

Чем сложнее добиваться цели, тем яснее видится путь к ней

**Федот Тумусов**  
на Всероссийском съезде  
фармацевтических работников

**2**

**Счастье**  
взаимы

**3**

**Искусство**  
убеждения: 18  
полезных советов

**4**

## С ПРАЗДНИКОМ!

**Сергей Миронов:**  
в день Первомая желаю всем  
россиянам счастья, здоровья,  
мира и справедливости



воспитывать детей, платить справедливые налоги.

Мы – сторонники мира и мирного способа решения всех международных проблем. Сегодня, когда на братской нам Украине подняли голову националисты и бандеровцы, все здравомыслящие люди поняли, как хрупок мир, как тщательно его надо беречь. И в вопросах сохранения мира мы готовы объединять усилия со всеми людьми доброй воли.

В день Первомая, в светлый весенний праздник я хочу пожелать всем товарищам по партии СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ желаний и решимости продолжать нашу борьбу за интересы человека труда.

А всем гражданам нашей Родины – света, счастья, здоровья, тепла и мира. И, конечно, справедливости – не зря это святое для русского человека слово начертано на наших партийных знаменах.

С праздником!



## ДЕЛА ПАРТИЙНЫЕ

# Сергей Миронов: рост цен в стране вызывает социальное напряжение

По информации Федеральной службы государственной статистики, с начала года инфляция в стране составила уже 3 процента. Только за одну неделю, с 15 по 21 апреля, цены поднялись на 0,2 процента, а с начала месяца – на 0,6 процента. Председатель партии СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ, руководитель фракции «СР» в Госдуме Сергей Миронов считает, что эти цифры мало отражают реальные изменения на ценниках в магазинах – рост идет не на копейки, а на рубли.

Парламентарий уверен, если верить Росстату, то в сегменте массовых недорогих товаров, прежде всего продовольственных, повышение должно исчисляться копейками. Тогда как по сообщениям с мест рост идет уже на рубли по сравнению с концом прошлого года. При этом, темпы роста цен ускоряются.

"Это уже вызывает ощутимое социальное напряжение, – подчеркнул Сергей Миронов. – И недовольство людей будет тем больше, чем больше будет расходиться официальные показатели и официальные прогнозы с реальным состоянием дел, с тем, что ощущает каждый гражданин страны".

На прошлой неделе глава российского Правительства Дмитрий



Медведев выступил с ежегодным Отчетом перед Государственной думой. По словам руководителя фракции «СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ», депутаты критично отнеслись к итогам работы Правительства. "У нас много претензий, – сказал он. – А суть сводится в основном к тому, что социальные приоритеты часто остаются для правительства просто декларацией, а

не реальной целью при принятии решений. И боюсь, что склонность к общим показателям, ориентация на средние значения экономических индексов в ущерб вниманию к нуждам конкретных российских семей может сыграть с правительственными планами злую шутку".

[http://www.spravedlivo.ru/5\\_60258.html](http://www.spravedlivo.ru/5_60258.html)

**Федот ТУМУСОВ:**  
Наше дело правое!



(Якутия) Федот Тумусов:

- Дорогие друзья, соратники! Это мы, социалисты, установили праздник – Международный День солидарности трудящихся. И сегодня мы, социал-демократы XXI века, полны решимости бороться за идеалы Справедливости, Солидарности, Свободы! Наше дело правое – мы победим!

С праздником!

**Поздравление депутата**  
**Ил Тумэн, руководителя фракции**  
**«Справедливая Россия»**  
**в Госсобрании Юрия ГРИГОРЬЕВА**



Ил Тумэн Юрий ГРИГОРЬЕВ:

- Поздравляем всех наших товарищей, сторонников партии со светлым праздником Весны и Труда! Желаю плодотворной работы, весеннего настроения и счастья! Мир, Труд, Май – эти три главных слова пусть вдохновляют нас на новые свершения!

Руководитель фракции «Справедливая Россия» в Государственном Собрании Республики Саха (Якутия) –

ЗНАЙ НАШИХ!

# Федот Тумусов на Всероссийском съезде фармацевтических работников



**28 апреля в Москве состоялся Всероссийский съезд фармацевтических работников при поддержке Министерства здравоохранения.**

Съезд прошел в форме диалога работниками фармацевтической отрасли и представителями министерства, где обсуждались основы для выработки конструктивных решений по дальнейшему ее развитию.

Это - одно из ожидаемых событий отрасли - Всероссийский съезд фармацевтических работников. На единой площадке

встретились регуляторы отрасли и представители всех сегментов, работающих в сфере производства и обращения лекарственных средств. Во время велась он-лайн трансляция, которая позволила каждому заинтересованному специалисту принять участие в мероприятии, высказать через сайт [www.pharmcongress.ru](http://www.pharmcongress.ru) свое мнение по обсуждаемым вопросам и принимаемым документам.

Цель съезда - консолидация усилий профессионалов фармацевтической отрасли для решения неотложных текущих

проблем, связанных с ролью и местом фармацевтического сектора в системе здравоохранения, определением стратегии развития, разработкой национального законодательства в сфере производства ЛС и фармацевтической деятельности, гармонизированного с международными требованиями, совершенствованием образовательных стандартов.

В сфере обращения лекарственных средств есть немало неотложных задач, которые необходимо решать совместными усилиями государства и бизнеса, как на федеральном, так и региональном уровнях. И эти задачи надо решать сообща.

В приветствии министра здравоохранения Вероники СКВОРЦОВОЙ была намечена цель: «У нас с вами общая цель - способствовать реализации права человека на безопасное и эффективное лечение, важнейшей составной частью которого является фармацевтическая помощь».

На этом съезде принял активное участие депутат Государственной Думы Российской Федерации Федот ТУМУСОВ.

В своем выступлении перед фармацевтами депутат отметил следующее: главный интегральный показатель работы всех участников фармацевтического рынка - это качество лекарственных средств. Во-первых, это в первую очередь нужно пациентам. Во-вторых, это нужно для экспорта наших инновационных лекарств.

Затем сделал ряд замечаний и предложений к проекту резолюции съезда. В частности, его замечание по вопросу «разрешения незарегистрированных фарм-субстанций» было тут же взято на заметку заместителем министра здравоохранения Игорем КАГРАМАНЯНОМ, руководителем Госздравнадзора Михаилом МУРАШКО.

<http://yknews.ru/федот-тумусов-на-всероссийском-съезде/>



## За справедливую зарплату!



**Основной лозунг первомайской акции профсоюзов этого года - «Достойный труд - справедливая зарплата!».**

Первомайские демонстрации прошли по всей республике, и всего приняло участие более 100000 человек, в том числе по городу Якутску около 48000.

Первомай в столице республики прошел под лозунгом «Достойный труд - справедливая зарплата!».

Погода нам, трудящимся, не указ! Мы солидарны, мы едины и мы все достойны справедливой зарплатой!

Ура, товарищи!!!

В этот день во всех муниципальных районах прошли праздничные демонстрации, митинги, народные гуляния.

Несмотря на холодную, местами и снежную погоду, жители столицы республики вышли на праздничную демонстрацию, чтобы выразить свою солидарность и поддержку основным требованиям профсоюзов. Также демонстрация была посвящена Году Арктики в Республике Саха (Якутия) и Году культуры в России. В нарядно украшенных колоннах, с лозунгами и транспарантами по проспекту Ленина прошлись представители всех трудовых коллективов

города, учащиеся образовательных учреждений, студенты средних и высших учебных заведений.

Демонстрантов приветствовали с высокой трибуны площади врио президента республики Егор БОРИСОВ, председатель Государственного Собрания (Ил Тумэн) Александр ЖИРКОВ, и.о. заместителя Председателя Федерации профсоюзов РС (Я) Николай ДЕГТЯРЕВ, глава Городского округа «Город Якутск» Айсен НИКОЛАЕВ, Председатель Конституционного суда РС (Я) Александр КИМ-КИМЭН и другие официальные лица. Трудящихся республики поздравили представитель династии медицинских работников ГУРЬЕВЫХ, занесенной в Книгу Почета лучших трудовых династий РС (Я), врач-онколог Зинаида Гурьева, председатель ЯРО «Всероссийский Электропрофсоюз» Сергей ПОЛИВОДА. От имени молодежи республики выступил командир студенческого строительного отряда «Легион», студент СВФУ имени М.К. Аммосова Александр ТЕРЕНТЬЕВ.

Итак, нынешний Первомай прошел под лозунгом «Достойный труд - справедливая зарплата!», а минимальная заработная плата доведена до уровня прожиточного ми-



нимума трудоспособного населения в республике и достигла уровня 12 515 рублей.

Впереди колонны СПРАВЕДЛИВОЙ РОССИИ шли народные депутаты Ил Тумэн, городской думы от партии.

В прошлом году справедливороссы вышли на первомайскую демонстрацию с

лозунгами «Свободу Гаврилу Васильеву!». В этом же году Гаврил Васильев был в одном строю с однопартийцами и сторонниками партии.

Yknews

## ОБЩЕСТВО

## Счастье взаимно



В среду, 30 апреля, накануне майских праздников ВЦИОМ опубликовал оптимистичный доклад под названием «Счастье — есть!». В нем исследователи представили данные опроса, из которых следует, что россияне сейчас счастливы как никогда за последние 25 лет. Эксперты оценивают их скептически: помноженная на пропаганду эйфория от побед России в Сочи и Крыму может обернуться «похмельем» и разочарованием.

Как следует из опроса ВЦИОМ (проведен 19–20 апреля этого года, опрошено 1600 человек в 130 населенных пунктах в 42 областях, краях и республиках России), индекс счастья за последний год прибавил

5 пунктов и достиг 25-летнего максимума.

Задаваемый социологами вопрос звучал так: «В жизни бывает всякое — и хорошее, и плохое. Но, если говорить в целом, вы счастливы или нет?».

В результате довольных жизнью оказалось необычайно много.

«Счастливыми сегодня себя ощущают три четверти россиян, или 78%», — рапортует ВЦИОМ.

Разбирая эти цифры детально, можно уточнить примерный образ счастливого россиянина. Это молодой человек с высшим образованием, у которого царит благополучие в семье, а также имеются интересная работа и приличный доход.

«Чаще других признаются в том, что счастливы, молодые люди в возрасте от 18 до 24 лет (92%), респонденты с высшим образованием (83%), — отмечает ВЦИОМ. — Ощущение счастья для каждого третьего (30%) связано с благополучием в семье. Кроме того, важным фактором счастья, по словам респондентов, является наличие интересной учебы или работы (13%)».

Напротив, несчастливых (а таких оказалось всего 14%) больше всего раздражают низкий уровень собственных доходов (15%), а также старость и болезни (8%) или отсутствие хорошей работы (4%).

Наконец, по мнению относительного большинства россиян (45%), их окружают в основном счастливые люди. В окружении 38% наших сограждан находится примерно равное число счастливых и несчастливых людей.

По мнению экспертов, взлет оптимизма соотечественников связан в первую очередь с чередой духоподъемных успехов России в последние месяцы.

«Людам давно хотелось победы, — считает социолог Борис Дубин.

— У кого-то, кто еще помнит СССР, сохранились приукрашенные воспоминания о той жизни, у других — мифология, сформированная родителями и СМИ. Эти чувства подкрепились победой в Сочи, а потом победоносным присоединением Крыма».

Сюда же, отмечает эксперт, прибавился образ внешнего врага.

<http://www.gazeta.ru/social/2014/04/30/6015469.shtml>

«В данном случае это украинские националисты и бандеровцы, которых никто не видел, и, конечно, американцы», — говорит Дубин.

Дубин также отметил, что само чувство счастья в опросе ВЦИОМа так же расплывчато и неопределенно, как и поставленный социологами абстрактный вопрос.

«Это чувство по сути довольно нерационально, — отмечает Дубин. — Ведь не идет речи о цене победы, о том, что последует дальше. Это во многом чувство людей безответственных, которые не отвечают за сказанные слова и за свою жизнь в целом. Они не участвуют в политике, потому что это «грязное дело». Это то большинство, которое не чувствует себя сильным».

Наконец, говорит социолог, подобная эйфория кратковременна и может обернуться «похмельем».

«За это может последовать расплата, причем она уже наблюдается в виде экономических и политических санкций, — считает Дубин. — Какое-то время образ врага поработает».

Но потом допинг перестанет действовать, и придется разбираться с серьезными проблемами, которые никуда не делиться».

Другой эксперт, ведущий научный сотрудник Российской академии народного хозяйства и государственной службы при президенте РФ, социолог и историк Андрей Коротаев все же склонен видеть в нынешнем счастье результат устойчивого роста благополучия с начала «лихих 90-х».

«Это долгосрочная тенденция, — уверен Коротаев. — Собственно говоря, провал был в начале 90-х, тотальный провал. Все нижние места в «рейтинге счастья» были сплошь заняты странами бывшего советского лагеря».

Однако, говорит он, уровень счастья может сильно упасть в случае рецессии. «Если будет серьезная рецессия, то да, уровень упадет, — полагает эксперт. — Но не до уровня 90-х годов, это точно».

## Современные IT-решения побеждают бюрократию

Социологи выяснили, что для большей части жителей России главными праздниками в году остаются 9 мая и 1 января, а замыкают тройку собственные дни рождения. Но есть в стране категория людей, которая считает самым радостным днем другую дату — это руководители компаний и бухгалтеры. Для них день праздник номер один наступает в тот день, когда в налоговую наконец-то сдан годовой отчет.

Всё те же социологи утверждают — всевозможные бюрократические рогадки, плановые и внеплановые проверки, а также необходимость продирается через бурелом разнообразной отчетности остаются одними из основных барьеров для российского малого и среднего бизнеса (SMB). Согласно недавнему исследованию, проведенному экспертами Института Фонда «Общественное мнение», эта проблема оказалась даже более актуальной для предпринимателей, чем неплатежи клиентов или сложности с получением кредитов.

Руководители SMB-компаний признают, что несмотря на применение специализированных бухгалтерских программ подготовка отчетности для налоговой инспекции и других государственных ведомств остается крайне сложным и ресурсоемким процессом. Пока документы не сданы и не приняты, никто не уходит в отпуск, откладываются важные командировки и выездные совещания, а сотрудникам приходится днествовать и ночевать в офисе. Всё это серьезно тормозит основной производственный процесс, да так что порой на восстановление нормального ритма уходят месяцы.

Современные IT-решения позволяют многократно упростить процесс преодоления бюрократических преград. Например, новый Microsoft Office 365, сохраняя все привычные для пользователей режимы



и преимущества, помогает организовать в компании высокоэффективную среду для совместной работы над проектами и ускоряет документооборот. Как отмечают менеджеры компаний, уже использующих Microsoft Office 365, эти плюсы становятся особенно заметными во время проведения аудиторских проверок и сбора бухгалтерской отчетности. Облачный офис от Microsoft снимает потребность в утомительных согласованиях, бесконечных звонках и ожиданиях, когда коллега перешлет нужные файлы по электронной почте.

Еще одним инструментом Microsoft Office 365, крайне полезным при подготовке годовых отчетов, являются онлайн-конференции. Благодаря этой функции, стало возможным легко координировать взаимодействие сотрудников, которые находятся в разъездах: разных городах или даже странах. Теперь для того, чтобы провести оперативное совещание, нет необходимости собирать всех в одном месте — с помощью Microsoft Office 365 эта задача решается в несколько кликов мышки. А если ваш главный бухгалтер неосмотрительно решила

устроить себе отпуск на далеких островах прямо перед внеплановой проверкой, теперь это не помешает ей принять участие в общей работе.

Больше того, даже благодаря Microsoft Office 365 ей, возможно, даже не придется уходить с пляжа.

<http://professional.ru/Soobschestva/office365/sovremennye-it-resheniya-pobezhdajut/>

## ОБЩЕСТВО

## ВИЧ не терпит суеты

**ВИЧ – бич всего человечества. Он не признает ни границ, ни каких-либо политических амбиций.**

В России и без того проблем много, но это – требует немедленного реагирования. Все говорит о том, распространённость заболевания в России катастрофически растёт.

Фонд содействия защите здоровья и социальной справедливости имени Андрея Рылькова (ФАР) опубликовал открытое письмо, в котором резко критикуется сотрудничество Объединённой программы ООН по ВИЧ (UNAIDS) с российскими властями. 12–14 мая в Москве должна состо-

яется конференция по проблеме СПИДа в Восточной Европе и Центральной Азии, которую совместно проводят UNAIDS и РФ. Авторы письма считают, что участие ООН в данном мероприятии поддерживает «губительную политику российского правительства в отношении больных». Обращение подписали представители 21 авторитетной общественной организации.

Российским властям так и не удалось остановить распространение ВИЧ-инфекции в стране. В 2013 году было официально зарегистрировано 77 896 новых случаев заражения — на 10,1% больше, чем в предыдущем году. Всего на 31 де-

кабря 2013 года было зарегистрировано 798 866 лиц с диагнозом ВИЧ, но реальные цифры куда выше. В 2013 году 22 387 больных умерло — это на 9,1% больше, чем годом ранее.

Общественные организации возмущаются и тем, что Россия не только подвергает риску жизни собственных граждан, но и продвигает свой неэффективный подход в других странах СНГ. Например, после присоединения Крыма российские власти отменили программу заместительной терапии (ЗТ) для наркозависимых, которая абсолютно легальна на Украине. Более 800 пациентов этой программы под присмотром врачей получали запрещённые в России заменители опиоидов — метадон и бупренорфин. Одновременно они при-

нимали лекарства от ВИЧ, которые позволяют контролировать уровень вируса в крови. Из-за отмены ЗТ врачи больше не могут контролировать прием необходимых препаратов. Крымские медики просили разрешить им продолжить лечение, однако глава ФСКН Виктор Иванов ответил отказом. Авторы письма подчеркивают, что этот чиновник должен выступать на открытии Московской конференции по вопросам ВИЧ. Также в состав оргкомитета конференции входит депутат Госдумы Сергей Железняк, который является соавтором закона об иностранных агентах. Общественники утверждают, что этот закон мешает работе некоммерческих организаций и ограничивает их финансовые возможности.

## КОПИЛКА ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ

## Искусство убеждения: 18 полезных советов.

**Есть искусство ораторское, когда с высокой трибуны удается склонить к своему мнению большинства. Есть еще искусство просто убеждения, когда в любой жизненной ситуации, в быту можно найти единомышленников.**

**Говорите «и» вместо «но».**

Например, надо сказать «Это ты Вы хорошо сделали, и если Вы...» вместо — «Да, это хорошо, но Вы должны...».

«Но» перечеркивает все, что было сказано перед ним.

**Говорите «и» вместо «и все же».**

Например «Я понимаю, что Вы не можете дать ответ так быстро, и поэтому давайте...» вместо: «Я понимаю, что Вы не можете ответить прямо сейчас, но все же было бы лучше...».

Потому что «и все же» говорит собеседнику, что Вам глубоко безразличны его пожелания, ожидания, сомнения или вопросы.

**Используйте слово «для» вместо слова «против».**

Например, «Для того, чтобы что-то изменилось, я запишусь в спортивную секцию» вместо «Что бы мне еще придумать против скуки?».

**Избегайте грубого «нет», поскольку «нет», произнесенное с соответствующей интонацией, может произвести очень негативное впечатление на партнера.**

**Вычеркните выражение «честно говоря» из своего лексикона, потому что оно звучит так, будто честность для Вас — исключение.**

**Говорите «не так» вместо «нет».**

Например, «не так» или «не сейчас». «В таком виде мне это не нравится». «В дан-

ный момент у меня нет на это времени» вместо «Нет, мне это не нравится» «Нет, у меня нет времени».

Потому что «нет» отталкивает. «Нет» — это нечто законченное и окончательно решенное.

**Измените угол зрения, используя слово «уже» вместо слова «еще».**

Например, «Вы уже сделали половину» вместо «Вы сделали еще только половину?».

Потому что слово «уже» превращает мало в много.

Навсегда забудьте слова «только» и «просто» или замените их другими.

Например, «Это мое мнение» «Такова моя идея» вместо «Я только говорю свое мнение» «Это просто такая идея».

Зачеркните «просто» и «только».

**Уберите слово «неправильно». Лучше задайте уточняющий вопрос и покажите собеседнику, что вы тоже стараетесь решить проблему.**

Например, «Это получилось не так, как нужно. Давай подумаем, как исправить ошибку или избежать ее в будущем» вместо «Неправильно! Это только твоя вина».

**Говорите «в» и «во столько-то» вместо «где-то» и «в районе». Точно назначайте срок и время.**

Например, «Я позвоню в пятницу» «Я позвоню Вам завтра в 11 часов» вместо «Я позвоню в конце недели» «Я позвоню завтра в районе 11».

**Задавайте открытые вопросы. Не довольствуйтесь односложными ответами «да» или «нет».**

Например, «Как Вам это понравилось?» «Когда мне можно будет Вам перезвонить?» вместо «Вам это понравилось?» «Можно будет Вам перезвонить?».

Потому что вопросы с «Как», «Что» или «Кто»... добывают ценную информацию.

Пользуйтесь выражением «С этого момента я...» вместо «Если бы я...».

Например, «С этого момента я буду внимательно прислушиваться к советам» вместо «Если бы я послушался его совета. Тогда бы этого не случилось».

Потому что «Если бы я...» сожалеет о том, что прошло, и редко помогает продвинуться дальше. Лучше смотрите в будущее. Формулировка «С этого момента я...» — хорошая основа для такой позиции.

**Перестаньте увливать с помощью «надо бы» и «нужно бы».**

Лучше: «Важно сделать эту работу в первую очередь» вместо «Надо об этом подумать» «Нужно бы сначала закончить эту работу».

«Надо бы» и «нужно бы» не утверждают ничего конкретного. Лучше четко и ясно назовите того (или то), о ком или о чем Вы говорите («я» — «ты» — «вы» — «мы»).

Напр., «Тебе следует это сделать» «Вам следует отдавать приоритет этой работе».

**Говорите «Я сделаю» или «Я бы хотел» вместо «я должен».**

Например, «Я бы хотел сперва немного подумать» «Я сперва соберу нужную информацию» вместо «Я должен сначала немного подумать» «Я должен собрать информацию».

«Я должен» связано с принуждением, давлением или внешним определением. Все, что Вы делаете с такой установкой, Вы делаете не добровольно. «Я сделаю» или «Я бы хотел» звучит для других намного позитивнее, более дружелюбно и мотивированно.

**Вычеркните слова «вообще-то» и «собственно» из своего словаря.**

Например, «Это правильно» вместо «Ну, вообще это правильно».

«Вообще» не содержит никакой информации и воспринимается как ограничение.

Говорите «Я рекомендую Вам» вместо «Вы должны».

Например, «Я советую Вам довериться мне» «Я рекомендую Вам подумать над этим» «Я советую Вам принять решение как можно скорее».

Словами «должны» и «следует» Вы подвергаете собеседника давлению и отбираете у него возможность самостоятельно принять решение. «Я рекомендую Вам» звучит намного более доброжелательно и позитивно.

**Пользуйтесь также альтернативами к «Я советую Вам», такими как «Я прошу Вас» и «Я буду Вам благодарен».**

Например, «Я прошу Вас принять решение как можно скорее» «Я благодарен Вам, если Вы мне доверяете» вместо «Вы должны принять решение как можно скорее» «Ты должен мне доверять».

«Я прошу Вас» и «Я Вам благодарен» очень легко сказать, и они совершают чудо.

**Откажитесь от всех форм отрицания; лучше высказывайтесь позитивно.**

Например, «Это будет в порядке» «Это действительно хорошая идея» «Это легко для меня» вместо «Это для меня не проблема» «Идея действительно неплохая» «Это будет нетрудно для меня».

Все так просто, хотя вряд ли назубок все это кто-то выучит.

## Универсальное средство

**Неразрешимых проблем не бывает. Только пути решения разные. Есть проблема, есть поле деятельности.**

Существует простой алгоритм действий. Вы столкнулись с некоей проблемой.

- Усевшись поудобнее, озвучьте свою проблему во весь голос.

- Задайте себе вопрос – «И чё?».

- Ответьте на этот вопрос.

- Снова спросите себя – «И чё?».

- Вновь ответьте на заданный вопрос.

Следуя этому алгоритму, повторяйте вопрос «И чё?», пока не услышите от себя ответ «Да ничё».

Отнеситесь ко всему с юмором. Юмор –

универсальное средство от всех наших бед и несчастий. Говорят, он является Космической Универсальной Энергией, существующей вне дуальности. И именно юмор выводит нас за пределы отождествления себя с той или иной проблемой, ведь то, над чем мы смеёмся с чувством Любви, является уже пройденным уроком.

Юмор помогает нам увидеть себя со стороны, потому что позволяет расслабиться. Расслабление же повышает вибрации и помогает нам принять то, что раньше вызывало только напряжение, боль и неприятие. Юмор способствует осознанию безопасности урока, расширению мировоззрения,

а также отпускает поток свежего воздуха в нашу жизнь.

Что бы ни происходило, следует разотождествиться с собственными мыслями и эмоциями, и тогда вы почувствуете вздох облегчения. Всё, вы вышли из той игры и поняли, что данный сценарий был для вас. А надутые губы и заплаканные глаза являются признаком того, что вы всерьёз слились с ситуацией. Подумайте, если всё так уж серьёзно, то почему же в нашем мире всё приходящее и уходящее? Уроки не вечны. Значит, вы страдаете над тем, что улечитис под напором событий и времени? Может осознание урока возможно ускорить? Да, конечно, и сделать это можно с помощью доброго осознанного смеха разотождествления. Конечно, тут речь не идёт о настоящем горе, связанном с утратой или серьёзной болезнью близкого человека и т.п.

Юмор содержит в себе Энергию Любви. Он дарует свободу: взглянуть на участников драмы под другим углом. А это чрезвычайно важно. Теперь они являются не обидчиками и жертвами, а кармическими партнёрами, родственными душами, с Любовью согласившимися на взаимный урок осознания аспектов Духа. Юмор способен вас расслабить настолько, что вы перестанете защищаться от урока (ведь вы же сами запланировали его ещё до своего Воплощения) и будете наблюдать за собой и за окружающими. Юмор оказывает целебное воздействие на психику, физиологию и ментальность. Мысли больше не причиняют вам боль, перестают крутить заезженную пластинку. Эмоции обретают ясность и покой. Тело свободно дышит, отдыхая от прежнего буйства обид и страстей.

Полосу подготовил Егор ЕРЕМЕЕВ