Люблино. Сажу, смотрю на людей и опять знакомая улыбка. Никаких внешних изменений. Он спросил моего разрешения сесть рядом и в очередной раз порадовал меня своим вопросом о двух рублях на водку. Я дал ему пять. Его улыбка стала еще шире. С тех пор я его больше не видел.

прислал Рах, г. Москва