

KWARTALNIK RODOWA POSIADŁOŚĆ



„Kwartalnik Rodowa Posiadłość”

Drogi Czytelniku,

Gazetka ta powstała w porozumieniu z Zachodniopomorskim Zrzeszeniem Przedsiębiorców Rodowych Posiadłości.

Jej intencją jest tworzenie rzeczywistości inspirowanej książkami z serii „Dzwoniące Cedry Rosji” autorstwa Władimira Megre.

Publikujemy treści pozytywne, omijające sztucznie stworzone problemy, którymi aktualnie żyje świat. Pragniemy podzielić się informacjami, jak krok po kroku tworzyć Posiadłość Rodową i wypełniać ją miłością. Skupiamy się na rzeczach technicznych i przyziemnych, pamiętając także o twórczości oraz wolnych myślach i spostrzeżeniach. Wybór i interpretację każdy sobą określać będzie.

Pragniemy tworzyć gazetkę razem z Wami. Jest tu miejsce na Wasze artykuły oparte o wiedzę i doświadczenie, wasze ogłoszenia dotyczące poszukiwań: ziemi, sąsiadów, jednomyślników oraz wymiany i sprzedaży rzeczy.

Na łamach gazetki zamieścimy Wasze pytania, twórczość, ogłoszenia o świętach, spotkaniach, warsztatach i akcjach łączących nasze dobre intencje.

Redakcja: Tomek Ozdowski,

skład tekstu: Tomek Ozdowski, Kwitnące Ogrody

Kontakt z Redakcją:

rodowa.posiadlosc@protonmail.com

- * Każdy przesłany artykuł powinien zawierać klauzulę: „Wyrażam zgodę na nieodpłatną publikację przesłanego przeze mnie materiału, podpisanie go swoim imieniem i nazwiskiem.”
- * Redakcja zastrzega sobie prawo do odmowy publikacji nadesłanych treści bez podania przyczyny.
- * Treści dzielące, nawołujące do nienawiści, dyskryminujące oraz niezwiązane z ideami zawartymi w książkach „Dzwoniące Cedry Rosji” będą odrzucane.

Spis treści:

Już 30 lat temu mocno mi wybrzmiało	str. 2
Pierwotny Wzorzec Narodzin: Droga do Siebie i Swojej Mocy	str. 4
Niedźwiedź cz. 2	str. 6
Rozdział XXXVI Nowy Rok – Nowa ja	str. 9
Co nowego w Osadzie Rodowych Posiadłości „Aleje Cedrowe”?	str. 13
Rok intensywnych prac	str. 14
Synowie marnotrawni	
z Atlantydy	str. 14
Kongres Zdrowia „Cudów”	str. 16
Zdrowe odżywianie w zasięgu ręki	str. 16
KĄCIK KULINARNY	
„Pokrzywa, królowa pól i łąk”	str. 18
OGŁOSZENIA	str. 19
MUZYKA BARDÓW / od Serca	str. 20

ARTYKUŁ 1

Już 30 lat temu mocno mi wybrzmiało.

Już 30 lat temu mocno mi wybrzmiało, że świat relacji międzyludzkich, który mnie otacza nie jest tym który mi się podoba. Wtedy zrodziło się marzenie, że chce mieć wpływ na to jak świat relacji wygląda. Tak się zaczęła moja przygoda z rozwojem osobistym, ale przede wszystkim zdobywanie wiedzy na własnych doświadczeniach.



pl.pinterest.com/sapelkinalarisa00

Moja ścieżka życia doprowadziła mnie do stworzenia projektu Relacja Marzeń i pokazywania

w jaki sposób warto budować piękne relacje partnerskie, oparte o solidne fundamenty, tak by móc cieszyć się rozkwitającą relacją każdego dnia.

By tak się stało potrzebne jest holistyczne podejście do tematu, ale podstawą w związku jest komunikacja, czyli rozmowa!!! Jeśli unikamy rozmowy a trudne tematy zamykamy pod dywan, to niestety prędzej czy później skończy się to rozpadem związku lub jego agonią jeśli z jakichś powodów jeszcze będziemy w nim trwali.

Na holizm składa się wiele obszarów takich jak: intencja jaka nam przewodzi, zdrowie, finanse, czas dla siebie, seks, uważność, szczerość, rozmowa, cele, pasje, ale też poznawanie jak myśli kobieta a jak myśli mężczyzna. Nie bez powodu mówi się, że mężczyźni są z marsa a kobiety z Wenus.



Teraz bardzo ważna kwestia. Nawet z takim podejściem wyzwania w relacji będą się pojawiać. Dlaczego? Bo wchodzimy do związku z różnym bagażem życiowym, przekonaniem, nawykami, czy innymi nieudanymi relacjami.

Dlatego tak ważna jest na samym początku po prostu szczerza rozmowa, określenie czego chcemy nawzajem, ustalenie wspólnych wartości, celi, kodeksu naszego codziennego postępowania, omówienie jak będziemy postępować, gdy już pojawi się jakiś konflikt.

Odniosę się do kluczowego obszaru czyli ROZMAWIANIA, na przykładzie z mojego życia.

Kiedyś jedna moja partnerka kilkakrotnie mnie pytała, wręcz prosiła o to, żebyśmy ustalili wspólne cele dokąd zmierzamy. Ja na to odpowiadałem poirytowany, że jak to? Przecież chcemy, tego i tego, bez konkretnego obrazu,

rozpisania, rozplanowania. Prawdziwym powodem mojej irytacji i ucinania tematu był STRACH, bo nie wiedziałem jakie te cele powinny być, ani jak je ustalić, czy odkryć. Niestety nie umiałem przyznać się do tego. Blokował mnie wstyd. To było jednym z powodów rozpadu naszej relacji. Po długim czasie, gdy wyjawiałem mój problem okazało się że Partnerka miała identyczny problem co ja czyli nie wiedziała jak to zrobić. Dlatego jest tak ważne żeby już na samym początku ustalić to o czym pisałem powyżej, czyli z jaką intencją, celem budujemy relację i jak ważne jest, żeby zawsze się wspierać nawet kiedy nie wiemy jak podejść do danego tematu bo na przykład na tą chwilę nie znamy rozwiązania.

Zdrowe partnerstwo polega właśnie na, szczerzej rozmowie i pewności tego, że najbliższa Twojemu sercu, osoba jest Twoim wsparciem, a to pozwoli Wam mówić o wszystkim co Was dotyczy, i wspólnie iść po rozwiązanie. Bo przecież wspólna droga to piękna przygoda, którą możemy przeżywać we dwoje, ciesząc się z każdego wspólnego wzrastania.

Ja to nazywam też zmianą stylu życia. Jeśli to co robiliśmy do tej pory w relacjach nie działa to znaczy, że trzeba coś robić inaczej, by mieć inny efekt. Jeśli chcesz żeby partner czuł się wspianiał przy Tobie, to pomyśl na przykład, kiedy ostatnio przytuliłeś bliską Ci osobę, tak bez okazji? Czy przed wyjściem do pracy lub po przebudzeniu o poranku pocałowałeś/aś Twoją ukochaną osobę? Czy dbasz o siebie na przykład wysypiając się, dzięki czemu mieć lepszy nastrój i nie być rozdrażniony/a by w ten sposób budować lepszą atmosferę.

Odkrywajcie się nawzajem poprzez poznawanie siebie z podejściem ciekawości, ekscytacji, zabawy, dokładnie tak jak w naturalny sposób robią to dzieci :)

Potrzebna jest też świadomość, że ten styl życia nie jest na chwilę. Ten nowy styl życia pozostaje na zawsze i warto go z radością udoskonalać bo według mnie najpiękniejsze co jest w tej wspólnej drodze to doświadczanie i rozwijanie się.

Życzę wam świadomej drogi we DWOJE w pięknym przepływie energii żeńskiej i męskiej oraz tworzenia wspólnej przygody życia.

Sławomir Sieradzki
Ekspert relacji partnerskich

ARTYKUŁ 2

Pierwotny Wzorzec Narodzin: Droga do Siebie i Swojej Mocy.

Poród to święty moment, kiedy kobieta łączy się z pierwotnymi siłami natury, stając się mostem między światem duchowym a fizjologicznym. To jedno z najgłębszych i najbardziej transformujących doświadczeń, jakie możemy przeżyć.

Choć współczesna medycyna oferuje poczucie bezpieczeństwa, zbyt często płacimy za to cenę – oddanie się zewnętrznemu autorytetowi odcina nas od intuicyjnej mądrości ciała i duchowej głębi tego procesu. Sama tego doświadczyłam. Dopiero po dwóch trudnych porodach szpitalnych podjęłam decyzję o powrocie do pierwotnego wzorca narodzin – w harmonii z naturą, bez ingerencji medycznej, jedynie z moim ukochanym partnerem. To doświadczenie pozwoliło mi odkryć w sobie siłę, która była we mnie zawsze, ale czekała na przebudzenie.

Zrozumiałam, że poród w naturze to coś więcej niż wydarzenie fizjologiczne – to duchowa ceremonia, która łączy nas z naszym wnętrzem, Ziemią i Wszechświatem.

Zaufanie do Ciała i Procesu

Każda kobieta nosi w sobie mądrość rodzenia – zapisaną w ciele, tak jak w korzeniach drzew zapisane są ich związki z glebą. Wystarczy wsłuchać się w siebie i pozwolić tej mądrości prowadzić.

Podczas mojego porodu nauczyłam się ufać swojemu ciału. Każda faza była jak naturalny rytm życia – pełna ruchu, ekspresji i pierwotnej dzikości, niczym żywioły. Byłam obecna, uważna i całkowicie zanurzona w chwili. Moja intuicja prowadziła mnie przez każdy moment. Tak jak Ziemia wie, kiedy wypuścić pierwsze pędy wiosną, tak ja wiedziałam, kiedy przyjdzie czas na przyjęcie nowego życia.

Męska Obecność i Rola Ojca

Poród to nie tylko doświadczenie kobiety – to także głęboka przemiana dla mężczyzny. Partner, który wspiera swoją ukochaną, staje się strażnikiem przestrzeni, opiekunem harmonii i miłości.

Mój partner Denis był moim wsparciem w każdym wymiarze – duchowym, emocjonalnym i fizjologicznym. Jego obecność przypominała mi, że nie jestem sama. Był strażnikiem naszego Sanktuarium, pełnym miłości i zaufania, dzięki czemu mogłam całkowicie oddać się procesowi narodzin.



Jego rola nie ograniczała się do opieki – był moim współtowarzyszem w tej podróży. Jego spokój i obecność przypominały mi, że jesteśmy zespołem, gotowym na powitanie nowego życia.

Przygotowanie Przestrzeni Sanktuarium

Rodzenie w naturze to powrót do harmonii z otoczeniem, które nas wspiera. Ważne jest, by przestrzeń, w której rodzimy, była przystanią bezpieczeństwa, prostoty i miłości.

Przygotowując się do porodu, postawiłam na minimalizm. Wybrałam to, co koi moje zmysły – blask świec i księżyca, szum wody, a resztę aranżowała przyroda. Ta przestrzeń pozwalała mi poczuć głębokie połączenie z Ziemią i sobą. Nasze Sanktuarium było miejscem intymnym, wręcz świętym – przestrzenią, w której życie mogło płynąć swoim naturalnym rytmem.

Ekstaza i Transformacja

Poród, choć często kojarzony z bólem, może być doświadczeniem pełnym ekstazy i przyjemności. Kluczem jest zaufanie – do siebie, swojego ciała i procesu życia.



Podczas mojego porodu pozwoliłam sobie na pełną ekspresję – ruch, głos, oddech. Pozwalałam, by energia, niczym dzikie żywioły natury, przepływała przeze mnie. Moim zadaniem było jedynie ufać i zanurzyć się w chwili. W pewnym momencie ból przekształcił się w przyjemność, a strach w poczucie mocy. To doświadczenie nauczyło mnie, że poród może być świętem życia – pełnym radości, miłości i harmonii.

Łóżysko jako Dar Ziemi

W tradycjach wielu kultur łożysko symbolizuje połączenie z Matką Ziemią. To ono odżywiało dziecko przez cały okres ciąży, a po narodzinach nadal jest źródłem życia.

Zdecydowaliśmy się na podejście pełne szacunku – pozostawiliśmy łożysko w nienaruszonym stanie przez kilkadziesiąt godzin, pozwalając dziecku czerpać z niego wszystkie składniki odżywcze. Dla nas było to jak oddanie hołdu naturze, która hojnie obdarza nas swoimi darami.

Przemiana i Nowe Życie

Poród to nie tylko narodziny dziecka – to również przemiana kobiety, mężczyzny i całej rodziny. To moment, w którym nasze serca otwierają się na nową jakość miłości i zaufania.

Narodził się nie tylko nasz syn Inti, ale także nowi MY – pełni miłości, mocy i zaufania do siebie nawzajem.

I Tobie także życzę przebudzenia tej pierwotnej mocy i aktywowania wewnętrznego prowadzenia, które poprowadzi Cię ku narodzinom pełnym harmonii, miłości i zaufania.

Zapraszam, zobacz nasz film o narodzinach Intiego:

<https://tiny.pl/8f2qj5gh>

Dzielimy się w nim opowieścią o narodzinach Intiego, który przyszedł na świat w harmonii z naturą, z dala od cywilizacji i szpitalnych murów.

Dołącz do moich sesji online dla Przyszłych Mam, aby wspólnie przygotować się na najpiękniejszy moment Twojego życia – BŁOGIE NARODZINY!

Więcej informacji znajdziesz na Instagramie @breath_doula lub na stronie Fundacja Sanktuarium Natury "Naturaleza" na Facebooku.

Jestem Sati Beatrycze Duka – mama trójki dzieci, instruktorka jogi, certyfikowana specjalistka oddechu SOMA©Breath i terapeutka dźwiękiem. Moje podejście łączy jogę, oddech, afirmacje i uważność, by pomóc przyszłym mamom w przygotowaniach do porodu, budowaniu wewnętrznej siły i spokoju.

Sati Beatrycze Duka

ARTYKUŁ 3

Niedźwiedź cz. 2

Wielki niedźwiedź budzi strach. Mocno śpi. Mam go w sobie ja, masz go ty. Ciemność to jego dom, do którego czasami pomimo strachu trzeba wejść. Rozejrzeć się, znaleźć światełko odwagi, pogłaskać jego brunatną sierść. A gdy się zbudzi, spojrzeć głęboko w oczy, w miłości najgłębiej jak się da. Nie bać się, nie bać, choć kły ostre w paszczy ma. Ma też serce, jak każdy z nas. A teraz spróbujcie w nutki zamienić się i nad obawy wysoko się wznieść. Niech was poniesie wiatr! Niech was poniesie nasza pieśń! W sen kolorowy ...

— Zobacz, Miki, lecimy, ależ cudnie! Jesteśmy jak latawce! Ten las przez który szliśmy jest tak kolorowy, jak suknie naszej mamy. Lubię się w nie ubierać i być taka jak ona. W jej szafie jest tyle niespodzianek! Uwielbiam w niej myszkować, kiedy nie widzi. Wiesz, Miki, na samą myśl zaczynam za mamą tęsknić.

Julia trochę posmutniała i zamyśliła się nad swoimi słowami. Wyobraziła sobie, jak przytula się do mamy, a mama delikatnie głaszcze jej włosy. Cichutko śpiewa kołysankę.

— Julio, wiatr, który nas unosi jest jak wielki fotel. Można robić w nim fikołki, a kiedy się z niego wypada, łapie za ręce i podciąga — zakrzyknął radośnie Miki. — Zobacz, w piruecie zatańczył! Spójrz, jak mną kręci! Chodź, pobaw się ze mną! Patrz, na ten piękny obłok, tam pod nami! Chodź, wskoczmy na niego. A kto podskoczy najwyżej, ten wygrywa!!! — wykrzykiwał rozradowany Mikołaj.

Dzieci skoczyły do góry, a potem opadły na obłok. Był różowy, miękki jak puchowa kołdra. Cały falował, zmieniając kształty. Dzieci zanurzyły się w nim. Zniknęły na chwilę, a gdy się wynurzyły, w ich oczach gościła wielka radość. Dzieci kochają zabawy. Zabawy kochają dzieci. Wzajemna ich miłość raduje serca rodziców. A gdy wspólnie się bawią, to cały wszechświat jest radosny.

— Dawaj, Julia, skaczemy dalej! — krzyczał Mikołaj, robiąc fikuśne fikołki.

— Wolę poleżeć i popatrzeć w gwiazdy. Błyszczą jak oczy taty. Są tak blisko, że ręką mogę

dosięgnąć i przytulić je do serca. Jest w nich tyle miłości. Patrz tam, jaka piękna!

— Gwiazda czy miłość?

— Och ty, głuptasku, jedno i drugie — z poważną miną odpowiedziała Julia. Wyciągnęła rączki do góry. Objęła gwiazdę dłońmi jakby ją grzała swoim światełkiem. Przez szczeliny palców widać było igrające promyczki.

— Ale się rozmarzyłaś! Chodź lepiej się pobawić i posmakuj tego obłoku. Ma smak truskawek!

Julia w leniwym geście oderwała kawałek obłoku, włożyła do ust i z niedowierzaniem powiedziała: „faktycznie smakuje truskawkami. Jest pyszny! Tata wiosną przynosi truskawki z ogródka garściami, wkłada na półmisek i dodaje śmietany. Potem wszystkich częstuje. Jaaak to smakuje...”

— A co się stanie, jeśli zjemy obłok w całości? Spadniemy znów do lasu? — zapytał zatroskanym głosem Miki.

— Chyba nie. Zerknij, im więcej go zjadamy, tym on bardziej rośnie. I wiesz co, jest tak słodki jak lody, a mimo to że je przypomina, nie czuję zimna, tylko przyjemne ciepło. Gdybyśmy mogli choć kawałek obłoczka zabrać i zanim rodzice wstaną, położyć go na stole. To nie musielibyśmy jeść kanapek. A mama z tatą jacy byliby zdziwieni. Wyobrażasz sobie ich miny?

— Przypomniłaś mi, że mam w kieszeni torebkę. Schowamy kawałek. Może uda się zabrać go do domu. W sumie też już nie mogę się doczekać, kiedy wrócimy.

Wielka chmura po wszechświecie płynie. Wynurzona z ciemności połyka planety. Wszystko na jej drodze niknie. Ona się wije. Znikają gwiazdy. Znikają komety. Wciąga je w swoje przestrzenie, nawet słońca promienie nie mogą zdążyć uciec. Kto ją zatrzyma, kto ma tyle odwagi, by stawić jej czoła, by się przeciwstawić? Potężna paszcza i zęby w kształcie piorunów. Coś w niej błyska, mruczy, huczy. Kto ją zatrzyma zanim drogę mleczną łyknie, kto ją zatrzyma? — szepczą czarne dziury.

— Miki! Miki! Widzisz tę wielką chmurę!? Płynie w naszą stronę! Trochę się boję. Nie! Bardzo się jej boję! Jest taka wielka i mroczna. Przypomina niedźwiedzia.

— Jest straszna, Julio. Taka groźna. Jeszcze chwila i do nas dotrze. I też nas połknie tak, jak połyka gwiazdy. Co robimy?! Chcę wracać do domu. Uciekajmy! Albo nie... chodź, schowamy się głęboko w obłoku, może nas nie dostrzeże — krzyczał, szlochając, Miki.

— Nie płacz, zaraz coś wymyślimy. Pamiętasz, co powiedział świerszcz?

— O nutkach? — zapytał nadal szlochający Miki.

— Nie, o tym, że strach można pokonać miłością. Spróbujemy porozmawiać z tą straszną chmurą. Poprosimy, żeby zawróciła i poszła tam, skąd przyszła. Tata z mamą kiedy się złością są trochę jak ona, ale potem znów nad nimi świeci słończko — zauważyła Julia.

— A jeśli się nie uda? — spytał, ciągle płacząc, Miki.

— Znów marudzisz. Przypomnij sobie, co o twoim imieniu mówił Drogomysł. Pamiętasz? — matczynym głosem odrzekła Julia.

— Pamiętam... — mruknął, ocierając łzy Miki.

— Tak więc nie płacz. W snach wszystko się udaje. W końcu to nasz sen. I tę chmurę, która przypomina niedźwiedzia, my chyba stworzyliśmy. Damy radę, Miki! Odwagi! Bądź jak tata! On niczego się nie boi. Pamiętasz, jak kiedyś wpadłeś do wody? Wskoczył bez wahania. Wyciągnął cię, a potem nauczył pływać. I już nie boisz się wody. Nasz tata jest odważny i mądry. Bądź jak on. A i cedrowe talizmany, które dostaliśmy od mamy, też nam pomogą. Mama mówiła, że wystarczy w nie wierzyć. A przecież wierzymy, prawda?

— Prawda. Jednak ja myślę, że to nie my stworzyliśmy tę chmurę — stwierdził Miki — To niedźwiedź, to jego sen.

— Ależ ty jesteś mądry. Faktycznie masz rację, to niedźwiedź... — Julia pochwaliła Mikiego i dalej kontynuowała: — Świerszcz mówił przecież, że niedźwiedź-król lasu przyjaźnił się z dębem. Musiał to być inny niedźwiedź niż ten, którego się boimy. Jeśli zmienimy sen niedźwiedzia, to i on się zmieni. Dawaj, Miki, uśmiech na buzi, będziemy krzyczeć do chmury, że jej się nie boimy. Że ją kochamy i chcemy się z nią zaprzyjaźnić.

Uśmiech za uśmiechem spada na chmurę. Chmura zdziwiona, przestraszona. Coś w jej środku się dzieje, coś się porusza, jest bardzo, bardzo

poirytowana. Kolejny uśmiech, kolejna radość dotyka jej ciała. Chmura raz się kurczy, raz nadyma. Rośnie, ale już nie wchłania wielka bańka mydlana, która nie wie, kim się staje.



Miłość — jak igła — chmurę przebija. Z chmurą w błękitną kroplę się zmienia. W kulę wypełnioną światłem, wszechświat obejmuje ją swym bezmiarem. Formuje, kształtuje wyobraźnią, zarazem odpowiadając na wieczne pytanie. Co było pierwsze: kura czy jajko? Bo to co z chmury powstało to jajko. Nagle ono pęka. A z jego wnętrza wylatuje pisklę. W oczach rośnie, stając się ptakiem, wielkim gołębiem. I nad truskawkowym obłokiem krąży, do dzieci podlatuje, siada, skrzydła rozkłada. I tuli je, one też go tulą, głaszczą pióra, bo pierwsze we wszechświecie było Szczęście!

— Wsiadajcie, proszę, na moje skrzydła! Do łóżeczek was zaniosę. Za to żeście mnie uratowali, bardzo wam dziękuję. Koszmar nocy mnie pochwylił, w chmurę czarną zamienił. Dlatego właśnie dzieci miały koszmary, a wy wybawicielami jesteście! Wszystkie dzieci na świecie znów będą miały tylko kolorowe sny! Przestaną bać się niedźwiedzi, bo gołębie serce w jego piersi.

— Gołębiu, a zanim wrócimy, czy możemy trochę polatać między planetami? — poprosił Miki.

— Jasne. Polecimy. Pokażę wam piękno kosmosu. Zabiorę was w miejsca jeszcze nieodkryte. Będziecie pierwszymi dziećmi, które je zobaczą.

I polecili gdzie pełne radości oczy poniosły... W tysiące miejsc, gdzie najpiękniejszy sen tylko dolecieć może. Ileż radości było podczas tej wyprawy, ileż zabawy! Narodziła się przyjaźń między dziećmi, gołębiem, wszechświatem.

Marzenia są na wyciągnięcie ręki, tak jak i wyobrażenia. Nie bójmy się po nie sięgnąć. One są tak bardzo dla nas. Leci gołąb, piruety kręci, na skrzydłach Julia i Miki. Leci wprost do mlecznej drogi, gdzie ich dom na Ziemi. I do łóżek dzieci kładzie, kołderką przykrywa. I znika gdzieś w hen dalekie bezkresy wszechświata. Bo już słońeczko wstaje nad ich siedliskiem. Nocka do snu się układa. A w lesie w którym były, na korzeniu pod liściem zielona łądyżka wyrosła, wróciło do dębu życie.

I przy korzeniu niedźwiedź siedzi. Patrzy z radością, jak jego przyjaciel wypuszcza listek za listkiem, jak pięknie rośnie i że są znów są razem.

— Wstajemy, poranek nadszedł! Pamiętacie, dzisiaj z tatą jedziemy nad morze — wchodząc do pokoju obwieściła mama. Odsłoniła firanki, wpuszczając przez okna lśniące promienie słońca, które wypełniły wszystkie zakamarki pokoju. Klaszcząc, radosnym głosem powtarzała: „wstajemy, moje miłości, wstajemy, proszę”. Przez otwarte drzwi było czuć zapach śniadania i słyszeć jak tata coś śpiewał w kuchni. Mama wyszła, a jej skarby...

— Jeszcze, jeszcze chwilę, mamoo...
— odpowiedziały spod kołder równocześnie zaspane dzieci.

— Jeszcze pięć minut, a najlepiej z godziną
— dodał Miki.

— Jak chcecie, ale wtedy będziecie kąpać się w morzu krócej. Widziałam w prognozie pogody, że słońeczka nam nie zabraknie. Wasz wybór: spanie albo pływanie. Wybierajcie.

— No dobrze, raz, dwa, trzy, dawaj, Miki wstajemy! Szybko! Jesteś spakowany?

— Jeeeestem... — odrzekł Miki, leniwie przeciągając się w łóżku.

— Idziemy do łazienki umyć ząbki i na śniadanie. Ruszaj się szybciej! — poganiała Julia.

— Rządzisz jak mama. Nie tylko, że jesteś do niej bardzo podobna, to jeszcze mówisz jak ona.

— Przypadał kocioł garnkowi. A ty marudny jak tata i też z łóżka ciężko cię wygonić.

Julia zabiera Mikiemu kołdrę i gilgocze go po brzuchu. Słysząc głośny śmiech.

— Przestań, Julio, przestań! — wykrzyczał rozbawiony Miki.

— To wstawaj i się nie ociągaj — powiedziała Julia, kontynuując gilgotanie.

— Julia — woła z łazienki Miki, — pamiętasz sen?

— Pamiętam — uśmiechając się, odpowiedziała.

— Czy był prawdziwy? Sama nie wiem, ale skoro go pamiętam oboje, to chyba tak. Jeśli był prawdziwy to... to w kieszeni spodni masz torebkę z kawałkiem obłoku — dokończyła Julia.

— Sprawdź w kieszeni, czy masz torebkę.

Miki wybiega z łazienki, łapie za spodnie powieszane na krześle, sięga do ich kieszeni...

— Julio, jest!!! — ucieszył się Miki.

Otwiera torebkę i w euforii radości woła: „obłok zamienił się w truskawki!!! Spójrz, ile ich tu mamy!”

Julia z nieodpartą ciekawości zerknęła do środka.

— O rany, jakie piękne, czerwone! Wyglądają na bardzo soczyste, aż cieknie mi ślinka.

— Poczekaj, nie ruszaj — Miki szybkim ruchem ręki schował torebkę za plecy i kontynuował rozmowę: — Zrobimy tak, jak planowaliśmy bujając się na obłoku. Zakradniemy się do kuchni, ale tak, żeby rodzice nie zauważyli. Wsypujemy je do salaterki i...

— To ja już wiem, co będziemy jedli na śniadanie — z satysfakcją i uśmiechem powiedziała Julia.

Ty spryciarzu! Mój kochany, pomysłowy braciszek! — skwitowała dziewczynka zadziornie czochrając młodszego brata po czuprynie i obejmując go czule ramieniem.

A wy, drodzy czytający i słuchający tejże opowieści, jak myślicie: czy były na śniadanie truskawki w śmietanie?

Wcześniejsze przygody bohaterów tej historii znajdziesz w październikowym numerze „Kwartalnika Rodowa Posiadłość” z ubiegłego roku.

Tomek z Raduszki

ARTYKUŁ 4

Rozdział XXXVI Nowy Rok – Nowa ja.

Fragment poniższej książki, o roboczym tytule „Moja Rodowa Posiadłość”, która ma się ukazać jako trzecia z kolei, została przeze mnie napisana kilka lat temu. Jest to książka opowiadająca moją prawdziwą historię oraz całą drogę wewnętrznej przemiany, która w tym okresie nastąpiła. Ostatni jej rozdział o poniższym tytule i numeracji, okazał się nieprzypadkowy... jak zresztą sama treść w nim zawarta. Bowiem wszystko, absolutnie wszystko, co na tamten czas „wymyśliłam”, zmanifestowało się w moim życiu. Doznałam więc nie małego szoku i w jednej sekundzie zdyscyplinowałam się, zdając sobie sprawę z siły własnej kreacji. Po chwili namysłu postanowiłam zmienić odrobinę zakończenie, by na pewne rzeczy przestać czekać, a zacząć ich doświadczać.

Niech to będzie swego rodzaju przypomnienie dla Was. Byście nigdy, nawet na moment nie zapominali o tym, że jedynym Bogiem kreującym waszą rzeczywistość jesteście wy sami!

Rozdział XXXVI Nowy Rok – Nowa ja

Pod koniec starego roku, otrzymałam wiadomość z życzeniami Noworocznymi. Pierwszy raz w życiu ktoś napisał do mnie tak piękne i szczerze życzenia. Była to kobieta o bardzo dobrej duszy. Jej słowa niosły dużą moc, pewnie dlatego, że płynęły z serca... Chyba już zawsze przypominając je sobie, będę czuła radość.

Kochana! Życzę Ci już dziś, na ten Nowy Rok, abyś wzrastała pięknie. Mogła tworzyć powolutku, odpowiednio, tak aby powstało to, czego pragniesz! Czyli między innymi Rodowa Posiadłość. Żebyś mogła zasiąść ze spokojem, spełnieniem w sercu i dużą ilością czasu, na swoim tarasie. Niskim, z desek i daszkiem nad nim, a przed sobą byś widziała pełno zieleni, drzew owocowych z cieniem, ale dostępem do słońca wystarczającym (taka moja wizja na to). Żebyś cieszyła się z dziewczynkami, z wszystkich dóbr, jakie Was otaczają. Życzę Tobie radości ze swojego wspaniałego ciała. Zadowolenia z siebie. Pięknego flow w pisaniu. Dobrych, wspaniałych i zwariowanych ludzi wokół siebie. Niech się niesie

jak najlepiej! Cudownego mężczyzny przy sobie (maybe You now who).

Czytając tą wiadomość, zaśmiałam się i radość wypełniła także moje serce. Chciałam serdecznie Ci podziękować Moniu, za te piękne słowa! Dlatego pomyślałam, że oprócz życzeń, które Tobie wysłałam, mogłabym dodać coś jeszcze. Zatem chciałam życzyć Tobie, byś również mogła zasiąść kiedyś na ganku swej Rodowej Posiadłości. Otoczona miłością rodziny, którą stworzysz z mężczyzną, dobrym, czułym, opiekuńczym, radosnym, inteligentnym i w ogóle takim najlepszym. Z mężczyzną takim, który będzie bliski Twojej duszy. Żebyś mogła realizować wszystkie swoje marzenia i pasje, byś poznała swoje przeznaczenie. Odnalazła balans i równowagę w każdej sferze życia. Zawsze kochała każdą część siebie. Byś każdego dnia pięła się wyżej i wyżej, dosiegając swą świadomością prawdy pierwszych źródeł! Niech dotrą do Twojego serduszka moje słowa kochana. Niech wypełnią Ciebie pewnością, że tak właśnie będzie, a nawet lepiej!



Pięknie jest mieć wokół siebie takich ludzi. Móc dzielić się z nimi swoją radością i szczęściem – pomyślałam. Niech tak doskonale właśnie, wszystko się ułoży. Życzę tego nam i wszystkim innym, których pragnienia są podobne, dobre, radosne i życziwe.

Ostatnie tygodnie były dla mnie silnie transformujące, pod względem emocji, uczuć i myśli, które uspokoiły się i wyciszyły na tyle, że mogłam ze spokojem kontynuować realizację swoich planów. Czułam, że przebrnęłam przez pewien etap trudności, szczególnie tych miłosnych. Poukładałam w głowie i sercu wszystko, jak należy, choć kosztowało mnie to sporo pracy oraz wysiłku umysłowego i emocjonalnego. Nie raz wpadałam w pułapkę oczekiwań i robienia czegoś, bo ktoś...myślenia jakoś, bo coś..., ale dzięki temu, że dostrzegałam pewne błędy, niedoskonałości i rzeczy w sobie do uświadomienia, przerobienia, a czasem naprawienia, zaczęłam szybciej z tych pułapek wychodzić, aż w końcu przestałam w nie wpadać, a potem nawet dostrzegać je zaczęłam z daleka!



Kontynuowałam więc na nowo swoje działania, starałam się z całych sił skupiać na rzeczach ważnych, takich, które mają miejsce tu i teraz. Pisałam dalej książkę, dbałam o siebie z największą troską i czułością. Przecież jeżeli ja sama, nie zadbam o siebie, to nikt inny lepiej tego ode mnie nie zrobi. Stałam się dla siebie bardziej wyrozumiała, łagodna i miła. Przestałam na siłę walczyć o rzeczy, o które nie powinnam, a z powodu których czułam się tylko źle. Opuściłam także moją walkę o miłość, która zawsze we mnie trwała. Jak tylko to zrobiłam, okazało się, że moje pragnienie miłości przerodziło się z takiej oczekującej i wymagającej, na rzecz prawdziwie czystej, samej we mnie płynącej. Jakoś uwierzyłam w to, że w sprawach typowo sercowych, wszystko się dobrze ułoży. Ponadto zrozumiałam sedno miłości, dlaczego tak się działo w moim życiu przewrotnie. Otóż miłość we mnie zawsze była ogromna, dlatego dostrzegałam ją

wszędzie, w każdym, nawet w najmniejszym okruszku na dnie duszy ludzkiej, mogłam ją zobaczyć, poczuć, zrozumieć, otulić. Miałam zawsze w sobie pragnienie by tą miłością przygarnąć, pomóc jej wzrosnąć. Lecz warunków do tego odpowiednich, by tą miłością zatrzymać nie stworzyłam ani ja, ani żaden mężczyzna w moim życiu! Przypomniałam sobie również słowa Anastazji, jak mówiła, że nic nie jest w stanie zatrzymać człowieka przed pragnieniem poszukiwania prawdziwej błogości płynącej z miłości... No właśnie, co zatem jeśli nie czuję już, że należy dalej szukać? Czuje za to, że moje poszukiwania dobiegły końca i jestem już o wszystko spokojna. Przestałam piętnować siebie za skutki wcześniejszych wydarzeń, gnębić swoją duszę za to, w którą stronę postanowiłam skierować swoje życiowe kroki. Przestałam winić siebie za wszystko, bo niczemu nie byłam winna, a jedynie brałam odpowiedzialność za podjęte działania!

Wszystkie życzenia, które wymarzyłam w przeddzień moich urodzin, pod własną gwiazdą spełniły się na moich oczach. Wszystkie puzzle odnalazły się i teraz skończona układanka, ukazała piękny obraz mojego życia. Niesamowicie klarowny, prawdziwy i szczęśliwy. Mogłam nareszcie odetchnąć pełną piersią.

Po wszystkich przejściach, przemyśleniach, długo trwającego wewnętrznego chaosu, buntu, bólu, cierpienia i trosk. Po drodze krętej, pełnej zawitych sytuacji, zmierzałam już prosto do domu. Nie zabierając ze sobą zbyt wiele, ze starego życia. Jedynie potężne marzenie o pięknej przyszłości dla całej Polski, moim rajskim życiu w przestrzeni miłości i moje dzieci, będące najcenniejszym darem, jaki mogłam otrzymać.

Ktoś mógłby pomyśleć – No tak, ale gdzie w tym wszystkim zakończenie mówiące „Żyli długo i szczęśliwie w swojej Rodowej Posiadłości?” Jakby nie patrząc, miłość jest najważniejsza, a przynajmniej tak mówią... I tak, to prawda, ja również się z tym zgadzam, miłość jest najważniejsza. Jednak tak się w życiu ułożyło, że tworząc zakończenie książki, nie byłam w żadnym związku, bo nigdy nie chodziło o sam związek, a o dojrzałą relację z drugą osobą opartą na wspólnym tworzeniu w miłości. Mało tego, uważałam, że na tamtą chwilę było to dla mnie najlepsze. Ponieważ, wcale nie byłam

nieszczęśliwa. Za to mogłam dogłębnie poznać siebie, to jakim jestem człowiekiem, jaką jestem kobietą, w czym odczuwam przyjemność i codzienną radość życia, co sprawia, że jestem najlepsza, najsilniejsza i co powoduje, że zawsze chcę być tylko sobą. Mogłam nareszcie poznać swoją kobiecą naturę, moc płynącą z mojej duszy, kobiecego łona, które jest portalem życia. Zagłębić się w siebie, bez obawy przed oceną, ośmieszeniem, byciem jakąś oczekiwaną przez kogoś mamą, żoną, partnerką, kobietą. Nareszcie mogłam być wolna, prawdziwa i w pełni sobą odczuwać wszechświat.

Zapewne wszyscy będą zastanawiać się, jak dalek potoczyła się moja historia i co z moimi marzeniami. Otóż moi drodzy potoczyła się doskonale! Ponieważ skończyłam pisać pierwszą książkę. Kilkumiesięczne próby puszczenia jej w świat, spełżyły na niczym, ale wydarzyły się inne po drodze sytuacje, które zmieniły bieg wydarzeń. Postanowiłam na własną rękę zająć się wydaniem i nagle odpowiedni ludzie znaleźli się na mojej drodze, żeby w tym pomóc! Więc postanowione, wydam książkę samodzielnie, a zaraz po niej kolejną i tak też się stało. Inspiracji wokół miałam mnóstwo, więc wiedziałam, że moja twórczość będzie kwitła przez kolejne, długie lata. Skończyłam walczyć o to czego pragnęłam, a zaczęłam to tworzyć.

Pieniądze za sprzedaż moich książek napływały do mnie z wszystkich stron, jakby sam Bóg uczestniczył w realizacji moich marzeń, czuwał nade mną i moim pięknym marzeniem. Radość moja była ogromna, a serce wypełnione spokojem i spełnieniem unosiło się ponad codzienny pył i kurz. Tylko pragnienia zrodzone w duszy prowadziły mnie ku spełnieniu.

Mój dom tak długo na mnie czekał! Nie rozumiałam dlaczego tyle to trwało, niecierpliwiłam się i złościłam. Byłam przekonana, że wciąż coś źle robię, że za mało, że inaczej powinnam... A to nie tak było. On, mój dom, spieszył się, rozkwitając w tym czasie najpiękniejszymi kwiatami, widokiem lasu, jeziora... i kiedy w końcu go odnalazłam, przywitał mnie śpiewem ptaków, szumem listowia na drzewach, ogrzewającym słońcem, a ja sercem poczułam, że oto stanęłam bosą stopą w wymarzonym przeze mnie raj.

Nareszcie mogłam w pełni cieszyć się i przeżywać swoje życie w Rodowej Posiadłości, wnosząc tam prawdę, radość i miłość, które żyły we mnie. Wszystko co wiedziałam, wykorzystałam do materializacji nowej rzeczywistości, także to, aby nadal podążać przed siebie, nadal realizować marzenie o pięknej Polsce, które zaczęło rozkwitać na moich oczach! Wszystko, co dobre zabrałam ze sobą, stare i brudne posprzątałam, nieczyste spaliłam.

Z każdym dniem moje życie stawało się piękniejsze, radośniejsze i przepełnione miłością! Każdy wsadzony na ziemi kwiatek i drzewko, a nawet trawa dookoła rosnąca emanowały miłością i nieprzerwanym potokiem informacji płynącej od Stwórcy. A wewnątrz mnie dźwięczały słowa Anastazji - *Rodowa Posiadłość to przestrzeń miłości, poprzez którą będziesz odczuwać cały wszechświat.*- Słowa te były piękne, ale poczuć sobą ich sens i znaczenie, to duże błogosławieństwo! Dziękuję za to każdego dnia.



Zostało jeszcze tylko jedno, całkiem małe, cudowne marzenie, które również postanowiłam

zabrać ze sobą. Zdecydowałam, że będę trzymała je w swoim sercu, ale nie tak jak wcześniej na siłę. Tylko w taki sposób absolutnie szczery, radosny, szczęśliwy, prawdziwy, błogi i lekko wypełniający wszystkie zakamarki mojego ciała, umysłu i duszy. Dlaczego tak? Ponieważ to właśnie czułam, gdy myślałam o tym cudownym marzeniu. Długo zastanawiałam się nad tym, czy powinnam napisać o tym i robiąc to, nadal nie wiedziałam, czy słuszną decyzję podjęłam, ale obiecałam samej sobie, że będę pisała prawdę. A prawda była taka, że to niezwykle cudowne marzenie, jest dla mnie ważne. Wiedziałam, jakie są moje uczucia i pragnienia, nie miałam żadnych wątpliwości związanych z tym, co czuje i czy to, co czuje, jest prawdą. Pierwszy raz w życiu byłam tego absolutnie pewna, bez grama wątpliwości. Nawet jeśli coś znowu potoczy się innym torem, niż zamierzałam, to nic. To wszystko i tak prowadzić będzie do dobrego, bo sama sobie tego życzyłam. Jeśli życie potoczy się inaczej, to ta prawda nadal będzie prawdziwa, jedynie zmienić może położenie z teraźniejszej na przeszłą. Tak jak w historii, pewne fakty zawsze będą faktami i nie ma co na ten temat dyskutować, zatem nie ma to znaczenia. Znaczenie miało za to moje marzenie, a dotyczyło ono cudownego nowego życia. Ślicznego chłopca o ciemnych włosach, którego śmiech ogrzewać będzie serca wszystkich ludzi. On, malutki, boso biegający po zielonej trawce, będzie największym szczęściem, spełnieniem marzeń, a w nim widoczna będzie wieczna miłość dwojga. Będzie promyczkiem, ogrzewającym świat. Jego dusza wytrwale czeka na to, by się narodzić. Cały czas wierząc, że nadejdzie dzień, gdy rodzice zapragną stworzyć go w porywie wielkiego natchnienia. Zapragną zobaczyć, powitać w rajskim ogrodzie, przytulić do piersi, ukochać i ucałować, swój nowo narodzony przejaw miłości. Nucąc przy tym piosenkę na dobranoc, lub szepcząc do uszka obietnice pięknego życia. Pisząc to, już wtedy tuliłam Cię do serca swojego i będę wciąż to robiła, byś nie czuł się samotny, czekając.

Ile to potrwa? – zapytasz. Nie długo, jeden moment ledwie, bo czas to tylko umowna iluzja ludzkich umysłów, nie mająca nic wspólnego z wiecznością.

Kończąc swoją historię, chciałam dodać coś jeszcze do tego, co życzyłaś mi Monia na Nowy Rok. Takie moje bardzo osobiste życzenie, ale

życzenie to, a w zasadzie tworzenie w porywie miłości, jest na całe życie...

Będąc już całkiem siwą babuszką, usiądę na drewnianym ganku swego domu, pod daszkiem (jak w twojej wizji) i przyglądać się będę wszystkim wspaniałościom, które wokół mnie, na mojej małej ojczyźnie, rosną. Moje serce wypełnione spokojem, miłością i harmonią, radować się będzie na myśl o wspaniale i szczęśliwie przeżytym życiu, z dziećmi dookoła śmiejącymi się. Z moim ukochanym u boku, z radośnie biegającymi wnukami i prawnukami, które dorastały na moich oczach, stając się niezwykle pięknymi ludźmi o czystych sercach, których umysły są nieprześcignione w prędkości ich myśli i jasnych intencjach. Będę spokojnie siedziała i jedynie na krótkie mgnienie zamknę swoje oczy, jakby we śnie, marząc o tym, żeby razem z moim ukochanym żyć wiecznie w naszej miłości. Kiedy po chwili na nowo je otworzę, to będziemy już żyli w tej wieczności, bo śmierć tak naprawdę nie istnieje.

Z miłością,
Monika Nawrocka
Polskie Rodowe Posiadłości

ARTYKUŁ 5

Co nowego w Osadzie Rodowych Posiadłości „Aleje Cedrowe”?

Październik
Wymiana nasion



Jednym z koniecznych kroków ku pełniejszej niezależności jest samodzielna uprawa roślin, które są w stanie wydać płodne nasiona. Wymieniamy lub rozdajemy swoje nasiona, a przy okazji zacieśniamy sąsiedzkie więzi.



Listopad
Spacer z lampionami



Każdy z nas ma w sercu taką małą latarenkę, która mu zawsze świeci, nawet jeśli tak się zdarzyło, że tę wiedzę gdzieś zagubił po drodze.

Grudzień
Święto Słońcastania



W Osadzie nie mamy jeszcze przestrzeni dość dużej, aby pomieścić wszystkich mieszkańców i gości. Dlatego korzystaliśmy z uprzejmości sąsiadów z Krainy.



Jesteśmy ze sobą, choć nie tacy sami. Osada to brylant, gdzie każdy z nas stanowi tylko jedną z faset.



Światelko do światelka – tak gromadzą się razem ludzie podobnie myślący, pragnący tworzyć na Ziemi zapowiadany Rajski Ogród.

Mieszkańcy

ARTYKUŁ 6

Rok intensywnych prac.

Ubiegły, 2024 rok w Osadzie Kwitnące Ogrody to rok intensywnych prac związanych z posadowieniem kilku domów i największego dotychczas przedsięwzięcia na terenie wspólnym, czyli jego odwodnienia.



Już latem wiedzieliśmy, że bez wykopania rowu wokół terenu Szkoły Szczęście nie uda nam się utrzymać posadzonych we wcześniejszych latach kręgów drzew owocowych. Teren ten okazał się bardzo podmokły, a przełom poprzedniego roku obfitował w ponadprzeciętne dla tej pory roku opady. Wspólne wytyczenie rowu stało się okazją do wykreowania jego dodatkowej, rekreacyjnej funkcji. Powstał rów wyglądający jak wijącą się rzeka, którym będziemy mogli pływać łódką lub kajakiem. Tym samym centrum Szkoły Szczęście stało się ogromną wyspą.



Korzystając z okazji, zmieniliśmy nieco kształt stawu na terenie wspólnym, tworząc małe zatoczki i miejsce na plażę. Już dzisiaj, pod koniec stycznia - po obfitych opadach deszczu i śniegu wszystkie akweny w osadzie wypełnione są wodą po brzegi.

Agnieszka Cieplik
Kwitnące Ogrody

ARTYKUŁ 7

Synowie marnotrawni z Atlantydy

Zanim zacznę opowieść, pragnę poinformować że prezentowane w tym artykule przemyślenia są moją subiektywną kompilacją myślową i drogi czytelniku po twojej stronie leży rozsrtzygnięcie tematu....

Za każdym razem gdy czytałem „Anastazję” tom 2, rozdział: „Dzień działkowca i święto całej ziemi”, czułem się dziwnie. Jedna wypowiedz tam zawarta nie dawała mi spokoju, jakby z kontekstu wyrwana, baśniowa, nieprawdopodobna...

„Do Rosji tego dnia przyjadą goście! Wszyscy zrodzeni z Ziemi Atlanci! Powrócą jak synowie marnotrawni!”

Udawałem że tych zdań tam nie ma i czytałem dalej, pewnie ktoś się pomylił.... Bo przecież jest tu wyraźne stwierdzenie że Atlantyda musiała istnieć. Mało tego, zdanie to rozgranicza Atlantów na zrodzonych z ziemi i jakiś innych! Jest

położony wyraźny akcent na Atlantów zrodzonych z Ziemi, więc musieli istnieć inni Atlanci. Przypowieść o synu marnotrawnym sugeruje samowolne oddalenie od Ojca-Boga. Czyli sugestia że Atlanci oddalili się od Stwórcy?

Mijały lata, problemy życiowe narastały, kondycja fizyczna się pogarszała, psychiczna zresztą też. Zacząłem szukać przyczyn moich problemów, aż pewnego dnia się dowiedziałem od kogoś kto się zajmuje „uzdrawianiem” że problemem może być moje wcielenie w czasach Atlantydy. W ostatnich czasach przybyło jak grzybów po deszczu takich ludzi, książek na rynku o tej tematyce jest wiele. Prezentują one temat Atlantydy bardzo rozbieżnie, nawet przeciwnie, od zachwyty (i takich publikacji jest więcej) do krytycznego spojrzenia na osiągnięcia tej cywilizacji.

Postanowiłem sięgnąć do pierwszej publikacji. Mówi się współcześnie że pierwsze wzmianki o Atlantydzie pojawiły się u Platona. Platon – Dialogi: Timaios i Kritias.

O jak się zdziwiłem! Przecież Platon jest „fundatorem zachodniej myśli filozoficznej” (określenie wyjęte z Wikipedi), jego dzieła są omawiane na najlepszych uniwersytetach świata. Jego dzieła są podwaliną myśli politycznej, ustroju społecznego państw współczesnego świata.

Platon opisuje Atlantyde jako stolicę zjednoczonego imperium które władało ziemiami w basenie Oceanu Atlantyckiego. Podaje umiejscowienie jej położenia, kształt, rozmiary, umiejscawia ją w czasie, a wszystko to zaczerpuje z opowiadań egipskiego kapłana. Opisuje po krótko jej zniszczenie i sytuację polityczną w basenie Morza Śródziemnego w tamtym czasie. Platon opisuje architekturę stolicy, jej materialne bogactwo (przepych), hierarchię społeczną, sposób podejmowania decyzji państwowych i religie jaka tam wtedy panowała. Opis Atlantydy w dziełach Platona, nie jest zbyt obszerny, ale jakże wymowny. Ale co to ma wspólnego z „Anastazją”? Już wyjaśniam!

„Było tam wiele świątyń różnych bogów”...

„A pałac królewski wewnątrz zamku był tak ułożony. W środku stała świątynia Kleito i Posejdona, ośrodek kultu tamtejszego – niedostępny, murem złocistym otoczony. To był ten przybytek, w którym oni swojego czasu spłodzili i zrodzili pokolenie dziesięciu synów królewskich”... Platon – Dialogi: Kritias. (Kleito jest przedstawiona jako ziemską kobietą)

Czytając opis obrazu życia atlantyckiego społeczeństwa zaczęła ogarniać mnie niepokojąca myśl. Zacząłem zauważać coraz więcej zbieżności obrazów Atlantydy z rzeczywistością która mnie otacza dziś, w Polsce, a także wszystkich krajach świata. Zacząłem sobie zadawać pytania:

Na ile życie człowieka współczesnego różni się od życia atlanty? Czy Platon był twórcą podwalin zachodniej cywilizacji? Czy tylko powiełał coś co już dawno istniało? Czemu Anastazja porównała Atlantyde do syna marnotrawnego? Co się stało z resztą Imperium, po zniszczeniu stolicy?

I co przeszłe wcielenie w czasach Atlantydy ma wspólnego z czasem teraźniejszym?

Na te i inne pytania postaram się odpowiedzieć w następnym artykule, a tymczasem dla zainteresowanych tematem polecam lekturę Dialogów Platona

Grzegorz z Cedrowego Wzgórza

ARTYKUŁ 8

Kongres Zdrowia „Cudów”

Już w tym kwartale będziemy mieli do czynienia z cennym i wartościowym wydarzeniem internetowym, a mianowicie Kongresem Zdrowia „Cudów”, który odbędzie się w formie konferencji online. Kongres ten będzie trwał od 1 do 20 lutego 2025. Kongres ten będzie dotyczył tematów szeroko pojętego zdrowia. Również te wydarzenie będzie całkowicie darmowe dla słuchaczy.



Pojawią się na nim prelegenci, eksperci z takich dziedzin jak dietetyka, ziołolecznictwo, terapie manualne, naturalna psychologia, aromaterapii, rozwoju osobistego, holistycznego podejścia do zdrowia oraz wielu, wielu innych. Po więcej informacji na temat Kongres Zdrowia „Cudów”, odsyłam do strony wydarzenia pod linkiem: kongres-zdrowia-cudow.pl

Rafał Stachyra

ARTYKUŁ 9

Zdrowe odżywianie w zasięgu ręki

W dzisiejszych czasach wiele osób uważa, że zdrowe odżywianie wymaga korzystania z egzotycznych produktów, które często są drogie i trudno dostępne. Moda na superfoods z drugiego końca świata czy wymyślne diety potrafi skutecznie zniechęcić do zmiany stylu życia na zdrowszy. Jednak w rzeczywistości zdrowe odżywianie może być proste, tanie i oparte na produktach, które znamy od lat.

Klucz do zdrowia – prostota i świadomość

To, co jemy, ma bezpośredni wpływ na nasze zdrowie, samopoczucie i emocje. Często jednak zapominamy, jak ważną rolę odgrywa dieta w naszym życiu. Zdrowe odżywianie powinno być priorytetem – czymś, o co troszczymy się każdego dnia, na równi z innymi aspektami dbania o siebie. W końcu bez zdrowego ciała trudno cieszyć się życiem czy wspierać bliskich.

Zdarza się jednak, że brak troski o własne zdrowie wynika z niedoceniań siebie. Dla małego dziecka czy ukochanej osoby wybieramy najlepsze produkty – wysokiej jakości, pełne wartości odżywczych. Dlaczego więc tak często zapominamy, aby to samo robić dla siebie? Zamiast traktować swoje ciało z miłością, niektórzy wybierają „śmieciowe” jedzenie, które pozbawione jest wartości odżywczych.

Gdy ciało woła o pomoc

Nie dbając o zdrowie, narażamy się na poważne konsekwencje. Z czasem organizm zaczyna wysyłać sygnały ostrzegawcze – zmęczenie, osłabienie, problemy zdrowotne. Niestety, kiedy pojawiają się choroby, często jest już za późno na profilaktykę, a konieczne są działania lecznicze. Dlatego warto już teraz zatroszczyć się o siebie i zwrócić uwagę na to, co dostarczamy swojemu

organizmowi. Zdrowa dieta to jak dobre paliwo dla samochodu – bez niego nasz organizm nie będzie działał prawidłowo.

Chaos informacyjny i zmęczenie dietami

Jednym z powodów, dla których rezygnujemy z dbania o dietę, jest ogrom informacji, często sprzecznych, które nas otaczają. Cudowne diety, skomplikowane przepisy czy restrykcje powodują frustrację. Do tego dochodzą złe doświadczenia – wiele osób próbowało już różnych diet, które obiecywały szybkie efekty, ale kończyły się porażką. Ta nieskuteczność powoduje zniechęcenie i poczucie bezradności. Jako społeczeństwo stoimy więc w obliczu wyzwania – jak odżywiać się zdrowo, jednocześnie zachowując równowagę między zdrowiem a sylwetką? Odpowiedź na to pytanie jest prostsza, niż się wydaje – musimy nauczyć się słuchać swojego ciała.



Intuicyjne jedzenie – klucz do zdrowia

Nasze ciało doskonale wie, czego potrzebuje. Problem polega na tym, że nie zawsze potrafimy je słuchać. Tutaj z pomocą przychodzi intuicyjne jedzenie – podejście, które opiera się na naturalnych sygnałach głodu i sytości. Zamiast polegać na restrykcyjnych zasadach, uczymy się

rozróżniać fizjologiczny głód od emocjonalnego jedzenia i podejmować świadome decyzje.

Intuicyjne jedzenie nie jest nowym konceptem – powstało w 1995 roku, ale dopiero po latach zaczęto dostrzegać jego zalety. Badania pokazały, że osoby stosujące tę metodę są zdrowsze, mają lepsze parametry życiowe i bardziej pozytywne podejście do diety. Dziś, po niemal 30 latach od powstania tej koncepcji, wydaje się, że jako społeczeństwo jesteśmy gotowi, aby wprowadzić ją w życie.



Powrót do korzeni

Gdy inne podejścia zawiodą, warto wrócić do korzeni. Nasza rodzima kuchnia jest pełna produktów, które korzystnie wpływają na zdrowie i nie są drogie ani trudne do zdobycia. Buraki, pietruszka, kapusta czy kasze to tylko kilka przykładów polskich „superfoods”, które mogą stanowić podstawę zdrowej diety. Do tego dochodzą zioła, takie jak pokrzywa, czystek czy dziurawiec, które od wieków wykorzystywano w medycynie naturalnej. Te produkty są tanie,

dostępne i łatwe do włączenia do codziennego jadłospisu. Wystarczy kilka prostych zmian, aby odczuć korzyści – zarówno teraz, jak i w przyszłości.

Dieta jako wyraz miłości do siebie

Zdrowe odżywianie to nie tylko kwestia lepszego samopoczucia czy wyglądu, ale przede wszystkim wyraz troski o siebie. Traktując swoje ciało z szacunkiem i dostarczając mu to, czego potrzebuje, pokazujemy sobie, że jesteśmy ważni. To także sposób na zapobieganie chorobom i zapewnienie sobie długiego, pełnego energii życia.

Jeśli chcesz zacząć swoją przygodę ze zdrowym odżywianiem, nie musisz od razu sięgać po egzotyczne produkty czy wprowadzać drastycznych zmian. Wystarczy wsłuchać się w swoje ciało i zacząć wprowadzać stopniowe poprawki do swojej diety.

Dołącz do zdrowej zmiany

Jeśli temat intuicyjnego jedzenia Cię interesuje, zapraszam do śledzenia mojego profilu oraz udziału w wyzwaniach „Drużyna zdrowia”, gdzie uczymy się, jak jeść zgodnie z potrzebami swojego organizmu. Nie czekaj, aż ciało zacznie domagać się troski – zacznij już dziś!

Anna Podlewska

Mentorka Dietetyczna

fb.com/druzynazdrowia

instagram.com/druzynazdrowia

KĄCIK KULINARNY

„Pokrzywa, królowa pól i łąk”

Zajmując się zdrowym odrzywianiem prędzej czy później natkniemy się na dzikie zioła. Królową dzikich ziół jest dla mnie pokrzywa. Jest pełna witamin i minerałów i napotykamy ją spacerując przez prawie cały rok. Ja jem ją na surowo w Smoothie a dzieci uwielbiają z niej ugotowaną zupę.



Jak ją przygotowuję:

- 2 l wody
- 2 duże marchewki
- 1 korzeń pietruchy lub pasternak
- 1/2 pora
- 1/4 kawałka selera naciowego
- 1 spory bukiet pokrzywy
- 1 pęczek zielonej pietruchy lub 1 łyżka suszonej
- 2 liście laurowe
- 2 ziarna ziela angielskiego
- 1 łyżka suszonego lubczyku
- 2 łyżeczki bulionu warzywnego
- Sól
- Pieprz
- 2 łyżki oleju rzepakowego
- 1 łyżka sosu sojowego

Gotujemy na wolnym ogniu przez co najmniej 30 minut. Gotową zupę mielimy blenderem.

Serwujemy z puree ziemniaczanym i ze smażoną cebulą.

Karolina Wota

OGŁOSZENIA:

I. Zaproszenie na spotkania dyskusyjne

W Osadzie Rodowych Posiadłości "Aleje Cedrowe" spotykamy się co jakiś czas w Domu Wspólnym, żeby razem czytać fragmenty Anastazji i dzielić się swoimi przemyśleniami. Są to spotkania dla mieszkańców, sąsiadów i zaprzyjaźnionych osób podobnie myślących.

Osoby zainteresowane uczestnictwem w spotkaniach prosimy o kontakt przez stronę Osady:

vk.com/alejecedrowe lub stronę Osady na FB.

II. Książeczka z wierszami

„Sad”, „Spacer do przyszłości” i „Ogródek” to kilka z wierszy, które napisałem po przeczytaniu serii książek „Dzwoniące cedry Rosji” – Władimira Megre. Jeżeli jesteś zainteresowany moją twórczością, zapraszam do kontaktu. Cena jednej książeczki to 15zł.

Tel.: 694 495 515

Arek

III. Sadzonki Cedru



Jeżeli chcą Państwo mieć blisko siebie wyjątkowe drzewo dające dobrą energię...

Oferuję sadzonki cedru syberyjskiego (*pinus cembra* var. *sybirica*). To szlachetne drzewo uprawiam od samego początku, czyli od wysiewu nasion (tzw. orzeszków cedrowych).

Sadzonki są „szkółkowane”, czyli co roku przesadzam je do coraz większych pojemników. Powoduje to rozwój systemu korzeniowego, a to jest gwarancją 100% przyjęcia (na zdjęciu drzewko 4-letnie). Od samego początku, czyli od momentu,

gdy pierwsza igielka ujrzy światło dzienne, sadzonka rośnie w naszych polskich warunkach i jest do nich przystosowana. Do sprzedaży oferuję sadzonki:

- 3 letnie – 30zł
- 4 letnie – 40zł
- 5 letnie – 50zł

Zapraszam do kontaktu: tel. 694 495 515

Arek

IV. Działki w Osadach Rodowych Posiadłości w Zachodniopomorskiem:

"Aleje Cedrowe"

www.vk.com/alejecedrowe

MUZYKA BARDÓW / od Serca

1. Алэг и Олеся - Пусть миром правит Любовь

[https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=M5UY3XvMRPM)

[v=M5UY3XvMRPM](https://www.youtube.com/watch?v=M5UY3XvMRPM)

2. 33-й Каранан "УРА!" - Расквітае сонечны

дзень

<https://www.youtube.com/watch?v=-6vhQmKIl50>

3. Алэг Русак и Алеся Алисиевич "Сонечны

дзень"

[https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=MPyhOthD5fw)

[v=MPyhOthD5fw](https://www.youtube.com/watch?v=MPyhOthD5fw)

4. Дни плывут..."Алэг Русак и Алеся

Алисиевич.

<https://www.youtube.com/watch?v=hDqPbSoLDRI>

5. Прорастаю стебельком..."Алэг Русак и Алеся

Алисиевич.

<https://www.youtube.com/watch?v=xQcUjfeBtig>

6. Караван Солнечных Бардов в Орше

18.12.2022

[https://www.youtube.com/watch?v=-](https://www.youtube.com/watch?v=-SOUJJNxNSw)

[SOUJJNxNSw](https://www.youtube.com/watch?v=-SOUJJNxNSw)

7. Anna Szyszka feat. Paprodiad "Niech nam

wszystkim będzie dobrze”

[https://www.youtube.com/watch?v=L-](https://www.youtube.com/watch?v=L-XwtMADmJo)

[XwtMADmJo](https://www.youtube.com/watch?v=L-XwtMADmJo)

„Kwartalnik Rodowa Posiadłość” w wersji
elektronicznej znajdziecie tutaj:

polskierodoweposiadlosci.pl/gazetka

vk.com/zrzeszenieprzedsieborcow

Wszyscy powyżsi autorzy wyrażają swoją
opinię, natomiast redakcja gazetki nie ponosi za
nie odpowiedzialności.

Dziękujemy Autorom i Czytelnikom.

Kolejne wydanie kwartalne w kwietniu
bieżącego roku.