

ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГА

ЗДРАВСТВУЙ,
ДОРОГОЙ ЧИТАТЕЛЬ!

Предлагаю познакомиться. Меня зовут Мери, мне 37 лет, я квантовый психолог, коуч, родолог и просто счастливая армяночка. Родилась в прекрасном городе Алаверди Туманянского района в Армении. Уже 19 лет живу в России, из них 17 лет активно изучаю психологию, эниологию, родологию, квантологию. Мое предназначение — развернуть человека к счастью, и я преданно выполняю свое предназначение.

И во благо каждого из вас я намерена активно делиться с вами своими знаниями.

Хочу для начала ответить на два важных вопроса, которые часто задают мне. У меня спрашивают: «Скажите пожалуйста, вы работаете с больными или со здоровыми людьми?»

Психолог работает со здоровыми и адекватными людьми, которые оказались в трудной жизненной ситуации. Которые по каким-то причинам потеряли ориентир, не знают, куда пойти, что делать, как быть, люди, которым самостоятельно трудно разобраться в своих проблемах, чувствах и т.д.

Второй вопрос: «С какими проблемами можно обратиться к психологу?»

К психологу, особенно к квантовому психологу, можно обратиться с самыми разными запросами. Я лишь некоторые перечислю:

- постоянные конфликты в семье (между супругами, между родителями и взрослыми детьми, между родственниками)
 - не могу устроиться на работу
 - частые головные боли и другие проблемы со здоровьем
 - не могу найти свое призвание
 - не могу создать семью
 - постоянная усталость
 - родители постоянно вмешиваются в мою жизнь
 - как обустроить жизнь после переезда в другую страну?
 - как жить после развода?
- И так далее...



НЕ СУДИТЕ, ДА НЕ СУДИМЫ БУДЕТЕ

Сегодня хочу поговорить о том, почему нельзя осуждать других людей и как приучить себя не осуждать.

Порой очень трудно сдерживать себя и не осуждать других, особенно родных и близких...

Для начала давайте посмотрим, что происходит с нами, когда мы начинаем осуждать. Своим осуждением мы даем согласие на то, чтобы нас поместили в похожие условия (это проверенный факт). Например: осуждая тех, кто богат, мы подвергаем опасности свое благополучие, осуждая тех, кто в разводе, мы подвергаем свою семью опасности. Осуждая тех, кто не работает, мы рискуем потерять свое любимое дело...

А нужно ли нам все это — взять ситуацию другого человека на себя?

По этому поводу очень хорошо сказано: «не судите, да не судимы будете».

Важно помнить о том, что в основе осуждения часто лежит невежество. Невежество не дает нам разумно оценить все обстоятельства. Ибо у каждого человека есть свои причины и свои исходные данные для того, чтобы вести себя именно так, а не иначе!

Важно осознать. В каждый момент времени происходят самые наилучшие события!

Практическое задание

Вам понадобится любая резинка — для денег, для волос. Надевайте ее на одну руку. И каждый раз, когда вы кого-то оценили, осудили, подумали плохо — щелкните себя резинкой по коже. И переоденьте браслет на другую руку. Потом посмотрите, сколько энергии от вас утекает зря на такие никому не нужные вещи, как осуждение, критика и так далее. Попробуйте продержаться хотя бы один день, ни разу не щелкнув резинкой по руке. Это сложно, но возможно. Потом попробуйте проходить так месяц. Я вас уверяю, это практика может изменить и ваши мысли, и вашу жизнь.

В следующем номере отвечу на ваши вопросы и поделюсь с вами знаниями о том, как можно быстро прийти к счастью и к радости.

С Безусловной Любовью к каждому из вас, Мери.

200
летЖизнь — дар,
жизнь — счастьеКОГДА БЛИЗКО АРМЯНСКОЙ ДУШЕ:
конференция «Актуальный Достоевский»
собрала любителей литературы даже из Дании

Ректор РАУ Армен Дарбинян, приветствуя участников конференции, поблагодарил Россотрудничество за содействие и поддержку в реализации этой инициативы. Он отметил, что к 200-летию со дня рождения Достоевского проводится множество мероприятий, и эта конференция также станет глубоким разговором о творчестве писателя, которое отражает самые глубинные слои русской души.

«Россия с Достоевским и без него — это две разные России. Не случайно в мире превозносят творчество писателя, через Достоевского познают, проникают в самые глубинные пласты русской души. Достоевский — это тоска по настоящей»



му русскому языку, это язык кристальной чистоты и честности в выражении чувств. Очень многое из написанного Достоевским о русской душе совершенно четко подходит армянам, армянской душе. Это удивительно», — сказал Армен Дарбинян и в подтверждение этих слов процитировал отрывки из творчества писателя, которые он собирал в своих записях с молодости.

При этом ректор отметил, что сам, как и многие участники форума, вынужден был подключиться дистанционно, поскольку ждет результатов теста на коронавирус.

Заведующая кафедрой русской и мировой литературы Российско-Армянского университета Лилит Еликсетян в свою очередь подчеркнула, что ситуация

с коронавирусом стремительно вносит изменения в планы многих участников конференции. «Но я надеюсь, что любовь к литературе и интерес к творчеству Достоевского все преодолеют», — отметила она.

Директор Русского дома в Копенгагене Диана Магад при поддержке Русского дома в Ереване подключилась к форуму и рассказала об особом отношении к Достоевскому в Дании.

А с первым докладом на тему «Традиции Ф.М. Достоевского в современной духовной прозе» выступил представитель Государственного института русского языка имени А.С. Пушкина (Москва) Иван Леонов, после чего начались

активные литературно-философские дебаты участников вокруг творчества великого классика.

Напомним, Международная научная конференция «Актуальный Достоевский» нацелена на обзор, анализ и осмысление обращений к текстам Ф.М. Достоевского и его личности в современной литературе, изучение особенностей развития его идей, исследование актуальных проблем его героев, а также продолжающегося воздействия наследия классика на литературный процесс в 21 веке.

Пресс-служба «Центра поддержки Русско-Армянских стратегических и общественных инициатив»

ПОЗДРАВЛЕНИЕ



С большой радостью и гордостью сообщаем, что ряды академиков Российской Академии архитектуры и строительных наук пополнил член Нахичевань-на-Дону армянской общины Левон Рафаэлович Маилян, председатель правления СРО АС «Объединение строителей Южного и Северо-Кавказского округов».

Это первый случай в ЮФО и СКФО, всего Академиков Отделения Строительных наук РААСН 24 на всю Россию!

Поздравляем Левона Рафаэловича Маиляна с этим событием, желаем дальнейших успехов и новых свершений на научном поприще!

ГАЗЕТА РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО В РОСТОВЕ-НА-ДОНУ И РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Нахичевань-на-Дону



Ռոմի Նախիջեվան

Газета зарегистрирована в СКТУ Министерство Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций Северо-кавказское территориальное управление. Регистрационный номер ПИ № 10-3638.

Директор (главный редактор)

В.Л. Абрамян

Редактор текстов на армянском языке

А.К. Овсепян

Верстка, дизайн

В.В. Резвяков

Корректор

Я.В. Чевеля

Публикуемые материалы не всегда отражают позицию редакции.

За содержание опубликованных материалов и рекламных объявлений несут ответственность их авторы и рекламодатели.

Переписка с авторами ведется только на страницах газеты.

Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Перепечатка материалов, опубликованных в газете, только с письменного разрешения редакции.

Учредитель и издатель: РРОО «Нахичеванская-на-Дону армянская община».

Тел/факс: (863) 223-87-97

Адрес редакции и издателя: 344116, г. Ростов-на-Дону,

При подготовке номера использовалась информация Интернет-сайтов и информационных агентств.

пр. Стачки, 25, ТРК «Сокол»

(5-й этаж)

Тел/факс: (863) 266-86-96

e-mail: nnao@mail.ru

Газета отпечатана в типографии ООО «Веда», Ростовская обл., г. Таганрог, Мариупольское шоссе, 71-Е.

Объем — 12 страниц

Выходит 1 раз в месяц

Тираж 5000 экз.

Заказ №

Время подписания:

по графику 26.10.2021 в 16:00

фактически 27.10.2021 в 16:00

Дата выхода в свет: 27.10.2021

Распространяется бесплатно.

12+