

Родовая Земля

ПЕРВАЯ
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 10 (219), октябрь 2022 г.

Газета издаётся с февраля 2002 года. Подписной индекс ПР602 по каталогу «Почта России». Подписка через Интернет — <https://www.pochta.ru>. Электронная версия — <http://pressa.ru/magazines/rodovaya-zemlya/>. Выходит один раз в месяц. <http://zeninasvet.ru/rodzem>, [VK: http://vk.com/rodovaya_zemlya](http://vk.com/rodovaya_zemlya)



Силы творения мира	2	Роль погибших деревьев	10	Образ мысли на земле	12	Проект школы будущего	16	Отношения — это постоянный труд	24	Время собирать камни...	29
--------------------	---	------------------------	----	----------------------	----	-----------------------	----	---------------------------------	----	-------------------------	----



Люди часто бывают глупы и упрямы, эгоцентричны и нелогичны. Всё равно прощай их. Если ты добр, люди будут обвинять тебя в том, что под маской доброты ты скрываешь корысть. Всё равно оставайся добрым. Если ты добился успеха, тебя будут окружать притворные друзья и подлинные враги. Всё равно добивайся успеха. Если ты честен и прям, люди будут обманывать тебя. Всё равно будь честным и прямым.

Если ты спокоен и счастлив, тебе будут завидовать. Всё равно оставайся счастливым. Отдай миру самое лучшее из того, что у тебя есть, и мир попросит ещё. Всё равно отдавай самое лучшее. Друг мой, в конце концов ты поймёшь, что всё это не отношения между тобой и людьми, а отношения между тобой и Богом.

Мать Тереза

О ВОЙНЕ ВНЕШНЕЙ И ВНУТРЕННЕЙ

Ещё до мобилизации один из читателей спросил: «Что может сделать сейчас для победы обычная русская семья, никак не связанная с военным делом? Семья преподавателей-гуманитариев с маленькими детьми, например. Как помочь армии? Донаты на снаряжение и так шлём постоянно.

П.,
преподаватель
кафедры древних
языков».

Сейчас ситуация, конечно, иная. Сейчас и преподаватель может быть мобилизованным. Но, тем не менее, что каждый может сделать для победы? Ответ очень простой. Каждый может просто оставаться собой и не впасть в панику. Лучшая помощь армии — это надёжный тыл. У армии нет другого тыла, кроме нас...

Продолжение на
стр. 29



...В королевстве возник раскол: какой части царствующей династии править дальше. У каждой стороны были свои претензии на престол, и спор дошёл до вооружённого столкновения. ...И вот стоят две армии, готовые к бою друг с другом и ждут команды своих военачальников. Одной армией руководит Арджуна — лучник, воин, праведник и очень хороший человек. Его помощником, наставником и по совместительству водителем (возничим колесницы) является Кришна. И у Арджуны, глядя на армию противника, возникают сомнения в правильности того, что он делает. Он видит в армии противника своих родственников, с которыми он играл в детстве, которые его воспитывали и которых он любил. Арджуна до сих пор, будучи военачальником, испытывает такие же неизменные чувства к ним и не решается отдать приказ о начале сражения, и не хочет воевать с ними вплоть до того, что готов бросить свой лук. И в таком сложном состоянии выбора он обращается с вопросом «Что делать?» к своему духовному наставнику — Кришне...

стр. 28

Затерянный рай, или Дорогою к трём планам бытия



Мир взорвался рекламой счастливых идей.
Покажи мне счастливых людей...

«Быть Добру!» — возвестил оракул наших дней, и тысячи струн гитарных затрепетали под пальцами сегодняшних бардов. Словно во сне, учила фея языку Земли: для всех людей Земля одна — любимая планета, она для счастья создана, должны мы помнить это!

Наступил рассвет в долине реки Жане и в душах людей, населявших той ранней осенью предместья Геленджика. В бездонном космосе их глаз сияла любовь ко всему сущему, тёплой истомой нежных чувств отогревались замершие души.

Сквозь века шептало время: «Ты безконечен, вечен ты. В тебе твои творящие мечты». Пробуждаясь от векового сна, нежась в живительных лучах света, мы видели, что у нас есть всё, чтобы оставаться всегда счастливыми. Счастье перестало быть целью, мы просто ниже Любви не опускались, оно было тогда нашей естественной средой обитания.

Гений пылкой таёжной отшельницы Анастасии каким-то неведомым чудом обернул тогда наше внимание от суеты внешнего мира внутрь самих себя. Там, в глубине, в самом центре наших существ оказался утерянный рай наших душ, и мир засиял всеми красками волшебных чувств первоистоков.

Сидя на тёплых плитах дольменов, проникаясь чудесным расцветом кавказских гор, до нас дотягивались лучи светлой энергии, оживляя природную силу наших существ. Тогда совсем неважным был тот факт, что весь остальной мир живёт в суете и страданиях, так как теперь у этого мира есть мы. А мы каждым своим вздохом, чувством, мыслью и поступком возрождали собою затерянный в веках рай. Он неуклонной волной разливался в мир, исцеляя боль, нежным прикосновением доброго внимания пробуждая заблудшие души.

Без всякого усилия невежество отступало, озаряясь светом знаний о неуклонных и вечных законах бытия, которые становились явно зримы и понятны во всём проявлении торжества окружающего мира. Леса кавказских гор тогда хлопали нам в свои зелёные ладоши. Долина реки Жане в то время была своеобразной кузницей пробуждающихся душ.

Воды её реки были настолько чисты, что пить их можно было без всякой опаски, они были целебны и кристально чисты. Там мы жили месяцами, проникаясь первозданной силой. Потом разлетались по своим городам с неуклонным намерением принести этот рай в отчий дом и общество, из которого судьбой вышли.

И мы прошли через моря и океаны. И мы узнали, как горят сердца и страны. Ночей и будней штормовых случалось много, но мы остались в живых, и слава Богу...

С тех пор прошло более 20 лет. Мы прошли один целостный круг земного пути, явив собою мир нового поколения. Наши дети повзрослели и стали самостоятельными. Многие из задуманного в начале этого пути реализовались в полной мере, что-то получилось лишь отчасти. А что-то, чего уж там греха таить, пока не получилось совсем. На Земле хотелось рая, а оказалось — рая без Бога не бывает...

Мы видели, как зарождалось наше движение; то, как оно делало первые свои шаги; как бурно и даже амбициозно развивалось; как спотыкалось, падало и вставало вновь. А ныне оно повзрослело и впервые задалось честными вопросами о том, почему что-то получилось, а что-то никак пока не удаётся.

Молодому существу довольно факта развития, того факта, когда завтра заметно лучше, чем вчера. Но взрослому этого недостаточно. Ему нужна полная реализация

намеченного. Ему нужен целостно состоявшийся результат всего задуманного. Именно поэтому мы честно задаёмся вопросами и готовы критично взглянуть на самих себя, ведь на кону весь смысл реализации наших жизней. Смысл этот либо получит своё полное воплощение, либо нет.

Чуть-чуть родиться не получится, процесс требует тотальной состоятельности. Рождённый на 99% равен нерождённому вовсе — взрослому чувствуют это всей своей кожей. Пришла пора подводить первые промежуточные итоги этого в высшей степени достойного, но далеко непростого пути.

Редакция Вестника Родовых поместий попросила меня высказать своё мнение об ошибках нашего движения, их причинах. Задача непростая, но я всё же попробую выразить своё видение причин успехов и неудач этого пути, по которому сам шагаю всю свою сознательную жизнь, каждым шагом укрепляя свою веру в счастливое будущее человечества. Прошу отнестись к моим мыслям как к ресурсу, ни к чему вас не обязывающему. Это исключительно мой субъективный взгляд, а на него я имею право, данное Им, Безграничным, себя утверждая в Его сути Сверхличной.

Итак, мир совершенен — в том смысле, что всё многообразие предметов и явлений в нашем огромном мире делится всего на две части — причины и следствия, а между ними всегда есть неуклонная закономерность.

Впереди нас находится мир наших грёз и вдохновенных мечтаний — мир нашего воображения.

Позади нас увлекательный мир всего почившего в Лету — мир энергии. А в центре находится Время — тонкое соединение ощущаемого с воображаемым в мгновении настоящего.

Наши чувства нам подвластны, мы вполне способны любить и не допускать ненависти в наши сердца.

Наши мысли тоже в нашей воле. Мы можем созерцать образы, дающие нам знания, силу, вдохновение, и не отдавать попусту своё внимание тем идеям и мыслям, которые внушают нам бесплодный страх и уныние.

А это значит, что прошлое и будущее нами управляемо.

Законы Времени нам тоже известны. Механику материи с её гравитацией и центробежными силами и всю прочую совокупность знаний мы изучаем всю жизнь, всё дело лишь в дисциплине их использования.

А это значит, что все три плана бытия — прошлое, настоящее и будущее — в нашей воле.

Каждому из нас светит наша собственная звезда, наша глубинная индивидуальная природная предрасположенность. Она внутри нас, в самом центре нашего существа. Это общая совокупность всех наших симпатий к миру. Она освещает счастливую дорогу на-

шего земного пути.

Миры Времени (дисциплины), Энергии (Любви), Воображения (знаний) — это наша внутренняя вселенная.

Суть внешнего мира — зеркало, в котором отражаются индивидуальные внутренние вселенные всех ныне живущих. Он — мир последствий проявленной воли. Мир же причин внутри нас, и он, повторяюсь, в нашей воле.

Зеркало внешнего мира многообразно и невероятно привлекательно, оттого мы, часто зачарованные, тонем в нём, теряя связь со своей внутренней вселенной. Яркие эмоции его созерцания у слабого духом сознание уносит, погружая в сон воображения более сильного творца.

Попадая в зазеркалье, мы станем как матрёшки, взаимовложенные друг в друга, действуя в меру понимания на себя, а в меру непонимания на того, кто понимает больше. А все вместе вложены в единую всеобъемлющую матрёшку того, кто сильнее своим разумом всех ныне живущих.

Но это всё мир теней, мир следствий. Мир же причин — в нашей воле, которая управляет тремя планами истинно существующего бытия: энергией, идеей и временем.

Как же удалось тем шестерым жрецам древнего Египта отправить всех нас в это увлекательное путешествие — в небытие, в мир пляшущих теней их тёмного сознания?

Они смогли навязать миру новое, для того времени «прогрессивное» мировоззрение, в котором бытие представлено четырьмя базовыми формами — Материя, Энергия, Пространство и Время. В реальности же бытие триедино. Есть прошлое, настоящее и будущее и есть воля, управляющая триединством бытия.

Прошлое — это мир энергии, мы его чувствами ощущаем. Будущее — это мир образов и идей, мы его силой своего воображения представляем. И настоящее — это мир времени, мгновение между прошлым и будущим, творческое соединение энергии с идеей.

Воля же в этой связке выступает главной движущей силой. В физике это называется эффектом наблюдателя: простое наблюдение явления неизбежно изменяет его. Мир изначально — это волна, а сила внимания наблюдателя волну преобразует в частицу.

В четырёхедином мировоззрении мир представлен четырьмя независимыми от воли наблюдателя стихиями. И, как следствие такого мировоззрения, Человек представляется лишь как случайная форма эволюции, которая, словно избушка на курьих ножках, идёт, бредёт сама собой. В эволюционном мировоззрении игра четырёх независимых начал якобы крутит колесо бытия в безконечной борьбе видов в пищевых цепочках, где борьба за своё существование — есть основа развития видов.

В триедином мире, а точнее будет сказать, в мире единой воли над тремя планами бытия, борьба неуместна и абсурдна. В воле каждого человека есть неисчерпаемый источник энергии в постоянном доступе, мир безграничного воображения на расстоянии вытянутой руки и есть время, что лежит в отрезке между рождением и смертью. В мировоззрении свободной воли как основы бытия любой творческий процесс возможен, а для его осуществления у каждого изначально есть всё необходимое. Прямое противодействие свободе воли других людей предельно нелогично с точки зрения логики бытия триединства.

Это две абсолютно противоположные мировоззренческие модели. Одна ведёт путём вечной войны, вторая — миротворческая, буквально «Мир Творит». В мировоззрении свободной воли человек учится управлять энергией, идеей и временем, накапливая личную силу своего влияния на мир и себя в нём по мере роста мастерства в этом деле. Таким образом, его миры, его творения, становятся всё заметнее во внешнем мире, в котором отражается вся совокупность проявления свободной воли всех ныне живущих людей.

В противоположной модели мира человек живёт в зазеркалье, то есть вечно воюя с собственными тенями сознания, растрачивая энергию и время. Тем самым слабеет, теряет свою личную силу влияния, выступая, по сути, батареей для тех, кто точно знает, как на самом деле обстоят дела, но всё же решили для себя жить на тёмной стороне реальности.

Анастасия как-то сказала, что долг Человека — собою славу Бога преумножить, а это значит, что нам самим следует обретать мастерство и, как следствие, могущество, достойное нашего первоОтца. Находить опору в себе самом, а не искать и требовать её во внешнем мире, в мире иллюзий, большей частью тёмных, где зло само себя пожирает.

Миру надо дать, а не искать, чего бы у него взять. Миру иллюзий нам дать нечего, он сам нуждается в свежей энергии, а потому чарует своим иллюзорным блеском, заманивая нас, словно мух, в свою паутину. Он лишь отражает свет, но не является его источником. Звёзды зазеркалья ярко светят всем, но греют только себя.

Многие аналитические умы движения, поставившего своей целью перенести человечество через отрезок времени тёмных сил, осмыслиют пройденный путь одного целостного витка жизни, времени, которое определено сроком взросления одного поколения, делают свои выводы. И я со всеми их выводами согласен.

Убеждён, что каждый аспект общего целого, будь то идеологический, экономический, социальный, культурный и все остальные без исключения аспекты нашей реальности, требуют самого тщательного анализа. Однако первопричину всех успехов и неудач вижу в области мировоззрения. В области представлений о мире и своей роли в нём. А эта дисциплина оперирует предельно обобщёнными, абстрактными понятиями, которые всё же имеют первоопределяющее влияние на все аспекты нашей жизнедеятельности.

Мы начали свой путь с опорой исключительно на самих себя, не требуя и не прося ничего у мира. И тогда мы были в полной мере счастливы, тогда мы были в силе,



тогда были заложены все основы наших реальных достижений. Потом убедили себя в том, что мир нам что-то должен, тем самым переставая верить в самих себя, и с этого начали свой путь в пустоту.

«Собою Славу Бога преумножить» — возвестил оракул наших дней. А это значит взрастить зерно творца в себе самом, стать причиной нового мира. Путь в светлое будущее человечества — это индивидуальный экзамен бытия, толпою в рай не попадём. Это путь глубокого преобразования из зерна бога-человека, рефлексиирующего в человека-творца, истинного сына Бога, полноправного хозяина мира, управляющего всеми тремя планами бытия — энергией, идеями и временем.

Пробудивший в себе все три источника силы творения мира индивид и обретший мастерство их управления обретает свободу воли. Точнее будет сказать, он осознаёт наличие в себе свободы воли, которая никогда его и не покидала. В его семье царят любовь и лад, вряд ли он выберет иное. В его быту — чистота и порядок. В хозяйстве его Родового поместья — процветание. С соседями — добро и лад. В делах — порядок и успех.

Такие люди и семьи вызывают к себе естественный интерес и признание в обществе. У них нет нужды искать понимание и одобрение у окружающего мира, оно у них естественно есть. Анастасия нас именно к этому призвала: собою совершенство жизни утвердить, а не требовать признания лишь потому, что мы — носители прекрасной идеи. Отец Анастасии своему коллеге как-то возразил, сказав «не творящий ты, а просящий». Просящий вызывает лишь сочувствие, но никак не интерес и уважение.

При всём этом, конечно, мы — социальные существа, а наши души — это зеркала, когда мы вместе путь открываем для Света. Горизонтальные социальные связи вполне реальны и обладают силой своего влияния, но они вторичны, являясь лишь производными от частного проявления воли в этой системе уравнений. Вертикальные же связи человека с Землёй и Вселенной — первичные, они учитывают как частное и производное, так и движение самой среды нашей цивилизации в системе уравнений божественной математики.

Цивилизация же есть естественный процесс консолидации во времени всех творческих сил бытия, рассредоточенных в каждом ныне живущем человеке. Сообщества людей с рефлексиирующим менталитетом объединяются с целью лоббировать свои интересы среди других субкультур квалифицированных потребителей. Сообщество повзрослевшего человечества объединяется в стремлении отдать свои энергию, идеи и достижения во имя целокупности мира.

Упустив такую «малость», мы стали мыслить и говорить о принципиально новом содержании языком старых смыслов, тем самым создавая изрядную кашу в своей голове. А кашу в голове, как известно, нужно тщательно помешивать, чтобы не подгорала...

P.S. Не плачь, не бойся, не проси, а яви миру свою звезду. Там, где звёзды загораются, время в сказку превращается...

Валерий КАТРУК
г. Кишинёв
<https://vk.com/midgardtha>
Вестник Родовых поместий

Богатырское приглашает единомышленников

Родовое поселение Богатырское приглашает молодые семьи единомышленников, будущих родителей, мечтающих принять активное участие в создании уникального образовательного комплекса с «нуля».

У нас ведётся работа над проектом по созданию ЭкоЛицея — сельской школы будущего с детским садом — принципиально нового учебного заведения, который разместится на 9 га, в 2 км от ПРП Богатырское. В этом «ЭкоЛи-

цее имени М.В. Ломоносова» будут получать образование дети с трёх лет.

Наше поселение Богатырское находится в Ивановской области, в 14 км от города Иваново. От города к поселению ведёт хорошая дорога. У нас экологически чистое место, удалено от каких-либо источников загрязнения воды и воздуха, живая природа, сосновые и смешанные леса, обилие грибов и ягод. Имеются ещё восемь свободных участков.



И главная новость: администрация района сообщила, что отведённые участки по 10 соток под жилой дом в массиве одного гектара для поселенцев будут переведены в категорию земель населённых пунктов.

Из 31 семьи постоянно проживают и зимуют 18 семей, а всего у нас более 110 человек, в том числе 20 детей. В настоящее время дети школьного возраста пока обучаются в соседней деревне, где есть сельская школа, в классах от 5 до 15 школьников. Ребята из нашего поселения в шко-

лу доставляют и привозят обратно школьные автобусы. С дошколятами систематически занимаются в поселенческом Доме творчества родители. С ребятами проводят занятия профессиональные музыканты, художник с педагогическим образованием, а также хореограф. Взрослые и дети также занимаются в театрально-хоровой студии «Иван-да-Марья».

Подробности по телефону: 8-910-686-8445 (WhatsApp и Viber) — Софья и 8-930-338-0024 (Мегафон), 8-915-839-6466 (МТС) — Яков.

Осенний перелёт из Европы в деревню

Из города — в деревню... Лет 15 назад крутили у виска: «Зачем? Ведь всё устроено: квартира, работа, школы, садики, дороги».

Да, всё устроено. Только Душа не устроена, почему-то не радует эта жизнь.

Сейчас же кто-то завидует, кто-то тихо сожалеет, что не рискнул, а время ушло, кто-то радуется вместе с нами и с удовольствием приезжает в гости, в тишину, на природу и в энергии созданного Пространства.

Но никогда не поздно менять и меняться, если не устраивает что-то. Примеров тому масса и в нашем поселении.

А как вам такое: из Европы — в деревню, в маленький хутор с большими планами?!

Это вызвало интерес не только у нас, но и у съёмочной группы волгоградского телевидения «Россия-1», которая посетила наш скромный хуторок в начале сентября.



Вот как же вам-то не жилось в упакованной Европе?

Не жилось. Душа потребовала вернуться на родину, где родился, домой, в Россию.

Парадокс, что молодёжь в сёлах всё стремится в город. А у нас пополнение соседей-единомышленников.

Многодетная семья Лейман, Илья и Алина, четверо деток, обживается в нашем поселении. Выбрали землю, восстанавливают дом, который обветшал, готовятся к зиме. И очень счастливы.

Радостно, когда люди обретают силу, возвращаясь к корням, к земле. Даже сомнений нет: всё получится! Мы поможем, чем сможем, на то мы и соседи.

В земле наша правда, в земле наша сила... Земля и накормит, земля и напоит. Ты только себя для земли не жалей.

ПРП Радужное у Медведицы, хутор Тарасов, Волгоградская область

«Сад Победы» — за мир



Недалеко от деревни Чик-Елга по инициативе жителей Родовых поместий несколько лет назад был заложен «Сад Победы» в честь участников Великой Отечественной войны 1941–1945 годов сельского поселения Арх-Латышский. Их имена вписаны на информационном стенде.

В сентябре в течение нескольких дней жители Родовых поместий досаживали саженцы в «Саду Победы».

В первый заход досадили сливы, вишни, яблони. На второй день посадок приехала группа из подросткового клуба скаутов из Уфы, 15 ребят от 12 до 16 лет. Досаживали дубы, укрывали посадки.

После посадок накормили всех обедом, а потом состоялся товарищеский футбольный матч.

Благодарим организатора Веру Васильеву и всех участников за созидательный труд!

Альберт ИБАТУЛЛИН

Родовые поместья Республики Башкортостан



Как Родовое поместье меняет образ мышления

Есть у Льва Николаевича Толстого один маленький рассказ «Косточка». Так как я работаю с детьми, то мне часто приходилось его читать в воспитательных целях. Но однажды я прочитала его детям, вернувшись из Родового поместья, и назидательный смысл немножко отступил, а одно слово в тексте даже царапнуло.

«Купила мать слив и хотела их дать детям после обеда. Они лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и всё нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он всё ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел.

Перед обедом мать сочла сливы и видит: одной нет. Она сказала отцу. За обедом отец и говорит:

— А что, дети, не съел ли кто-нибудь одну сливу?

Все сказали:

— Нет.

Ваня покраснел, как рак, и сказал тоже:

— Нет, я не ел.

Тогда отец сказал:

— Что съел кто-нибудь из вас, это нехорошо; но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточки, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрёт. Я этого боюсь.

Ваня побледнел и сказал:

— Нет, я косточку бросил за окошко.

И все засмеялись, а Ваня заплакал.

Итак, мама сочла сливы, пересчитала то есть... Мама пересчитала сливы в тарелке! Причём она их посчитала, как минимум,

два раза: до того, как поставила на стол, чтобы запомнить, сколько их там, и перед обедом, чтобы проверить, не съел ли их кто-нибудь раньше времени. Так вот именно это действие и показалось мне бессмысленным.

А сливы, ведь они такие яркие, крупные, сочные, душистые, сладкие и аппетитные! Да на здоровье!

Но, оказывается, всё так просто только в живом пространстве, щедром, наполненном. А в условиях городского менталитета нужно соблюдать регламент: время обеда, время десерта. Да и съесть можно только определённое количество: по одной или по две, ну по три, если повезёт. Семья-то большая, вот и приходится всё считать. Ох уж эти цифры!

Городскому жителю не привы-

кать оцифровывать свою среду. Здесь же, в поместье, всё в килограммах, километрах, килобайтах, килоджоулях.

А живому пространству странно. Потому что живое пространство избыточно. Никому же не приходит в голову пересчитать яблоки на яблоне, груши на груше, грибы в лесу, листья на деревьях. Ну, глупо же было бы. Да и посчитать можно только то, что ограничено, чего мало, недостаточно. А чего в городе достаточно?

В Родовом поместье много места. Задох персик — ничего страшного: посажу несколько других, подумаю, как создать им лучшие условия. Разрослась яблоня — замечательно: учту, когда буду сажать что-то рядом. В Родовом поместье много яблок, груш, слив, персиков,

абрикосов, помидоров, огурцов, мёда... Здесь всего много, потому что среда обитания естественна и восполняема.

Как мама, я не хочу считать сливы в тарелке для своих детей. Хочу, чтобы они ели, сколько влезет и в любое время. Когда у нас под вишней появилась стремянка, то я поняла, что внизу уже все вишни съедены; когда стремянка плавно перешла под алычу, то поняла, что алыча созрела. Потом я сама передвинула стремянку под ароматные груши, а затем под яблоню.

На здоровье!

Наталья ВОЛКОВА

ПРП Серебряные росы,
Брянская область

Вестник Родовых поместий

Проблемы — в генетическом прошлом

Не можете решить какие-то проблемы? Ищите причины в своей генетике. Там кроется ответ и решение.

Все мы знаем, что мироздание живёт и развивается по строгим законам, что во Вселенной всё подчинено определённому природному порядку. Человек, являясь неотъемлемой частью мироздания, также подчиняется влиянию этих законов, независимо от того, знает он об этом или нет.

Гармония — это ключевая нота Вселенной. Во Вселенной всё работает по закону гармонии, подчиняясь устойчивому ритму. Любое нарушение этого ритма порождает целый ряд неприятных последствий. В наше время учёные открыли, что ритму подчиняется и жизнь наших мыслей и чувств. Выяснилось, что любовь — это ритм, а ненависть — разлад. Доверие — ритм, а ревность — разлад. Вера — ритм, а страх — разлад и т.д. Поэтому наше благополучие обеспечено, когда наши мысли и чувства настроены на тот же ритм, что

и разумная жизнь Вселенной.

А что же влияет на качество наших мыслей и чувств?

Доказано, что генетический код, определяющий физическую внешность человека ещё до его рождения, также определяет основные психологические черты, поведенческие модели и даже основную направленность мировосприятия, формируя таким образом его жизненный опыт.

Редко кто знает информацию о своих предках больше, чем 3–4 поколения. А жаль, ведь знание своего прошлого обеспечивает человеку уверенность в будущем.

А теперь отмотаем немного назад ленту нашей истории и вспомним, что пришлось пережить нашим предкам 80–100 лет назад. Революция, войны, репрессии, социальные и политические катаклизмы — вот неполный список прошлых событий. Казалось бы, всё это уже давно в глубокоом прошлом. Какое отношение это имеет к нам? Но, оказывается, имеет и самое прямое! Ведь эмоциональные состояния,

которые проживали наши предки в те тяжёлые времена, никуда не делись и продолжают жить в ничем не подозревающих потомках, подсознательно влияя на наше поведение и выбор. И многие проблемы, с которыми нам приходится сталкиваться в этой жизни, свои корни имеют в нашем генетическом прошлом. Таким образом, след из прошлого бросает тень на наше настоящее и будущее.

Примеры такого влияния:

- генетическая программа запрета на благополучие;
- хроническое недовольство;
- девушка никак не может выйти замуж;
- преклонение перед «заморскими авторитетами»;
- чужебские и его истоки.

Поэтому, зная это, мы способны освободиться от негативных наследственных программ путём сбора информации о предках (3–4 поколения). На основе этих данных составляется генограмма (родовое древо), из которой выявляются причины, породившие

проблему человека. Исходя из этого, составляется индивидуальная пошаговая программа коррекции.

Таким образом, осознанный выход из негативного «генетического транса» раскрывает перед нами безграничные возможности для самореализации:

- восстановление прерванных родовых связей;
- налаживание взаимоотношений в семье между супругами, родителями и детьми;
- выстраивание гармоничных отношений с окружающим миром;

- нахождение своего места в жизни;
- восстановление здоровья и т.д.

Какие бы трудные задачи не ставила перед нами жизнь, всё это мы можем преодолеть. Ведь именно так мы открываем в себе тот огромный потенциал, который хранит наше сознание, ибо самой великой тайной мироздания является сам Человек!

Желаю всем осознанности, счастья и процветания!

Юнна Вячеславовна ПАШУТИНА,

специалист в области психогенетики (родологии) и виктимологии, автор и ведущая обучающего курса для женщин.

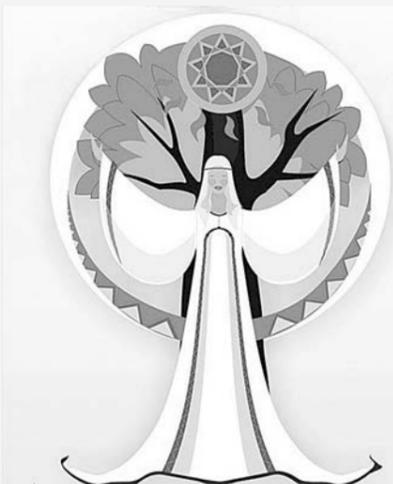
СПРАВКА

Юнна Вячеславовна ПАШУТИНА — дипломированный специалист в области психогенетики (родологии) и виктимологии с практическим опытом более 25 лет в данной области. Автор и ведущая обучающего курса для женщин. Замужем более 34 лет. Имеет двух взрослых самостоятельных детей. Более 15 лет постоянно проживает в своём Родовом поместье.



Приглашаем женщин на обучающий курс Юнны Пашутиной «ВОЗРОЖДЕНИЕ ЖЕНЩИНЫ-ЛАДЫ»

на правах рекламы.



Все мы ищем МЕСТО СИЛЫ, где исполнятся наши самые смелые мечты и всё в нашей жизни наладится!

А самое главное МЕСТО СИЛЫ — ТЫ и ТВОЙ РОД, который стоит за тобой и несёт всю значимую и важную информацию О ТЕБЕ и ДЛЯ ТЕБЯ!

Этот курс для тебя, если:

- ты боишься создавать семью или никак не можешь выйти замуж. Если у тебя есть страх потерять семью, мужа/мужчину, детей и т.д.;
- у тебя сложные отношения с твоими близкими — мужчиной/мужем, родителями, детьми, родственниками и т.д., и нет понимания, как решить эту проблему;
- ты страдаешь бесплодием или тебе тяжело даётся роль матери и жены;
- у тебя есть страх неудачи, нищеты или финансовых потерь. Если ты не знаешь, как реализовать себя и боишься остаться «за бортом» жизни;
- ты недовольна собой и тем, как ты живёшь. Если у тебя нет желаемого круга общения и друзей;
- ты не понимаешь, как совместить счастливым образом семью с карьерой;
- ты стремишься получить знания, которые помогут тебе ответить на вопросы: «Кто я?», «Зачем я родилась?», «В чём моя миссия?».

Мы будем рады видеть тебя на нашем обучающем курсе для женщин «ВОЗРОЖДЕНИЕ ЖЕНЩИНЫ-ЛАДЫ».

На этом курсе ты приобретёшь:

- Навыки решения своих самых сложных проблем с помощью генетической психокоррекции.
- Навыки формирования счастливых отношений со своими близкими: мужем, детьми, родителями и т.д. путём устранения в себе своих внутренних конфликтов.
- Навыки успешного и радостного моделирования своей жизни в желаемом направлении с помощью устранения разрушительных родовых программ в своём сознании.
- Навыки формирования своей благополучной и счастливой жизни нейтрализацией внутренних страхов.
- Навыки счастливой и уверенной в себе женщины, которую ценят и любят, путём осознания в себе своего истинного «Я».
- И, наконец, знания о Высших Законах Мироздания, которые помогут тебе настроиться на самого Творца и исполнить свой чудесный танец Жизни!

Курс состоит из пяти двухдневных оч-

ных семинаров, которые проводятся с интервалом 1,5–2 месяца. (Этот промежуток необходим для выполнения домашних заданий и обретения полезных жизненных навыков.)

Первый семинар стартует 22–23 октября 2022 года на территории ПРП СветоРусь, между Екатеринбург и Тюменью.

Уже на первом семинаре ты многое узнаешь о себе, а также осознаешь, насколько глубоко оказывают на нас влияние наши предки.

И главное — уже на этом семинаре ты получишь проверенные рабочие методы трансформации.

Ты хочешь расправить крылья и воплотить свои самые смелые мечты в жизнь? Тогда мы с радостью ждём тебя на нашем обучающем курсе «Возрождение Женщины-ЛадЫ»!

Автор и ведущая курса

ЮННА ПАШУТИНА

Более подробная информация: https://vk.com/kurs_lada, https://t.me/kurs_lada, тел. 8-912-248-7707.



«Всё больше женщин живёт с умом, всё меньше — с мужем»

Книгу Михаила Буторина с прозаическим названием «Всё больше женщин живёт с умом, всё меньше — с мужем» можно найти в Интернете, который даёт возможность приобрести её как в электронном, так и печатном виде.

Новая книга автора нашей газеты, члена Союза журналистов Санкт-Петербурга и Ленинградской области Михаила Буторина, в которой он выступает как автор-составитель, о реалиях нашей жизни, о её прошлом и настоящем.

Небольшая по объёму книга «Всё больше женщин живёт с умом, всё меньше — с мужем» состоит из двух частей. Первая посвящена афоризмам российского народа. Они разбиты по направлениям: о стране, о наших с вами взаимоотношениях, о женщинах и мужчинах, о медицине и образовании, о странностях и глупостях в повседневной жизни.

Вашему вниманию предлагаем выдержки из опубликованного в данном издании.

• Когда теряешь что-то, радуешься, что не потерял много. Когда потерял много, радуешься, что не потерял всё. Когда теряешь всё, радуешься, что терять уже нечего.

• В СССР рабочие доказали, что могут жить без богатей. Но ни один богатч не доказал, что он может прожить без рабочих.

• Вопрос о том, как прожить на пенсию, постепенно перешёл в вопрос, как до неё дожить.

• Раньше каждый переживал, что не примут в пионеры, теперь у многих одно беспокойство, что не примут в пенсионеры.

• Есть два мудрейших учителя — жизнь и время. Жизнь показывает, как нужно ценить время, а время — как нужно ценить жизнь.

• Не бойся старости, когда она приходит. Куда страшнее, если она до вас не дойдёт.

• Раньше жили с надеждой на лучшее. Сейчас с надеждой на то, чтобы хуже не стало.

• Жаль, что в первой половине жизни не хватает ума, а во второй — здоровья.

• Сейчас у нас есть всё: и подснежники в декабре, и мандарины в мае. Не хватает одного — человечности и нежности к людям.

• Когда ты нужен, все к тебе тянутся, а когда нужно тебе — все заняты.

• Всё больше женщин живёт с умом, всё меньше — с мужем.

• Не выбирай в жёны ту, с которой можно жить. Женись на той, без которой нельзя прожить.

• Можно соблазнить мужчину, у которого есть жена. Можно соблазнить мужчину, у которого есть любовница. Но нельзя соблазнить мужчину, у которого есть любимая.

• Раньше мы думали, что самое страшное — учить заданное на уроке. Теперь понимаем, что самое страшное — это учить уроки со своим ребёнком. Половину материала не помнишь, а вторую половину не знаешь.

• Медицина у нас бесплатная. Платные только лекарства, шприцы, бинты, рентген, обследования, операция и бахилы. А сама медицина бесплатная.

• Раньше до нашего телевидения нужно было дорости. Требовался определённый уровень. А теперь от наших передач можно упасть, опуститься, как принято сейчас говорить, ниже плинтуса.

• Женщины полнеют с годами, потому что опыт, мудрость, знания не помещаются в голову и распределяются по всему телу.

• Самая страшная работа — это домохозяйка. Зарплаты нет, выходных нет, отпуска нет! А кругом говорят: она не работает, дома сидит.

• Никогда не говорите женщине, что с детьми её никто не полюбит. Есть такие мужчины, которые полюбят её даже с мужем.

• Принять мужчину таким, каким он есть, может только военкомат.

• Мужчина может часами просиживать, не шевелясь, и смотреть на поплавок. А подождать

пять минут, пока женщина одевается, у него нервов не хватает.

• Говорят, Москва хорошо живёт, потому что много работает. Остальная Россия также много работает, чтобы Москва хорошо жила.

• Правительство заявило, что оснований для понижения цен нет. Поэтому цены будут повышаться без основания.

• Правительство работает хорошо. Это народ живёт у нас плохо, потому что не работает в Правительстве.

• У Иисуса был деревянный крест и золотое сердце. Сейчас у многих золотой крест, а деревянное сердце.

• Хотела отложить деньги на старость — не получается. Придётся отложить старость и быть молодой.

• У нас один вирус, который нас всех добьёт, — это ненависть друг к другу, зависть, безразличие и враньё.

• Скупой платит дважды, дурак — трижды, а россияне платят постоянно... И даже не знают кому и за что.

• Раньше хотелось о многом поговорить, сейчас хочется о многом помолчать.

• В былые времена при встрече снимали шляпу. Сейчас из уха достают наушник. В знак особо уважения достают два.

Вторая часть книги посвящена невыдуманным историям, с которыми пришлось столкнуться автору при разных обстоятельствах на протяжении почти 50 лет. Перелистывая их страницы, невольно погружаешься в атмосферу, в которой жила наша область, некоторые её районы в разные временные периоды. Приводимые в книге факты невольно наводят на размышления, дают повод оценить с позиций сегодняшнего дня. Одну из представленных в книге зарисовок предлагаем вашему вниманию.

Вот так в гости приходите!

Старушки, мои соседки, собравшись вечером возле своего дома посудачить, вспомнили былые времена.

— Как здорово раньше было: в праздники и выходные в гости за-

просто можно было сходить. Можно и без приглашения зайти. Ведь как рады люди были! А теперь все замкнулись в себе.

— Вот я и задумала однажды, — поделилась одна из женщин, — проявив инициативу, решила пригласить своих знакомых в гости. Не стала всех сразу звать: в квартире было бы никак не повернуться. А по очереди: в одно воскресенье — одну семью, в другое — следующую. Никто, между прочим, прийти не отказался, все откликнулись, приходили с удовольствием. А, прощаясь со мной, намекали: теперь, мол, ждём и вас к нам в гости, проявляя тем самым со своей стороны знак уважения.

Собеседницы оживились, ожидая продолжения рассказа.

— А дальше, — не ожидая вопроса, продолжила разговор рассказчица, — я стала ждать, когда кто-нибудь из тех, кто уже побывал у меня, пригласит к себе в гости. Проходит неделя, месяц — тишина. Раньше хоть изредка кто-то позвонит, спросит о чём-то, новостями поделится. А теперь, когда я своё гостеприимство отвела, большинство из моих знакомых и вовсе замкнулось, перестало напоминать о себе. Неужели о своём обещании забыли?

— Нет, не забыли, — поправили свою собеседницу старушки. — Теперь в гости не ходят и не приглашают. Времена изменились. Если кто и встречается, то только не дома, а где-то на стороне. Каждый замкнулся в своём мире.

— Как времена изменились, а вместе с ними — люди, — подытожили разговор женщины. — Словно в другом мире живём.

И с этим можно согласиться, хотя им, испытавшим немало трудностей на своём веку, преодолённых прожитой жизнью, очень сложно это понять. Ведь всё было. Вместе с невзгодами, выпавшими на их долю, были и радости, которые объединяли людей, делали их счастливыми от постоянного общения друг с другом.

Михаил БУТОРИН,

член Союза журналистов
С.-Петербурга и Ленинградской области

Мастера из Родовых поместий

Шить одежду вручную, просто иголкой и ниткой, — очень интересный процесс. Ты одновременно расслабляешься и сосредотачиваешься. Нужно, чтобы тебя отпустили домашние хлопоты и заботы, которых у женщин, особенно в поместье, много. И сосредоточиться на иголке, на стежкех, на мыслях, которые вкладываешь в обережную одежду.

В течение двух лет мы изучали обережный крой и сотворяли свои наряды, а с ними заново творили и открывали себя. Изучали на курсе «Шьём судьбу» под руководством Арины Никитиной и наших кураторов. Много различных праздников и посиделок устроили в этих нарядах. Выходили в них в свет, так сказать. Примеряя сотворённый образ, прислушивались к себе, наблюдали за реакцией окружающих, причуя их к образу народной одежды.

И вот, наконец, к нашему проекту был проявлен интерес. Мы смогли принять участие в фестивале «Краса Симбирска», и в день города, 11 сентября, показали

часть своих работ на публику.

Не скрою, видела на лицах зрителей даже слёзы радости. Так мила и близка народная культура!

Многие из наших участниц прошли школу хороводников. В завершение фестиваля мы завели большой хоровод. Тоже было радостно, что прохожие присоединялись, интересовались, где этому можно научиться.

Просыпается в людях любовь к родному, желание возродить былые праздники и обряды. Создаются потихоньку Пространства Любви. Расцветает Русь!

А на Земле быть Добру!

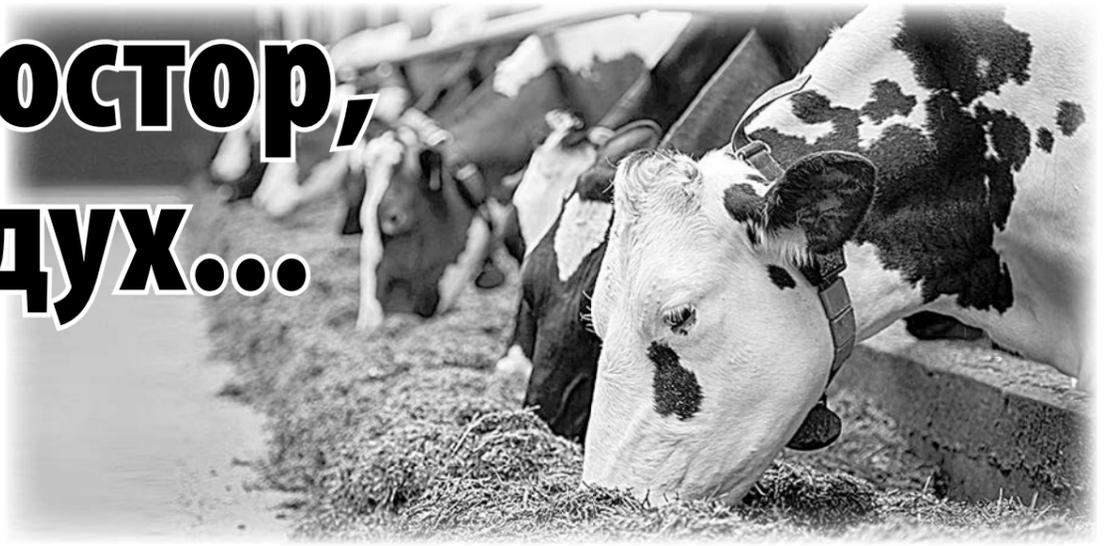
Марина ЕВСТЕГНЕВА.

ПРП Ладное, Ульяновская область
Вестник Родовых поместий



Лошади, простор, свежий воздух...

Елена Ковалец вместе с мужем и четырьмя детьми живёт на своей ферме в деревне, рядом с городом Мелеуз, в Республике Башкортостан. Они ухаживают за девятью коровами, зимой катаются на снегоходе, летом — на внедорожнике, а иногда и на тракторе и уже не представляют себе жизни в городе. Вот что рассказала Елена о себе.



Мейн-кун и африканские страусы

Я родилась в деревне и жила там до 15 лет. Потом уехала учиться в ближайший город, там же устроилась на работу, вышла замуж, родила двух дочерей — Настю и Арину.

Так получилось, что через несколько лет с первым мужем мы развелись. Я осталась жить в городе, пока не встретила второго супруга, Петра.

Познакомились мы с ним благодаря моей маме, которая очень любит всё необычное. Например, если для городских жителей кот мейн-кун — это просто домашний питомец, для деревенских — это экзотическое животное. Конечно, моя мама очень хотела себе такого кота. Но как-то раз, лет 20 назад, ей в голову пришла идея покруче: она услышала, что с какой-то фермы в наш регион завезли африканских страусов, и захотела себе таких же. Она купила двух страусят, которые прожили у неё достаточно долго, но потом погибли. Один страус гвозди своровал и съел. Другая птица порезала шею об забор. А ферму ту уже закрыли.

Это была зима с 2016 на 2017 год. Мама сильно горевала, поэтому через объявления начала ей искать новых страусов. Случайно наткнулась на мужчину, который продавал австралийских страусов. Мы созвонились и договорились о встрече. Птицы нам понравились, мы их купили.

Через три месяца после покупки этот продавец нашёл меня в социальных сетях и написал: спросил, как поживают страусы. Я сначала не поверила, что это он, но потом мы начали переписываться, общаться. У нас было очень много общих тем: он — ветеринарный врач, живёт в пригороде, занимается сельским хозяйством. Буквально через неделю мы встретились, друг другу понравились и пошло-поехало. Вскоре у нас родился сын Сергей и дочка Софья.

«Телят для мяса не покупаем»

Пётр предложил мне переехать в загородный дом и купить телёночка, потом ещё одного. Я была не против. Через полгода у нас родился сын. И примерно тогда же муж предложил купить корову, потом ещё одну и затем ещё двух.

На покупку первых двух телят мы потратили свадебные деньги. Вырастили этих коров и они стали стоить в три раза дороже. На самом деле, стоимость ещё сильно зависит от родословной. Это примерно от 50 до 150 тысяч рублей. Можно найти и намного дороже.

В фермерстве, как и везде, всё приходит с опытом. Сначала мы



взяли обычного телёнка, и только потом узнали, что бывают молочные породы. Теперь пытаемся покупать таких. Стараемся брать только тех, которые молоко дают. Для мяса не покупаем.

Всех коров нужно хорошо содержать: им должно быть сухо, тепло, светло. Очень важно качество корма. Чем лучше коровы питаются, тем больше дают молока.

— Мой дед всегда говорил, что у коровы молоко на языке. От качества корма напрямую зависит качество и количество молока. Прошлый год был тяжёлым, засушливым, и кормов не хватало. Это привело к подорожанию, увеличило стоимость примерно наполовину по сравнению с прошлыми годами. Мы не рассчитывали на это. Поэтому пришлось заниматься. По моим подсчётам, рентабельность содержания коровы составляет порядка 40%. Но это без учёта собственных трудозатрат. То есть 60% от общего дохода уходит на содержание, кормление и прочие расходы, — поясняет муж Елены.

Ещё важно, чтобы коровы не болели. Тут нам повезло, потому что Пётр — ветеринарный врач, он внимательно следит за их здоровьем, знает, какие витамины нужно давать.

На сегодняшний день у нас всего 14 животных: девять коров, две охотничьи собаки и три породистые кошки.

«Дочь сказала, что у меня было счастливое детство»

Наш день в деревне начинается в 6:30–7:00 утра. Я собираю

старшую и среднюю дочерей в школу, младших погодок везу в садик. Они учатся в городе. От нас на машине ехать буквально десять минут. К 8 часам возвращаюсь, муж уже в сарае убирает и кормит. Если ему не нужно на работу, то помогает ещё и доить. К 9:30 освобождаемся. Потом молоко процеживаем и остужаем. К этому времени за ним приезжают из магазина.

Молоко у нас хорошее, качественное. Мы изо всех сил стараемся держать планку на высоте. И видно, что люди местные его уже распробовали, в очередь выстраиваются. Я сама это видела, очень приятно.

Потом по плану — обеденная дойка, действия примерно такие же: подоить, процедить, остудить. После этого еду забирать старших детей, иногда отвожу их на кружки, потом мы ужинаем — и опять в сарай. Старшие сидят с младшими, бабушка за ними поглядывает. От всех дел освобождаюсь около 9 вечера.

Но это зимой и весной так. Летом забот, конечно, больше. Старшие дочери встречают табун в начале улицы и провожают до дома. Конкретных обязанностей по хозяйству, кроме этого, у них нет. Доевание и кормление — по желанию.

Настя говорит, что в будущем тоже хочет разводить коров. Однажды она посмотрела мои детские фотографии, нашла кадр, где я верхом на лошади, и сказала, что у меня было счастливое детство, что она тоже так хочет. Ещё её сильно впечатлила поездка на пасеку к свёкру. Ей так там понравилось! Сказала, что не представляет жизни в городе.

Младшие пока не всё понимают, но вообще ничего не боятся. Вчера дочь не пошла в сад, я взяла её в сарай. Она подходит и уверенно так говорит мне: «Давай я подою».

«Знаете, чем наши дети отличаются от городских?»

Обожаю деревенскую жизнь и природу. Лошади, простор, свежий воздух — это у меня в крови. В городе меньше работы. Физической, я имею в виду. В квартире толком ничего делать не нужно. Да и в офисе тоже. Раньше я была дизайнером в типографии и тяжелее мышки ничего не поднимала, полностью работала за компьютером. В частном доме, когда у тебя ещё и своё хозяйство, так не получится.

Минусов в сельской жизни никаких нет. Сейчас всё более или менее современно — есть газ, вода, интернет, хорошие дорогие машины. Единственное, что иногда напрягает, это то, что невозможно надолго куда-то уехать. Коров вообще оставить одних нельзя. Раньше к маме на две недели могли в деревню уехать, теперь лишь на пару часиков — и обратно. В отпуск тоже не уйти, нужно постоянно работать.

Знаете, чем наши дети отличаются от городских? Они привыкли литрами пить домашнее молоко. Когда им в садике выдают лишь один стаканчик, они не понимают, почему так мало. Мой сын всегда говорит воспитательнице: «А можно ещё?»

Вообще в деревне у детей много развлечений. Зимой мы катаемся на снегоходе или санках. Летом берём у бабушки внедорожник-вездеход, все вместе выезжаем на пасеку. На речке любим бывать.

Иногда выбираемся в соседний город, для детей это немножко «экзотика».

Мы живём сегодняшним днём и стараемся наслаждаться тем, что имеем. Хочется чего-то более профессионального и рентабельного, поэтому наши ближайшие планы — совершенствоваться.

Останутся ли дети в дальнейшей жизни в деревне — это их выбор, как им будет комфортнее. Наверное, они захотят поехать в Уфу или ещё куда-то подальше. Я не буду против. Это их жизнь. Помоему, никогда нет проблемы куда-то вернуться. Я тоже уезжала в город, училась на программиста, строила карьеру, но жизнь повернулась так, что я вернулась обратно и теперь ухаживаю за коровами. Пусть съездят, посмотрят на другую жизнь, если надо будет — вернуться.

Елизавета ЛУГОВСКАЯ
<https://mel.fm>





ЭЛИТНЫЙ ОВОЩ на воронежской земле

Черноземье славится своими плодородными землями. Но знали ли вы, что на этих землях можно выращивать такой элитный овощ, как спаржа? Местный предприниматель Олег Жолобенко решил проверить это на собственном опыте. И вот уже на протяжении четырёх лет он успешно выращивает спаржу в рабочем посёлке Ольховатка Воронежской области. Олег — владельцем КФХ «Спаржа Черноземья». Из его рассказа мы узнали, почему этот элитный овощ почти не выращивают в России, о будущих планах и о спросе на продукцию.

— *Расскажите, как вы начали своё дело, как появилась идея выращивать спаржу.*

— Я как-то зашёл в супермаркет и заметил, что на спаржу высокая цена. Меня это заинтересовало. Сначала я, конечно, подумал, что этот овощ экзотический, потому что он был завезён из Перу. Но мой интерес всё равно нарастал, и я решил помониторить рынок, посмотреть, как спаржа растёт у нас. В интернете нашёл скудное количество информации о ней, но даже это небольшое исследование дало понять, что в нашем регионе спаржу без проблем можно выращивать.

Завоздка была лишь одна — в посадочном материале. Несколько месяцев мучился, пытался найти, где же купить саженцы. Наткнулся на голландский питомник и купил у них посадочный материал. Вот с тех пор с ними сотрудничаю уже на протяжении четырёх лет. Это голландская селекция. Она популярна в мире.

— *Получается, что свой бизнес-путь вы начинали один?*

— Да. Мы начали одни с супругой.

— *Сколько инвестиций было вложено в проект?*

— Около 15 млн рублей. Сейчас, конечно, эта цифра увеличивается. На данный момент у нас 12 га засажено спаржей. А начинали мы в своё время всего с 20 соток. Потом засадили 5 га земли, потом — ещё 3 га и вот недавно — ещё 4 га земли. Один гектар посадочного материала спаржи стоит около 1 млн рублей.

— *А где землю приобретали для фермерства?*

— У меня супруга из Ольховатки. Появилась возможность в этой местности приобрести землю.

— *В связи с актуальным в последнее время импортозамещением спрос на ваш товар повысился? Поэтому планируете увеличить ежегодный урожай до 60 тонн к 2024 году?*

— Тут не в импортозамещении дело. Просто даже без той ситуации, которая сложилась не так давно в мире, нам в любом случае надо начинать набирать обороты. С мая по июнь в России не продаётся импортная спаржа. В период с июля по апрель её привозят из Перу и Мексики, где сейчас уже наступила зима. Там растения пребывают в вегетативном покое. А у нас, наоборот, сезон спаржи только начинается. Соответственно два месяца у нас нет конкурентов в этой нише.

— *А вообще за последний год*

увеличился спрос на эту продукцию?

— Да, конечно. Вообще выращивание спаржи — это очень интересно и довольно перспективно. Проблема только в одном, как я уже говорил, — в качественных саженцах. Всё остальное решаем. Пока, к сожалению, в России не производят посадочный материал. Но, может быть, что-то изменится в ближайшем будущем. Приходится покупать за границей.

— *А цены на посадочный материал подскочили?*

— Мы ещё успели завезти по цене прошлого года. Что будет в следующем году, не знаю. Но энергоресурсы для европейских стран подорожали, поэтому нам вряд ли есть чему радоваться. Но раз мы посадочный материал не сможем воспроизводить в ближайшее время, то нам точно будет сложно. И цена, конечно же, вырастет.

— *Производителей спаржи подобного масштаба в Черноземье нет, а в России их всего несколько. Как думаете, почему?*

— Потому что те, кто всё-таки начал производить спаржу, просто решили рискнуть. Ведь во всём мире это довольно популярная история. Просто в нашей стране боятся инвестировать, когда деньги приходят только на третий или четвёртый год. Поэтому, наверное, у нас и садов в стране мало. У нас так принято: если ты вложил в что-то, то завтра уже должен деньги заработать.

Другое дело, когда ты вкладываешь и не понимаешь, когда будет прибыль или когда ты уже хотя бы выйдешь в ноль. Это больше присуще европейской бизнес-модели. Там люди вкладывают и ждут. А у нас ждать никто не хочет, потому что не знают, что завтра будет в стране. Люди просто боятся вкладываться. А спаржа как раз этого и требует, потому что это не техническая культура, которую мы посадили в мае, а в августе уже собрали. Нет. Её нужно посадить. Потом через два-три года она разрастается, и только после этого в течение пяти-шести лет она будет давать урожай. И вот где-то на четвёртый год мы окупаем вложения и выходим в плюс.

— *Спаржа издавна считается лакомством императоров и королей. Есть ли у вас покупатели из числа представителей власти или бизнес-сообщества? Какие покупки они в основном делают?*

— Не знаю. Мы продаём спаржу и хотим сделать этот продукт доступным не только для высшего класса, но и для обычного человека со средней зарплатой, чтобы он мог позволить себе купить пучок спаржи. Цены у нас очень демократичные для Воронежа. Мы смотрим экономику и понимаем, что эта цена доступна для людей.

Сложность спаржи заключается в том, что она не может стоять, как огурец, например. Во-первых, у неё очень короткий сбор. А во-вторых, этот самый сбор очень сложный: за каждым стручком



Выращивание спаржи — это не совсем российская история.

Это долгосрочные деньги, это недвижимость на земле. Соответственно ниши, где «купи-продай», сегодня все заняты, и именно там жёсткая конкуренция идёт. А там, где есть риск вложений, всё свободно. Никто не хочет рисковать.

— *На данный момент у вас три точки сбыта продукта в Воронеже, готовится ещё одна в Липецке. Дальше планируется расширение сети?*

— Да. Но в Липецк заходить мы планируем в следующем году. Конечно, будем и дальше расширяться. Посмотрим, как оно будет. А в Воронеже 5–6 магазинов, где распространяется наша продукция.

— *Спаржа издавна считается лакомством императоров и королей. Есть ли у вас покупатели из числа представителей власти или бизнес-сообщества? Какие покупки они в основном делают?*

— Не знаю. Мы продаём спаржу и хотим сделать этот продукт доступным не только для высшего класса, но и для обычного человека со средней зарплатой, чтобы он мог позволить себе купить пучок спаржи. Цены у нас очень демократичные для Воронежа. Мы смотрим экономику и понимаем, что эта цена доступна для людей.

Сложность спаржи заключается в том, что она не может стоять, как огурец, например. Во-первых, у неё очень короткий сбор. А во-вторых, этот самый сбор очень сложный: за каждым стручком

нужно нагнуться и срезать его. Это очень сложная процедура.

— *А сколько стоит килограмм спаржи?*

— Около 700 рублей.

— *Вы рассказали, что в Воронежской области с выращиванием спаржи проблем нет. Я же, наоборот, думала, что это прихотливый овощ. Расскажите, какие условия и климат нужны спарже.*

— Она любит много солнца. От капельного орошения она тоже не отказывается. Если засушливое лето, её, конечно, нужно поливать. Но спаржа довольно стрессоустойчивое растение. Поэтому юг Воронежской области хорошо ей подходит для роста. Но я бы не рекомендовал сажать её севернее Московской области, потому что там спаржа только-только начала бы выходить. А мы её уже месяц собираем. Всё в экономии упирается. Чем севернее будет высажена эта культура, тем окупаемость проекта будет хуже.

— *Какие сорта спаржи вы выращиваете?*

— У нас много сортов, все они зарегистрированы в реестре селекционных достижений. Например, зелёная спаржа — это «Ксеналим» и «Баклим». Белая — «Кумулус». Вот такие сорта. В этом году завезли фиолетовую спаржу. Поэтому в следующем году будем продавать эксклюзив.

— *А чем фиолетовая отличается от белой и зелёной? Помимо цвета, конечно.*

— Она слаще и сочнее. Да и выглядит эксклюзивнее.

— *Её больше никто не выращивает у нас в России?*

— Фиолетовую пока нет.

— *Помимо спаржи что-то выращиваете?*

— Грушу, потому что её тоже в стране нет. Её боятся выращивать. Мы в основном импортируем её из южных стран. Она цветёт раньше, чем яблоня. Соответственно есть риск ночных заморозков весной, которые могут по цветению сильно ударить, что приведёт к потере урожая. Ещё боятся из-за болезней и бактериальных ожогов. Мы пробуем выращивать те культуры, которых нет в России. Поэтому, если получится, это будет хорошо. Ведь груша — очень интересная культура.

— *А по груше когда первый урожай планируете получить?*

— В сентябре в этом году получили первый небольшой урожай. Мы пока экспериментируем. Посадили одну тысячу деревьев сорта «Конференция». Это коммерческий сорт. Ждём ещё посадочный материал из Нидерландов, посадим ещё 7 тысяч груш. Рассчитываем 50–60 тонн фруктов получить через 2–3 года.

— *Вы рассказали, что весь посадочный материал для спаржи заказываете в Нидерландах и что в России его вывести пока нельзя. Почему?*

— Потому что голландцы продают только мужские гибриды, женские растения никто не продаёт. Соответственно мы не можем ничего с ними сделать. Это история на 10 лет, грубо говоря. На седьмой год уже нужно задувать о новой плантации, новой закладке спаржи, потому что старая уже будет давать менее объёмный урожай.

— *Спаржа — это сезонный овощ? Вы её собираете в апреле-июне и распродаете. Что делаете в остальные месяцы? Как зарабатываете?*

— В летний период у меня работают рабочие на постоянной основе. Они следят за спаржей, чтобы она не болела, чтобы растение было сильным, всё лето набирало сахара в корни после интенсивной срезки весной. Работы очень много после сезона. Ведь два месяца потом кормят целый год. К тому же всё зависит от объёмов. А у нас они немаленькие. Но так как мы планируем расширить ассортимент своей продукции, то хотим, чтобы сезонные рабочие у нас работали дольше — полгода.

— *Сколько человек у вас работает?*

— На сборе спаржи 30 человек. Когда мы спаржу отпускаем в рост, у нас остаётся всего три человека.

— *А бывает, что сами в поле работаете?*

— Конечно, два года я сам в поле работал, на тракторе ездил. Только в 2021 году у нас появились ещё два работника. Вот сейчас стало более-менее свободно, чтобы я мог что-то новое придумать, а не только на тракторе ездить.

— *Вы получаете какие-то льготы или господдержку как фермер?*

— Да, в 2019 году получил 1,5 млн рублей как начинающий фермер.

— *Когда планируете выйти на окупаемость?*

— В этом году мы выходим на самоокупаемость. Со следующего года надеемся, что начнём получать прибыль с данного проекта.

Инна КОРОТКИХ

г. Воронеж

<https://abireg.ru>



Как горожане становятся фермерами

В Калужской области всё больше горожан решаются переехать в деревню и заняться фермерством или завести личное подсобное хозяйство. Предприниматель Сергей Пятницкий «подхватил этот вирус», как он сам говорит, три года назад. Сегодня он с двумя друзьями создаёт ферму фактически на целине: эти земли под деревней Свиридово Бабынинского района были брошены несколько десятилетий назад и зарастали берёзками.

По словам Сергея, людей, которые хотели бы жить на земле, немало, вот только горожане зачастую не знают, с какого конца взяться за это дело. С ним согласна и заместитель начальника отдела калужского Центра компетенций в сфере сельхозкооперации Ирина Ганина.

— К нам часто обращаются за помощью люди, которые хотели бы заняться сельским хозяйством, — рассказала Ирина Ганина. — Из Калуги и из Москвы приезжают. Мы готовы найти для них земли, но горожане приходят с таким хаосом в голове. Они, как правило, хотят всё и сразу. Но так не бывает.

В Центре «Мой бизнес» агроромантиков быстро приземляют, просто задавая элементарные, казалось бы, вопросы: чем скотину кормить будете, кто работать станет, куда продукцию сбывать, где технику ремонтировать? И тут горожанин обнаруживает, что бизнес в деревне — дело затратное. Мечтается как: построил дом со всеми городскими удобствами, закупил коров и курочек, и они стали давать продукцию... На самом деле всё это тяжёлый каждодневный труд. Некоторые уходят, а тем, кто не оставляет желания построить ферму мечты, специалисты Центра помогают выстроить структуру бизнеса. Для начала хотя бы в голове.

Сергей Пятницкий из тех, кто всерьёз увлёкся сельским хозяйством. Он родился и всю жизнь прожил в центре Калуги. После школы поступил в Бауманский университет. После армии окончил Северо-западную академию государственной службы по специальности «Менеджмент организации».

— У меня было два бизнеса. Автоматические кассы, которые работали по всей области. Люди в одном месте быстро оплачивали все квитанции. После — магазин торговли разливными напитками, — вспоминает Сергей о «прошлой жизни». — В какой-то момент вместе с партнёром Алексеем Разумейко решили, что будущее за здоровым образом жизни и оставили этот бизнес.

Всё началось с того, что во время пандемии Сергей приехал в Свиридово к другу. Дмитрий поселился в этой деревне семь лет назад и просто влюбился в эти места. Потом заразился деревней и третий будущий компаньон по созданию фермы — Алексей.

— Я жил вместе с мамой и бабушкой в квартирке площадью 23 м². Сейчас и у меня, и у мамы есть квартиры. Но мне захотелось простора. Нужно жить в деревне, а не в городском муравейнике. Чтобы можно было сесть на пенёк, дров наколоть, чтобы дети научились сами дом строить, — пытается объяснить причины движения души в сторону сельского хозяйства но-

вовавленный фермер. — Люблю натуральную еду: грибы, ягоды, орехи, мёд, чай. В какой-то момент с друзьями начали ездить

все местные жители готовы бросить деревню и уехать работать в город: есть своё подсобное хозяйство, скотина. Отказываться

ладить хозяйство, чтобы поскорее получить возможность зарабатывать, не уезжая из родных мест.

— Когда мы здесь обосновались, сработало «сарафанное радио». К нам стали приходить люди, которые хотят и будут с нами работать. Есть и каменщики, и механики. Главное в деревне — быть открытым людям. Чтобы решить проблему с кадрами, нужно дружить с соседями. Когда мы всё наладим, то пригласим их на работу. Они к нам придут. К примеру, в деревне Извеково у нас есть сосед Алексей. Он пасечник в третьем поколении, медовар. Открывает в деревне автосервис, а ещё,

к зиме, чтобы стадо начало прирастать, — улыбается фермер.

Поначалу с деньгами помог дядя Сергея, а для развития молочной фермы в следующем году будут подавать заявку на грант «Агростартап». Пока же намерены отучиться в «Школе фермера» и привести коровник в порядок. Коровник стандартный, примерно на 140 голов. Ребята уже сделали фундамент, стены, ворота, крышу, подсобные помещения. Теперь предстоят внутренние работы.

— Если будут финансы, коровник будет быстро готов, ведь всё основное там уже сделано, — поделился Сергей. — Купили запчасти к тракторам, косилку и прочее навесное оборудование.

А ещё в планах строительство кузницы — мечта, наверное, каждого мальчишки, — и небольшой гостиницы. Не исключают начинающие фермеры и развитие агротуризма в перспективе. Всегда будет где разместить гостей.

— Моей дочке Софье 12 лет, — продолжает Сергей. — Она обожает деревню. Приезжает, помогает мне во всём. С детства таскает в руках огромных рыб, лягушек, ежей, котят. Когда у нас появились собственные козочки, собаки, гуси, Софья увидела, как рождается потомство. Хочет стать агрономом, заниматься ветеринарией, сельским хозяйством. Мой друг Дмитрий, который живёт в Свиридово уже семь лет, помогает нам во всём. Его история очень схожа с моей: приехал сюда к друзьям в гости и остался. Двое его взрослых сыновей тоже хотят здесь трудиться. Старший сын Никита учится в Тимирязевке на ветеринара и работает в частной клинике. Приезжает к нам на практику. Жена Дмитрия, Елена, тоже ветеринар. Вместе с сыном она сделала операцию нашему козлику, у которого случилась беда. Во время прогулки зарослям он сломал себе рог буквально на корню. Теперь мы зовём его Единорог. У Алексея жена также поддерживает его в стремлении заниматься сельским хо-



в деревню за молоком и мясом. Так пришли к мысли создать свою ферму. Алексей приехал мне помогать около года назад. Ему здесь тоже понравилось. У нас с ним много общего: спортивное прошлое, правильный образ жизни, желание сделать жизнь на селе привлекательной для людей всех поколений.

Впрочем, романтизм не мешает Сергею Пятницкому по-деловому относиться к развитию своего агробизнеса. Для начала взяли землю в долгосрочную (на 49 лет) аренду — 70 га. Вместе с заливыми лугами друзьям достался полуразрушенный коровник и три трактора, требующих ремонта. По словам Сергея, получить землю оказалось не так сложно, за что он благодарен администрации Бабынинского района. Сначала построили один дом, в котором вместе жили, потом — второй.

— Заливные луга — изюминка этого места. И Сергей сразу увидел это. Отсюда планы по развитию молочного животноводства. Мясное не пойдёт, поскольку рядом большой агрохолдинг, специализирующийся на этом, — поясняет Ирина Ганина.

В деревне Свиридово сегодня постоянно никто не живёт. А вот в соседних населённых пунктах жизнь теплится, но работать людям здесь попросту негде. Не



от этого деревенский люд не желает, а вот найти работу поблизости очень даже хотели бы. К слову, агрохолдинг предпочитает собственные кадры и местных там не очень жалуют. И это вторая особенность Свиридово и окрестностей: есть кому работать на ферме. Более того, люди готовы бесплатно помогать Пятницкому на-

технологии и оборудование хочет переместить на нашу землю. Заниматься и курировать будет дистанционно. Вот уже в августе качали мёд...

Сделав первые шаги, начинающие фермеры, занялись земельным участком: начали делать дорогу, просеки. Запрудили маленькую речушку, получили большой пруд, в который запустили мальков. Теперь нужно установить аэрацию. На ферме завелись козы, гуси, куры, овцы, бык Борис абердин-ангусской породы.

Я вырастил его сам. Кормил с руки. Хотим купить двух телочек

зайством. Работает бухгалтером. Так что штат сотрудников у нас уже есть.

А пока начинающий фермер Пятницкий, по его словам, живёт натуральным хозяйством. Друзья-партнёры делают на своей ферме всё своими руками: могут и технику починить, и дом построить, и с животными сами управляют.

Елена ШУЛЕПОВА

Фото из архива
Сергея ПЯТНИЦКОГО

Калужская область
<https://rg.ru>



Жив клуб — жива и деревня

У села есть будущее, если его жителям некогда скучать

Деревня Болотино Аургазинского района невелика — около 230 жителей. В последние годы подобные сёла нередко становятся жертвами урбанизации: молодёжь уезжает в поисках лучшей жизни, а старшее поколение доживает свой век, не объединённое никакими общими делами. К счастью, Болотино вымирающим никак не назовёшь. С такими активными местными жителями за будущее этой деревни можно не волноваться.

Клуб своими руками

— Многие спрашивают, где тут у нас болота, — смеётся заведующая местным клубом Людмила Сухарева, имея в виду название деревни. — Никаких болот нет, а село наше, построенное в 1892 году, названо в честь петербургского помещика Болотина, выкупившего эти земли. Раньше оно называлось Новопокровка, переименовали уже во времена СССР.

Сельским клубом она беззмально руководит с 2006 года. Сначала клуб располагался в здании бывшей полуразрушенной церкви, а после переехал в бывшую же школу по соседству. Косметический ремонт сделали своими силами и средствами.

— Кто ремонтировал? Мы с местной молодёжью, конечно, — удивляется вопросу Людмила. — Если какая помощь нужна, я кидая клич в нашей группе в ватсапе — кто может, тот приходит. У нас так принято.

Так что молодёжь в Болотино есть. Секрет прост: неподалёку находятся нефтепромысел и животноводческое сельхозпредприятие «Урожай», обеспечивающие работой большинство местных, а с организацией досуга и культурной жизни отлично справляется местный клуб.

— Нефтяники ещё и помогают по мелочи, вот недавно краску дали — теперь полы покрасим, — радуется заведующая. — А молодёжь в здании клуба постоянно собирается по вечерам и не только на мероприятия, но и просто так, пообщаться.

Играют в шашки, шахматы, а в пятницу и субботу обычно дискотека. Летом тут до полуночи жизнь кипит.

Здание невелико: актёрский зал со сценой да пара комнат. В зале проводится большинство мероприятий. Ни одного месяца без праздника не обходится: отмечают Масленицу, 23 февраля и 8 Марта, День Победы, День матери, День пожилых.

— Все сельчане приходят на наши праздники, от мала до велика, — уверяет заведующая. — На Новый год ёлку здесь наряжаем. Ставим взрослые и детские спектакли, устраиваем зимние и летние рыбалки с детьми на местном озере.

А спортивную площадку возле клуба, построенную при бывшей школе, облюбовали подростки. Она тоже содержится в порядке: и покрашена, и покошена. Детей в деревне около двадцати наберётся, а летом — ещё больше: приезжают к бабушкам и дедушкам на каникулы.

В музее — петь

Одна из комнат клуба обустроена под русскую старину: на полу — домотканые половики; а сундук и декоративную печку с заваляшкой разрисовала традиционной орнаментной местная мастерица, профессиональная художница Светлана Исупова. Кстати, сундук только что вернулся в музей. Его забирали на чувашский сабантуй, широко отпразднованный в Толбазах: каждый сельсовет обустроивал там свою юрту в национальном стиле.

Найдётся здесь и множество настоящих старинных вещей: различная домашняя утварь, кувшины, инструменты, уздечка, корыто.

— В двух деревнях, Болотино и Андреевке, проживает практически всё русское население Аургазинского района, — объясняет Людмила Сухарева. — И я предложила сельчанам создать такой русский мини-музей, чтобы детям его показывать, гостям. Всей деревней собирали, у кого что старинное найдётся. Вот лапти — их когда-то плела местная жительница. Вот валенки — тоже наш умелец катал.

Музей предназначен не только для осмотра. Женщины постарше по вечерам устраивают здесь посиделки, рисуют, вышивают, поют, проводят мастер-классы с детьми, обучая их разному руко-

делию. Здесь же репетирует под гармонь местный фольклорный ансамбль «Раздолье», которому уже 10 лет.

— Певцы у нас очень голосистые, без них в районе ни одно мероприятие не обходится, — отмечает специалист администрации сельского поселения Тукаевский сельсовет Владимир Сорокин.

В ансамбле поёт целая семейная династия: Людмила Сухарева, её 70-летний отец Юрий Анатольевич и дочь-первоклассница Саша. А главной запевалой и активисткой — Любви Шибаршиной, которую все зовут бабой Любой, недавно стукнуло 75.

Живёт она в доме одна, дети и внуки разъехались по свету. Огород 40 соток, коза, куры, ещё и в жизни клуба участвует.

— Часто на посиделки приходите?

— Как штык! Ни одной не пропускаю. Как со всем справляюсь? Очень просто: попозже ложусь, пораньше встаю, — бодро рапортует баба Люба.

Что ещё есть в клубе? Уголок, посвящённый уроженцу Болотино, ветерану Великой Отечественной войны Николаю Денисенко. Здесь его биография, старые фотографии, чтобы дети не забывали своих героев.

— Он прошёл всю войну, а после вернулся в родное село, много лет работал здесь директором школы. У его дочери до сих пор



здесь дом, — рассказывает Людмила Сухарева.

Обряды районного масштаба

Самым грандиозным мероприятием клуба и ярким событием для всей округи стал славянский народный праздник Ивана Купалы. Июльским вечером сельская молодёжь собралась в живописном месте на берегу пруда, чтобы воспроизвести старинные обряды. Девушки в белых хитонах и венках водили хороводы, пели песни, гадали, пускали венки по воде. Молодёжь прыгала через костёр, в массовые игры активно вовлекали гостей — прыжки через верёвку, распиливание бревна, наполнение бочек водой из пруда. Праздник посетил и глава Аургазинского района Арслан Шагаретдинов, привёз подарки для участников.

— Планировали праздник для себя, а в итоге только гостей со всего района собралось больше 200 человек, — вспоминает Сухарева. — Сценарий я написала по книгам старинных обрядов, песни специальные разучили. Площадку тоже приготовили заранее — скопили траву, поставили скамейки, арку, зажгли огромный костёр. Получилось очень красиво. Гости говорили: «Мы как будто в сказку попали».

В августе провели новый праздник для молодёжи — «Прощай, лето»: игры, песни, танцы на свежем воздухе.

Кстати, сельчан объединяет ещё и восстановление старинного храма Покрова Богородицы на территории деревни, староста

которого — опять-таки неутомимая завклубом. А в этом году жители сделали ещё одно важное дело: при поддержке ООО «Урожай» открыли в деревне мусульманское кладбище, ведь здесь живут не только русские.

— Я родом из Калужской области, в школе училась в Калмыкии, — рассказывает о себе Людмила Сухарева. — Культурной работой заниматься начала ещё тогда, в 11 классе я уже в клубе работала.

После окончания школы Людмила вместе с родителями переехала в Болотино, где жила отцовская родня, и вышла замуж за местного парня Дмитрия, ныне он староста села.

— Мы никогда не хотели переехать из деревни в город, — признаётся она. — Муж — охотник и рыбак, что ему там делать? Да и народ у нас дружный, просто всем на зависть.

А жизнь тем временем продолжает налаживаться. Как раз к нашему приезду подоспели хорошие вести из районной администрации. Во-первых, ООО «Урожай» недавно получило федеральную субсидию и теперь строит большой животноводческий комплекс на 6,5 тысяч голов, а это дополнительные рабочие места для сельчан. Во-вторых, скоро дорога от Болотино до трассы Уфа — Стерлитамак будет отремонтирована: уже выделены средства, пять километров асфальта планируется положить в 2023 году.

Жанна МИРОНОВА
Фото: Ринат РАЗАПОВ

Аургазинский район, Башкирия
<https://resbash.ru>



Зачем лесу мёртвая древесина

Жизнь большинства лесных обитателей так или иначе связана с мёртвыми деревьями. Сухостой и валежник, трухлявые стволы и дупла — родной дом для многих животных, грибов и растений. Очищая леса от упавших деревьев, мы, даже не подозревая об этом, уничтожаем лес.

Лес представляет собой не только совокупность деревьев (древостой), но также место обитания других растений и организмов. Это пространство, на котором наряду с участками, покрытыми деревьями, имеются открытые территории (поляны, просветы), зарастающие светолюбивыми злаковыми и населяемые связанной с ними фауной. Лес — это система, где безпрестанно что-то меняется, где наряду с гибелью старых деревьев и прорастания новых происходят постоянные и разнообразные процессы изменений всего живого. В этой сети взаимосвязей между видами и сообществами видов любое изменение хотя бы одного элемента экосистемы влечёт за собой последующие изменения, при этом всё остаётся в состоянии динамического равновесия, обеспечивающего существование леса.

Одним из важнейших элементов понимаемого таким образом леса являются остатки погибших деревьев. Разлагающаяся древесина мёртвых деревьев — это место обитания многочисленных растений, грибов и животных. Её значение для функционирования леса невозможно переоценить. В экологии погибшие фрагменты живых деревьев (например, трухлявые части стволов, сухие ветви и сучья, мёртвые корни), а также мёртвые и гниющие деревья, сухостой и валежник принято определять как «мёртвая древесина». Однако это название достаточно условно. Экологи знают, что «мёртвая» древесина более жива, чем когда была растущим деревом, она кипит жизнью обитателей на ней организмов.

Роль разлагающейся древесины оценена по достоинству совсем недавно. По сей день изученность темы и её значение ещё не полностью осознаны широким общественным мнением. В недалёком прошлом господствовала точка зрения, что древесина мёртвых деревьев — это «очаг размножения вредителей и заболеваний», а её заботливое удаление свидетельствовало о хозяйственном подходе лесника к своим обязанностям. Сегодня мы знаем, как много вреда повлекло за собой это убеждение. Иногда удаление мёртвого дерева может оказаться более вредным для лесной экосистемы, чем вырубка похожего, но ещё живого...

Что представляет собой древесина мёртвых деревьев для экосистемы? Это обилие всевозможных микробиотопов. Представьте себе, какое разнообразие в микроклиматические условия такого «биотопа» вносит обыкновенный гладкий деревянный цилиндр, положенный на плоскую поверхность дна леса. Образуется зона соприкосновения цилиндра с почвой, теневая зона повышенной влажности и относительно термического покоя (в тени цилиндра), зона интенсивной инсо-

ляции, резких колебаний температуры и сильного испарения.

А ведь это только гладкий цилиндр, представляющий собой очень упрощённую модель куска разлагающейся древесины. Настоящий кусок древесины — это сложный микрорельеф щелей, утолщений, суков, дупел, протоцинов и погрызов.

Каждая из этих форм располагает своим отдельным разнообразием и микроклиматом. Однако сама поверхность, несмотря на своё многообразие, отнюдь не исчерпывает всех возможностей обитания, предоставляемых мёртвой древесиной. Внутри древесины, в её сердцевине находится очень интересный и разнородный биотоп, служащий одновременно источником пищи и средой обитания для многих организмов. Одни организмы протачивают свои ходы и камеры в твёрдой, нераз-

кой древесине различным организмам растительного и животного мира...

Значительные водоудерживающие способности гумуса из разложившейся древесины обеспечивают замечательные условия для развития папоротникообразных — папоротников, плаунов и хвощей. В свою очередь, черемша, покрывающая целые участки в лиственных лесах, растущая на сырых глинистых местах либо в высокогорных буковых рощах, очевидно избегает этого гумуса, оставляя необитаемые «тени» после уже несуществующих стволов. В такой почти разложившейся древесине обитают и проникают туда многочисленные представители почвенной фауны: клещи, ногохвостки, многоножки, дождевые черви и другие...

Насекомых, связанных с мёртвым деревом, можно встретить

вым растениям, причём избыток минеральных соединений не вымывается проливными дождями в более глубокие пласты почвы и не стекает в реки (как это часто случается при искусственном удобрении), а сохраняется. Это имеет огромное значение для стабилизации естественных процессов, особенно после природных нарушений, например, после ураганов, пожаров, когда в лесу появляются огромные массы мёртвой древесины.

• Лежащий на земле ствол дерева с течением времени увеличивает свои способности в удержании воды. Эта вода поступает из атмосферных осадков и процессов разложения древесины бактериями и грибами. За время залегания колоды на дне леса (от нескольких лет до нескольких десятков лет) древесина насыщается водой. Итак, лежащие пни пред-



ложившейся древесине, другие (грибы) разлагают её, иные требуют для своего развития материала, являющегося результатом такого процесса, начиная с твёрдой с виду древесины, в которую уже проникли грибные нити мицелия до сухой, сыплющейся трухи либо перенасыщенной водой «губки». Если к лежащей на земле древесине мёртвых деревьев отнести только как к «гладким цилиндрам» разных диаметров, они составят приблизительно 65 м² дополнительной разнообразной площади на каждое 100 м² дна леса. А если учесть всю внешнюю и внутреннюю пористость мёртвой древесины? Даже трудно себе представить, какого огромного жизненного пространства для многочисленных организмов и какого огромного богатства этих организмов лишает себя человек, удаляя из лесов древесину мёртвого дерева!..

В наших географических широтах существенную роль в разложении древесины играет мороз. Особенно в последующих этапах разложения валежника, когда древесина содержит относительно много воды. Замерзающая вода разрывает поверхностные ткани древесины, размягчает их и изменяет их структуру. При больших перепадах температуры и сильных морозах это может быть существенным фактором, способствующим облегчению доступа к та-

на каждой стадии разложения материала: предварительной, тления, превращения в труху и гниения. Особенно важную роль они играют в измельчении и разложении древесины. Благодаря переносу этими насекомыми спор грибов-сапроксилофагов этот процесс ускоряется. Отмирающие деревья и их части не загромождают в избытке лес благодаря насекомым-сапроксилофагам, в частности жуку семейства усачей (Cerambycidae), который в этом процессе играет важнейшую роль в европейских лесах. Значительную функцию в разложении древесины выполняют представители семейства златок, жуков, рогачей, точильщиков, короедов, рохвостов, долгоножек и др...

Знаете ли вы, что...

• В естественном лесу в древесине мёртвых деревьев накоплено огромное количество органической материи. Одновременно со смертью дерева скопленные за время его жизни и содержащиеся в его тканях макро- и микроэлементы начинают медленно возвращаться в почву. Благодаря разным сапроксилофагам органическая материя начинает разлагаться и освобождать усваиваемые растениями элементы. Так как этот процесс длится годами, он обеспечивает постоянный приток элементов, необходимых жи-

вляющих собой резервуар воды для леса и смягчают микроклимат, господствующий под его пологом. На таких стволах, особенно крупных размеров, прорастают семена разных деревьев, так как там имеется вода в достаточных количествах. Это имеет особое значение на скальных и пересушенных грунтах. Благодаря покрову мхов, лишайников, печёночников, папоротников и цветковых растений, покрывающему лежащие пни, увеличиваются способности древесины в удержании воды.

• В мокрых болотистых лесах основную роль в обновлении деревьев играют кочки, возникшие вокруг пней старых деревьев ольхи, и гниющие колоды «пестуны». Они обеспечивают субстрат, расположенный выше уровня воды, необходимый для развития молодого поколения деревьев. Прямые ряды молодых деревьев, встречаемые в поймах и ольховых лесах, — это, как правило, «воспитанники» одной «пестуны». Чтобы дойти до почвы деревца, растущего в таких условиях, оплетают, а по мере постепенного разложения, прорастают такие колоды. Так «пестуны» обеспечивают рост молодого деревца при высоком уровне вод. Таким образом развитая корневая система деревца обеспечивает необходимый доступ воздуха и даёт начало возникновению новой ольховой кочки...

• В горах мёртвые деревья выполняют такую же функцию, как и живые: своими корнями они упрочняют тонкий легкоповреждаемый слой почвы и задерживают скатывающиеся обломки скал. Лежащие поперёк склона опрокинутые деревья либо их части, опирающиеся на живые либо мёртвые деревья, образуют необыкновенно эффективные противообвальные сооружения. Удаление мёртвых деревьев и мёртвой древесины в верхних горных лесах (особенно на территории т.н. верхнего предела леса), как и вырубка живых деревьев, вызывает риск выветривания почвы вплоть до скальной породы и увеличивает риск появления стихийных бедствий.

• В лесных ручьях упавшее крупное дерево может блокировать русло водотока и вызвать его расширение либо возникновение дополнительного русла, обходящего дерево. Благодаря этому скорость течения замедляется. Местные заторы задерживают воду в лесу и тем самым противодействуют бурному стоку вод и реки после проливных дождей. Таким образом, мёртвые деревья вносят свой вклад в противопожарную охрану лесов! Разбивка русла водотока на несколько ручьёв благоприятствует насыщению воды кислородом.

• В речках средней величины упавшее мёртвое дерево, лежащее вдоль течения и обтекаемое водой, способствует местной дифференциации морфологии русла. Различная скорость течения вызывает местное размывание дна, а в других местах — образование наносов, что приводит к возникновению мозаичности рельефа дна и его характера. Этот факт немедленно используют водные организмы. Рыболовы хорошо знают, что излюбленные места обитания многих видов рыб находятся под располагающимися в воде пнями и сучьями деревьев.

• Особое значение для лесной среды имеют деревья, вывороченные вместе с корневыми системами. К так называемому корневому щиту опрокинутого дерева прикреплены вырванная глыба почвы. Таким образом, формируется микрорельеф местности, характерный для естественных лесов, состоящий из кратеров (воронки, остающиеся после вырванных с почвой корней) и бугров, формирующихся по мере обваливания почвы с корневых щитов. Так как часто поверхностные пласты почвы чётко отличаются своим составом и гранулометрической структурой (в них преобладают рыхлые пески) от нижних прослоек (более тяжёлых, плотных, глинистых), структуры, возникшие вследствие вырванных с почвой корней, предоставляют колонизирующим их организмам совсем иные типы субстрата. Бугорки, образующиеся из песка и значительного количества органической материи (например, гумуса и толстой прослойки еловых игл), накопленной на корневом щите, содержат меньше воды, они более кислые, чем нетронутая почва на дне воронки, усталой непроницаемой глиной, где долго стоит вода.

Итак, постоянные дифференциации и омолаживание лесного биотопа происходят за счёт смерти деревьев и возникновения мёртвой древесины.

Из книги «Зачем лесу мёртвая древесина?»



Утилизация опасных отходов

Объёмы мусора во всём мире продолжают расти с огромной скоростью. С каждым годом вопросов по утилизации отходов становится всё больше. Согласно статистике, в России ежегодно образуется более 60 млн тонн бытовых отходов. Это значит, что каждый житель нашей страны «производит» около 400 кг мусора в год. Технология переработки не стоит на месте, но на данном этапе нашему государству ещё есть куда стремиться.

Главная причина разрастания мусорных полигонов — отсутствие организованной системы раздельного сбора отходов, их последующей переработки и утилизации. Также отсутствие экономических стимулов использования вторичных ресурсов тормозит развитие перерабатывающей отрасли.

Мусорная реформа в нашей стране развивается очень медленно: за два года переработка отходов увеличилась всего лишь на 2%. На данный момент перерабатывается около 9% всех бытовых отходов, а всё остальное отправляется на полигоны, образуя огромные горы бытового и промышленного мусора, которые разлагаются столетиями. Причём мусор на свалках — это не только пластик и остатки еды. Ещё это отходы производств: одежда, мебель, бытовая и электронная техника, лекарства, лампы.

Мусорная проблема в равной степени едина для всего мира.

Батарейки и аккумуляторы

Современные источники питания содержат опасные химические соединения, такие как свинец, кадмий, никель, которые при определённых условиях представляют угрозу для живых существ. Одна стандартная пальчиковая батарейка способна загрязнить 20 м² почвы и отравить 400 л воды. Ежегодно на свалку выбрасывается более 450 тонн батареек.

Что делать? Сдавать батарейки и аккумуляторы в специализированные пункты приёма. К счастью, их становится всё больше.

Конечно, специально относиться на утилизацию одну батарейку нецелесообразно. Но всё равно не стоит её выбрасывать в мусорный бак. Вместо этого можно организовать дома специальный контейнер с крышкой и складывать в него батарейки. И как только наберётся достаточное количество батареек, смело сдавайте их на переработку.

Совершенно отказаться от батареек в современном мире невозможно. Зато можно сократить их потребление, выбирая батарейки большей ёмкости, или перейти на перезаряжаемые аккумуляторы.

Лекарства

В России образуется до одного миллиона тонн медицинских и биологических отходов.

В нашей стране сбор и переработка лекарств и других медицинских отходов (пузырьки, шприцы, блистеры) от физических лиц не ведётся. Выброшенное в унитаз или в мусорное ведро лекарство оказывается в канализации, а затем — в грунтовых водах. В конечном итоге токсич-



ные вещества, выделяемые этими отходами, приводят к гибели живых организмов и нарушают природный баланс.

Во многих странах просроченные и ненужные лекарства можно сдать в специализированные места приёма или в аптеку на утилизацию. Крупные фармацевтические корпорации утилизируют их на своих специальных заводах. В нашей стране такого сервиса нет.

Что делать? Если у вас есть ненужное лекарство с не истекшим сроком годности, то его можно отдать другим на специальном сервисе Аптекашеринг, выбрав свой город. Важно знать, что продажа лекарств с рук в России запрещена законом. Поэтому, продавая свои лекарства, вы рискуете получить штраф.

Если у вас есть редкое или специфическое лекарство, можно сделать доброе дело и отдать его нуждающимся. Найти таких людей можно на тематических форумах или в группах социальных сетей (charityhospital, malteser_spb, gsmsru).

Лекарства с истекшим сроком годности необходимо правильно утилизировать. Так, в канализацию можно сливать только водорастворимые лекарства, на них в инструкции обязательно должна стоять пометка — диспергируемые.

Все остальные выбрасываются в общий мусор, но перед этим их нужно правильно упаковать: все таблетки вынуть из блистеров, измельчить, затем желательно смешать с чем-то несъедобным (кошачьим наполнителем, заваркой). Всё это сложить в банку или пакет и тщательно закрыть.

Регулярно проверяйте свою аптечку и приобретайте средства по необходимости и ровно столько, сколько нужно для выздоровления.

Ртутные лампы

Практически все газоразрядные лампы (люминесцентные, натриевые, металлогалогенные и т.п.) содержат в себе ртуть. Популярные сейчас бактерицидные лампы, обязательные к использованию в общественных местах (кафе, ресторанах, поликлиниках) также содержат ртуть. Средняя

люминесцентная лампа содержит 3–5 мл ртути. Разбиваясь, из неё вытекает 50 м³ испарений, которые моментально отравляют воздух. Нетрудно догадаться, что на мусорных полигонах под прессом других отходов лампы разбиваются и отравляют всё вокруг. Именно поэтому лампы важно утилизировать, а не выбрасывать. Их разделяют на стеклянную крошку, лом цветных или чёрных металлов, который идёт в переработку, и люминофор. Незначительное количество ртути переводят в безопасное твёрдое состояние.

Что делать? Почти в каждом городе есть точки сбора люминесцентных ламп. Ещё один экологичный приём — заменить ртутные лампы на светодиодные.

Электроника

Неработающий телефон, старый системный блок, сломанный электрический чайник — всё это тоже требует правильной утилизации. Мусорные баки — не место для отработавшей техники. Это не только неэкологично, но и незаконно. Согласно действующему законодательству, недопустимо утилизировать технику вместе с бытовым мусором.

Техника не должна попадать на свалку по двум причинам:

- технически сложные устройства содержат в составе опасные вещества (свинец, ртуть, кадмий), которые оказывают сильное негативное воздействие на почву и воду;
- техника состоит из различных материалов, пригодных к вторичной переработке (металл, пластик, стекло).

Что делать? Если электроника, которая вам не нужна, в исправном и рабочем состоянии, то её можно отдать или продать на досках объявлений Авито, Юла, тематических группах в социальных сетях (www.skyrka.com, svalka.me).

Отслужившую технику лучше всего сдать на утилизацию. Пунктов сбора сломанной техники достаточно много, также они имеются у многих крупных магазинов техники, например, таких как «Эльдорадо», «М-видео». У них можно не только сдать старую технику, но и получить купон на покупку новой.

При сдаче в утилизацию

смартфона, планшета или другой техники, удалите свои персональные данные до заводских настроек, чтобы их не получили третьи лица.

Одежда

Одежда не относится к категории опасных отходов, но текстильная промышленность создаёт огромное количество отходов. На создание одежды тратится большое количество энергии и сырья.

Увеличение темпов производства влияет на образование огромного количества текстильных отходов. Одежда из натуральных тканей разлагается более 40 лет, а из синтетики — до 200 лет.

Что делать? Базовый гардероб с вещами, которые сочетаются друг с другом, это не только модно, но и удобно. 10 сезонных вещей помогут создать до 30 разных образов. При этом вы будете выглядеть стильно и освободите свой шкаф от старого хлама.

Дизайнеры по всему миру перестали смотреть на отходы как на мусор, а начали воспринимать его как ресурс. Так образовалась концепция «trash»: от англ. trash — мусор и fashion — мода. Это одежда, обувь или аксессуары, сделанные из мусора. Многие бренды уже производят вещи из пластика.

Умная сортировка

Инновационные технологии переработки активно внедряются в промышленность. Ведь сортировка мусора вручную — тяжёлый труд, и его автоматизация позволит улучшить качество работы сортировочных станций.

Одна из перспективных сфер автоматизации — применение искусственного интеллекта (ИИ) для «умной сортировки». На мусороперерабатывающих заводах ИИ заменяет оптический сепаратор, который для многих недоступен из-за дорогостоящей гиперспектральной камеры. Благодаря меньшей стоимости, оборудование для ИИ окупается быстрее. Установка с нейронной сетью окупается за два года, а с оптическим сепаратором — за 10–15 лет. Кроме того, ИИ менее прихотлив к освещению и может разбирать более сложные случаи. А ещё ней-

ронные сети не нуждаются в постоянной калибровке в отличие от спектрометра.

Как работает ИИ?

Над лентой конвейера устанавливаются камера и набор датчиков, информация с них передаётся на компьютер с модулем технического зрения — именно он использует нейронную сеть. Полученные данные передаются на основное ПО, которое даёт исполнительным устройствам команду на отбор интересующих нас фракций. Конечно, нужно научить нейронную сеть различать мусор. Для этого в базу загружаются от 5 до 10 тысяч фотопримеров для одного вида отходов, и сеть их запоминает. Люди вручную проверяют качество распознавания и по необходимости загружают дополнительную информацию, таким образом нейронная сеть обучается. Такая технология снижает вовлечённость человека в сортировочный процесс на 90%.

Роботы-сортировщики

Применение дельта-роботов — ещё одно нововведение, работающее на основе искусственного интеллекта. Робот с помощью присоски выдёргивает из потока нужный мусор и распределяет по разным контейнерам. Машина различает находящиеся на ленте объекты по форме и цвету. Дельта-робот собирает до 60 фракций в минуту. Для сравнения: человек в минуту собирает до 30 фракций.

IoT-датчики в мусорных баках

Внедрение IoT (Internet of Things) сервиса в мусорные баки является частью программы «Умный город», которую планируется запустить в России к концу 2024 года. Внутри мусорных баков устанавливаются датчики, измеряющие уровень отходов. Когда бак будет заполнен, подаётся сигнал «пора вывозить». Система собирает данные, анализирует и составляет маршрутные листы для водителей мусоровозов. Это позволит избежать скопления мусора на улице, минимизирует холостой пробег мусоровозов, а также снижает расходы коммунальных служб до 50%.

«Умный» мусорный контейнер

ИИ-технологии развиваются не только в промышленности, но и в быту. Экоактивисты разных стран создают умные мусорные баки. В умный контейнер встроены датчик наполняемости и камера, которая распознаёт материал, сортирует, спрессовывает и отправляет его в нужный бак. Когда бак заполнится, контейнер уведомит об этом.

В России на законодательном уровне планируется запретить использование пластиковых трубочек, одноразовой пластиковой посуды, ватных палочек и цветных бутылок.

Однако полностью отказаться от пластика человек не может, а потому в обозримом будущем нужно разрабатывать такие стандарты, которые направлены не столько на минимизацию пластика, сколько на внедрение такого пластика, который пригоден для переработки.

Ольга ДАДАШЕВА

<https://green-club.su>

Публикуется в сокращении

Органический огород:

как вырастить продукты без использования химии



Когда у меня спрашивают, что такое органическое земледелие, то я в первую очередь отвечаю, что это образ мысли, который подразумевает одно — не навреди природе и не навреди себе. И далее каждый сам начинает развивать эту мысль, куда ему хочется: начиная от бабушкиных рецептов и заканчивая биодинамикой и пермакультурой.

Но во всех этих подходах красной линией идёт один закон — не используем химию и химические (синтетические) удобрения. Это ТАБУ.

Многие дачники, привыкшие подкармливать свои помидорки мочевиной или азотосодержащей, спросят: «А что же нам делать? Неужели мы не экологичные?» По всем требованиям органики — да, использование мочевины или других синтетических минеральных удобрений недопустимо. Как, впрочем, и любых химических пестицидов, начиная от ставшего популярным «Раундапа» и любого другого. Даже если на этикетке написано «безвредно» или «период распада 7 дней» и т.д. — НЕЛЬЗЯ! В этом и есть основа органического земледелия: никакой химии!!!

Что же нам делать и как выращивать, чтобы было безопасно для здоровья и для природы?

Для желающих погрузиться более глубоко в тему органического земледелия порекомендую прочитать ГОСТ 33980-2016 «ПРОДУКЦИЯ ОРГАНИЧЕСКОГО ПРОИЗВОДСТВА. Правила производства, переработки, маркировки и реализации».

На 87 страницах этого стандарта вы найдёте всё: как произвести органическую продукцию, за исключением, наверное, только у кого и где купить органические удобрения и биологические средства защиты растений. А для тех, у кого нет возможности читать такое количество букв, адаптирую этот текст с реальными примерами и рекомендациями.

Здоровая почва

С чего начинается органическое земледелие или огородничество? Конечно, с земли.



Есть один принцип в Органике: здоровая почва — залог урожая. Поэтому всё ваше внимание должно в первую очередь направлено на почву и понимание, какие процессы там происходят и что нам с ней делать.

Почва — основа всего живого и, по сути, единственный возобновляемый ресурс на планете. Но чтобы почва выполняла свои функции зарождения жизни и питания, надо ей в этом помогать и поддерживать в ней жизнь, которую она передаёт дальше всем растениям, ну и нам соответственно.

Если грубо рассмотреть, то почва состоит из трёх элементов: минеральные вещества + органическое вещество + биота (микроорганизмы и насекомые).

Только баланс этих трёх компонентов позволяет почве выполнять свои функции. Использование химии нарушает этот баланс, ведёт к истощению органического вещества и уничтожению биоты, тем самым превращая почву в безжизненный субстрат, который постепенно в масштабах планеты превращается в пустыню. И когда нам кажется, что на своём дачном участке просто невозможно «убить» почву, то вы заблуждаетесь. Очень многие уже столкнулись с эрозией, уплотнением и падением плодородия.

Как подготовить почву к зимовке

Заботиться о почве надо начинать с осени. Как только собран

урожай, необходимо накрыть почву остатками растительности. Если есть скошенная трава, то на все грядки из-под овощей положить эту траву. Для большего эффекта рекомендую обработать почву кисломолочными бактериями любых производителей, которых найдёте в магазине («Байкал 2» или аналогичные продукты ЭМ-технологий). Кисломолочные бактерии хорошо переработают органику, которая осталась в почве, разрыхлят её и обогатят питательными веществами. Трава сверху позволит развиваться всем видам микроорганизмов и в первую оче-

редь дождевым червям, которые так же, как и микроорганизмы, сделают её более плодородной. Если есть перегной или компост, который вы собрали за лето в виде скошенной травы и пищевых органических остатков, то его также можно разбросать по поверхности грядки, но обязательно сверху заложить травой и пролить биопрепаратом. К биопрепарату я бы добавил ещё гуминовые кислоты, которые продаются в любом хозяйственном магазине и называются как вермичай или биогуматы. Этот продукт не только поможет расщепить полезные элементы в почве в доступные для растений, но и активно участвует в процессе формирования гумуса и жизнедеятельности микроорганизмов.

Итак, осенние работы после уборки урожая: раскидали перегной или компост слоем 1–2 см на грядки, пролили из лейки рабочим раствором (смесь воды, бактерий и биогумата: у каждого производителя своя дозировка, но, как правило, 1:100) и сверху закидали это всё скошенной травой или растительными остатками. Перекапывать ничего не надо, природа сама обо всём позаботится.

Отбор и подготовка семян к посадке

Идёт фанатичная закупка семян, торфяных стаканчиков, вытаскиваются лампы и оконные теплички, все готовятся к посадке семян под рассаду.

Какие вопросы экологичности должны соблюдаться на стар-

В рознице вы их практически не найдёте.

Тем, кто не хочет покупать каждый год гибриды и желает иметь у себя традиционные вкусы, надо искать семена. При покупке смотрите, чтобы на упаковке не было написано, что это гибрид или буковка F1. Можно поискать в интернете продавцов традиционных семян старых сортов, прочитать отзывы. Я, как минимум, на двух таких продавцов подписан в ВКонтате, у них можно купить всё и даже много уникальных сортов. И в будущем вы уже сами сможете собирать семена с урожая и использовать их для посева, а не покупать!

Посадка семян: надо ли замачивать?

Существует большое количество рекомендаций по подготовке и замачиванию семян, но я использую традиционный способ: замачиваю просто в воде на несколько часов перед посадкой. Единственное — добавляю в воду немного гуминовых кислот, чтобы цвет раствора был как слабый зелёный чай.

Семена очень остро реагируют на концентрацию различных добавок и ростостимуляторов.

Почвогрунт для семян должен быть неплотный, для этого лучше использовать смесь компоста с торфом и землёй, можно добавить туда кокосового субстрата. И вот теперь вы можете в почвосмесь добавить тех же гуминовых препаратов и микробиологии, исходя из того, что есть в магазинах. Для этого случая можно посоветовать



«Азотовит» (он фиксирует азот из атмосферы и является хорошим ростостимулятором), тот же «Байкал» или другие ЭМ-продукты. Для того чтобы убрать фон болезней, добавьте в раствор ещё биопрепарат «Фитоспорин».

Для активного развития корневой системы ещё купите биопрепарат с названием «Микориза». Это симбиотический гриб, он вступает в симбиоз в корневой растении и обеспечивает как трансформацию питательных элементов для растения, так и выработку ферментов и аминокислот.

Для тех, кто боится ГМО, скажу: гибриды, которые продаются в розницу, как правило, не ГМО.

Однако надо всегда помнить, что семена, собранные с полученного урожая, для дальнейшего посева будут бесполезны, они либо не дадут вам вообще урожая, либо он будет очень плохой.



кислот, необходимых для активного развития и повышения фитоиимунитета растений. Корневая при его использовании увеличивается в 4–10 раз и соответственно не только получает больше питательных элементов и воды, но и структурирует почву, делая её более плодородной.

Все препараты можно замешать в одном рабочем растворе с водой, а для лучшего эффекта и развития микроорганизмов добавить туда биогумата, немного сахара. А если вы ещё купите хлореллы в жидком или сухом виде, то бактерии вам будут очень признательны за такой вкусный коктейль. Рабочий раствор после подготовки должен постоять 4–6 часов для активации бактерий, особенно если вы использовали препараты в сухом виде. Единственно, что необходимо учесть: этим раствором необходимо обрабатывать почву за 1–3 дня до высадки семян, чтобы бактерии успели прижиться и выработать уже питательные элементы для семян и будущей рассады.

Посевные работы весной

Все наши работы начинаются с подготовки почвы и грядки. Если вы успели сделать мульчирование почвы с осени, то можете всё это перекопать, добавив предварительно рабочий раствор с биопрепаратом, точно такой же, как мы с вами готовили для рассады. Если у вас мульчи не было, то необходимо разбросать перед перекопкой тонкий слой перегноя и также добавить тот же раствор с биопрепаратом.

Применяя биопрепараты, вам не надо использовать машину навоза, на весь участок может хватить 200–300 кг. Этого достаточно, чтобы дать питание бактериям, а они уже сделают всю работу по обеспечению растений питанием. Но если есть возможность и силы разбросать машину перегноя, то это приветствуется!

После посева семян и пересадки рассады нужно полить землю водой и добавить в неё препарат «Корневин», он очень хорошо помогает развитию корневой системы и её приживаемости, а также биогумат. Этого достаточно, так как биопрепараты мы уже внесли во время подготовки почвы.

Защита растений от насекомых, болезней и сорняков

Сорняки

Для получения органических продуктов у вас есть два выбора — полоть вручную или накрывать почву мульчей или спанбоном. Мне мульча больше по душе, так как под ней формируется больше

жизни, плюс она хорошо собирает влагу. И даже в самые жаркие дни, если вы не смогли полить, мульча может сохранять от пересыхания почву минимум неделю. В качестве мульчи лучше всего использовать скошенную траву. Понятно, что ни «Раундап» и никакие другие химические гербициды не прибавят ни вам, ни почве здоровья, и, естественно, они запрещены при органическом производстве.

Болезни

На сегодняшний день в России появилось очень большое количество биопрепаратов для органического и экологического сельского хозяйства, которые не несут вред, а только пользу. Но так как мы с вами ориентируемся на то, что можно купить в магазине, то, наверное, самый распространённый препарат от компании «Башинком» — «Фитоспорин». Этот препарат производится в разной фасовке и с разным назначением, но все разновидности предназначены для защиты растений от болезней. Также есть ещё много препаратов от других производителей, которые близки по своему действию, такие как «Трихозан», «Витаплан», «Бактофит», «Ризобакт» и т.д.

Скажу ещё один большой секрет: если вы полностью выращивали с помощью биологии, то на второй год практически не останется болезней в почве и, соответственно, их не будет на растениях, если только вы не принесёте их с семенами.

Также в розничных магазинах широко представлены биопрепараты компании «АВТ Групп» — «Алирин-Б» (от болезней), «Гамаир» (от болезней), «Глиокладин» (от корневых гнилей), «Витаплан» (от болезней), «Трихоцин» (от корневых гнилей).

Насекомые

Это самые сложные и прожорливые товарищи, с которыми вам надо найти общий язык. Есть много биопрепаратов по борьбе с насекомыми, но, как истинный органик, постарайтесь найти симбиоз и равновесие экосистемы. И у вас тогда появятся насекомые-хищники (энтомофаги), они будут сдерживать равновесие, чтобы тля, к примеру, не ела ваш перец или баклажан, а божья коровка будет контролировать популяцию этой тли. Но это будущее, а пока посмотрим, какие препараты нам позволят справиться с нашествием насекомых.

Для начала надо разделить на две группы насекомых — почвенные и листовые.

• Почвенные насекомые

С почвенными насекомыми, такими как проволочник, хрущ, личинки колорадского жука и другие, лучше всего справляется гриб «Метаризин». Для него видовым

питанием является хитин, и он начинает развиваться на всех хитиносодержащих насекомых, постепенно поедая их внешнюю оболочку, тем самым лишая желаний вредить корешкам растений.

«Метаризин» продаётся в магазинах, вносить его в почву можно также через полив, начиная он действовать при прогреве почвы до 20°C. Он так же, как и все бактерии, любит влагу, поэтому в сухой почве может не работать.

• Листовые насекомые

Начну, наверное, с самого популярного — колорадского жука. От него самый эффективный препарат — «Битоксибациллин», а также «Метаризин» сработает по личинкам в почве и сократит популяцию.

Также можно опрыскать клубни картофеля «Метаризином», это тоже поможет в сокращении данной популяции.

Далее по популярности — белокрылка и прочие летающие крапивные и нет, но все прожорливые и яйценоские, а также ползающие и грызущие. Для них приготовлены такие препараты, как «Фитоверм», «Спинтор», «Лепидоцид», «Битоксибациллин», «Планриз».

Все перечисленные препараты также работают хорошо по насекомым и болезням в саду: яблоки или вишня могут быть уверено защищены.

Единственный момент: очень часто та же плодоярка откладывает яйца при цветении в сам цветок, и если во время цветения не обработать, к примеру, «Битоксибациллином», то есть шансы получить яблоко в дырочку. Биопрепаратами потом невозможно убить личинку и гусеницу в самих плодах, так как биопрепараты не проникают внутрь по соковым путям в отличие от пестицидов.

Правильное хранение урожая

Чтобы уничтожить потенциальные остатки заболеваний, которые мы вместе с плодами заносим в свои кладовки, рекомендую обработать собранный урожай тем же «Фитоспорином». Также им можно обработать и саму кладовку или склад, чтобы он уничтожил грибки, которые там накопились. Для обработки кладовки или погреба подойдёт и «Фармойод».

Ещё остался один вопрос — подготовка компоста и собственных органических удобрений. Для этого можно использовать любые органические остатки: если крупные корки арбуза, то лучше их порезать. Всё это можно перемешивать со скошенной травой, добавлять немного почвы, обязательно пролить водой (бактерии любят влажность), залить раствором кисломолочных бактерий (ЭМ-продукты) и добавить биогуматы. Но если вы рискнули установить мини-червятник, то получите очень качественный вермикомпост и сами сможете делать вермичай как для полива почвы, так и для подкормки по листу.

Практически обо всём вам рассказал, чтобы вырастить органическую продукцию. Конечно, сертификат «Органик» вы не получите, но в качестве награды будет у вас хороший и вкусный урожай и благодарность от почвы за то, что вы подарили ей столько любви.

Иван ГАРАЕВ,

директор Института органического сельского хозяйства
<https://green-club.su>



Способы хранения лука-порей

Не так давно начал культивировать на своём участке лук-порей. Как-то соседка дала мне оставшуюся после высадки рассаду. С тех пор он мне и полюбился за мягкий вкус.

Сажая его каждый год через рассаду, так как до полной спелости расти ему надо несколько месяцев. Вот и сейчас пока сидит на грядке, ждёт уборки. Но я его уже использую для приготовления некоторых блюд.

Срок уборки

В середине сентября убираю с грядки стебли, отстающие в развитии, тонкие и мешающие расти другим. Остальной лук убираю перед заморозками, хотя можно и позже, так как лёгкий морозец этому растению не страшен.

Выкапываю аккуратно, чтобы не повредить длинную ногу, она глубоко сидит. После уборки сушу на солнце, если повезёт с погодой.

Отбор на хранение

Сортирую лук по размеру. Если ещё остались на грядке «хвостики», пускаю их на еду, так как храниться такие овощи будут недолго, усохнут.

Самые крупные пойдут в хранилище. Поступаю с ними так:

- помещаю в ящик с опилками или песком, насыпанными на дно;
- ставлю стебли плотно рядом;
- на корни подсыпаю субстрат, чтобы они не были голыми;
- субстрат держу немного увлажнённым.

В таком состоянии порей будет продолжать медленно расти. В темноте нога у него отбелится. Температура в хранилище должна быть около +2°C. Храниться лук может до весны.

Хранение в холодильнике

В холодильнике лук-порей сохранился дольше, если предвари-

тельно его подвергнуть заморозке. Я это делаю так:

- очищаю лук от листьев, срезаю корень;
- помещаю в морозилку на 20 минут;
- вынув из морозилки, раскладываю в полиэтиленовые пакеты с дырками;
- храню в холодильнике в отделе для овощей.

Такой способ позволяет сохранить лук-порей до пяти месяцев. Без заморозки продукт можно сберечь два месяца.

Хранение некондиционного лука-порей

Если некондиционного лука осталось много и сразу его не съест, существуют способы сохранить его при помощи сушки или заморозки.

Сушка

Перед сушкой лук-порей тщательно мою, так как между его листьев есть земля и всякий мусор. Очистив ногу от крошащих листьев, мою под струёй воды так, чтобы она попала во все пазухи. После мойки овощ сушу.

Нарезаю продукт кольцами и сушу в электросушилке в соответствии с инструкцией. Можно высушить и в духовке с приоткрытой дверцей и минимальной температурой.

Замораживание

Перед заморозкой лук тоже мою, сушу и нарезаю колечками. Складываю в пластиковый контейнер и отправляю в морозилку. В морозильной камере продукт может храниться до одного года.

Лук-порей недостаточно выростить. Необходимо грамотно его сберечь, чтобы зимой использовать для приготовления различных блюд.

Дзен

Идеальный огород
<https://dzen.ru>



Картофельный эксперимент

Я — парень молодой и здоровый. Женат, у меня двое детей. Работы не боюсь, но не люблю делать нудную и ненужную работу. Хочу, чтобы малышня моя на травке играла, чтобы помидоры и огурцы росли без химии, чтобы жена-красавица не «парилась» в огороде с тяпкой. Картошка была б своя и рассыпчатая. А мои яблоки и вишни не травмили бы химиями всякими, так как у малого моего аллергия.

А недавно узнал, что есть такой народ в городе у нас и взгляды наши совпадают. Зашёл к ним в магазин, покрутился, начал с малого: купил жене вместо тяпки плоскорез маленький. Пусть попробует. Смотрю — вцепилась и мне не отдаёт. Она пошла кофею испить, а я попробовал плоскорез. Вот, думаю, зараза — им же работать легче! Пошёл и купил себе большой — пусть завидует. Теперь, как двое ненормальных, за час пропелем огород, и делать больше нечего.

Время освободилось. А тут теща приехала. Ухмыляется, что мы с «кочергами» (это она так плоскорезы называет) по огороду шастаем. Нашла у меня в сарае картошку проросшую (завалилась в мешке, забыл я про неё). Ну, конечно, распыхтелась: то да сё...

«Ладно, — говорю, — мама! Специально для вас оставил. Я сажать её буду». «Вот, дурень!» — тещенька любит меня приласкать. — Кто картошку в августе сажает? Я вот в апреле...» Дал ей газетку — читай и просвещайся, темнота.

И как раз в этот день накупил я всякого разного удобрения природного. Смотрю: у картохи такие ростки жирные. Да чего тут думать — проверю! А, честно сказать, сам я картошку ещё не сажал — теща заправляла всем. Думаю: «Ну вот настал черёд поквитаться». Помидоры мои растут с добавками этими из «Сияния» лучше, чем у неё. Уже жена полки в погребе заставила огурцами. Потёр я руки, думаю: «Утру я тебе нос!»

— А что, мама, — говорю. — Давай с тобой силой меряться.

Она глаза выпучила.

— Да ладно, не робей, картофельной силой меряться будем.

Послушала теща и согласилась. Какой метеорит мимо пролетал в этот момент и чем он меня в башку саданул — не знаю.

Я где-то читал, что можно картошку в бочку сажать, поколдовать там над ней немного — и получишь бочку клубней. Решил я картошки много получить, а работать поменьше: посмотрелся, как теща моя весь сезон с ней мается да мной командовать пытается: то вскопай, то окучь, то выкопай. Думаю: чего проще — я сейчас пару мешков себе сделаю с квадратного метра. Что думать — надо действовать.

Наелись мы тещиных пельменей и пошли картошку сажать. Сначала я замочил картоху в «НВ-101». Потом направился собирать свою «бочку». Из подручных средств короб 1,2×1,2 м установил покрепче, а то картохи много будет, чтоб выдержал. Конструкция есть. Начал творить под тещины причитания. Это она спецом мне под руку ноет, противника выматывает. Да я крепкий орех! Хожу, посвистываю...

На дно короба засыпал чернозёма с компостом слоем 20 см, подумал, что ещё можно по сусе-

кам наскрести. Сусеков оказалось много, слой за слоем подкидывал остатки золы с сухим компостом, просыпая всё это «Сиянием-2» в умеренных дозах (полпачки).

Потом сделал кашу из опилок, конского «Оргавита» туда добавил, чернозёма и фантазий о знатном урожае, выкопал в этом «сэндвиче» лунки и посадил отмеченные клубни.

Хорошенько замульчировал травой, нарезанной для кур. Куры таращили глаза, петух попытался чего-то «промычать», но я был непреклонен — мне тещу надо «умыть».

Потом ещё всё это дело пролил «Сиянием-1», чтобы наверняка работало! Красота: дал картофельным клубням самую силу для роста. Мне же пару мешков надо! И ещё заготовил плашки деревянные — короб доращивать по мере роста моей могучей картошки.

И вот когда основная работа была сделана, а тещенька не прекращала причитать и крутить пальцем у виска, что-то шипя моей жене, я и ей помог. Выделил рядом такой же квадрат земли 1,2×1,2 м и дал также пять картофелин. Это ваш старт, мама!

Теща выкопала пять лунок в земле рядом с коробом, кинула туда по картофелине, закопала и полила всё хорошенько водой.

Назавтра старушка наша уезжала и наказала дочке своей за картошкой следить, а пуще всего — за мной, чтоб на солнце больше не грелся.

Картофельные будни

Начались картофельные будни. Всходы показались почти одновременно, но моя картоха — раньше! Рост за пару недель набрали уверенный — 20–25 см. Каждый день навещал картоху и улыбался блаженно, мечтая о том, что больше не придётся мне вкалывать на тещиной каторге.

Тещина картошка растёт, а моя — пуще и зеленее! Я для своей уже и травы накопил — добавлять буду: чем больше мульчи, тем больше стеблей, на которых завязи клубней. Прикрутил новых досок на короб, добавил небольшой слой компоста и чернозёма, замульчировал, оставив только верхушки кустов.

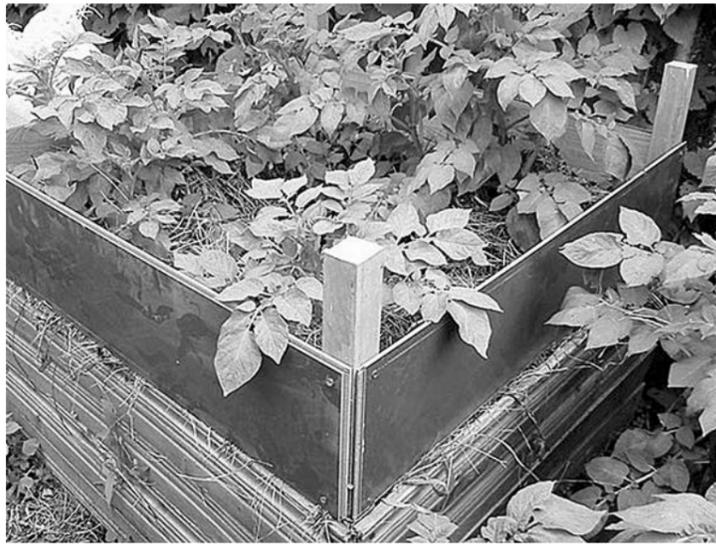
Ну а тещину картошку окучили и сняли нагло колорадского жука. А на моей — жука нет! Не хочет он её есть, хотя кусты рядом, даже листьями уже соприкасаются. Ага: «один — ноль» в мою пользу. Знай наших!

Прошёл месяц, пошёл другой: картофель в коробе поливали «Сиянием-1» каждые пять дней, а тещину — обычной водой один раз в 10 дней. Моя картоха раньше зацвела.

При таком уходе и количестве удобрений в голове моей мелькают кадры из фильма «Илья и супер-урожай!» Может, и в книгу рекордов Гиннеса попаду! Всю зиму мы будем кушать мою картоху.

Как долго тянется время! Картошка отцвела. Подходит золотая осень, но мне не до красот природы: как же там мои кабанчики-клубеньки, наверное, с мой кулак будут?! Надо весы купить, взвешивать самые большие клубни. Да и фотоаппарат зарядить. Остаётся ещё месяц до окончания забега «Илюха против тещи».

За это время на короб установил новые придамбасы в виде дуг



для парника и кусок укрывного материала (град ещё никто не отменял), ну а на тещиных посадках пировал жук. Хай подавится...

Теща не выдержала, в гости приехала: причитает снова, видит — дело не к добру: моя картошка уже мне, богатырю, по грудь. А её — вся полегла и причитает так же, как и бабушка... Ну дак, знай наших! Хе-хе...

Ну, вот и подошёл долгожданный момент сбора урожая! Тещенька прибыла с тестем — для поддержки, наверное.

Идём к месту встречи с картохой. Тещины посадки выглядели плачевно: кусты попадали от сильных дождей. А по сравнению с этой картиной мой короб стоял, как крепость!

Первую начали копать картоху бабушки, а то её уже «кондратий» стал прихватывать, думаю, как бы выдержала, голубка. Ну что: урожай хорош — 40 клубней с пяти кустов! Ай да теща, ай да молодец! Усадили её на стульчик. Жена с фотоаппаратом бегаёт. Дети крутятся, тещь за воротник показывает, да ещё и Жучка пришла — ни дать ни взять репку тянуть будем! Ну а я свой короб начинаю разбирать.

Вот это да!

Сначала открутили доски и почувствовали запах свежей и вкусной земли. Вы любите весной вдыхать запах разогретой земли, когда на полях начинают пахать и запах разносится по всей округе? Я прям обожаю! В это время народ начинает говорить: «Вот сегодня весной запах». А я думаю, что это земля готовится. Такой же вкусный аромат окутал и нас.

Смотрим: перед нами такая куча перепревшего готового компоста! А это же лучшее питание для любых растений. И давай выбирать картоху — один клубень, второй, пока маленькие идут... Но это верхушка айсберга, сейчас пойдёт... Только чего-то пусто. Теща улыбается сидит...

Перерыли мы всю кучу и собрали семь клубней размером с куриное яйцо. Я глазам своим не поверил: сам зарылся, как крот в кучу — нету! Нету больше моей картошечки! У-у-у-у... Где бочка? Где мои два мешка? Сижу я по горло в компосте, потерянный, как тот метеорит, который до сих пор ищут. А народ молчит, глаза прячет, улыбочки такие у них...

Сначала я на тещу грешил, думаю: «Вытащила потихоньку, пока я не видел». Да нет, нетронутый мой короб стоял. Как же так? Посадил пять кустов: четыре по

углам, и пятый в центре. Правда, центральный сдох почему-то ещё в процессе. Не дожил и до цветения. Но остальные-то... Почему они меня подвели? Я ведь столько травы и прочей органики из своих сусеков туда насыпал. Столько «Сияния» налил, полезных микробов, им еды было — мама не горюй! Почему, почему, почему?

Глазам своим не верил. Выбрался из кучи под смех соседей, про тещу уже не говорю. Она к тому времени со стула свалилась от смеха. Пнул доски ногой и поковылял домой.

Ладно, наварили тещиной картошки — молодая, в октябре! Рассыпчатая, вкусная. Сала нарежали, чеснока, огурцов малосольных... Сели ужинать. Тут и соседи пришли, всем хочется обсудить мою эпопею картофельную. Оно-то, глядя, как я научился помидоры растить да огурцы с «Сиянием», думали, что и с картошкой сейчас всё получится. Да я и сам был уверен. Соседи говорят, что перестарался, сильно хорошо — тоже нехорошо. Чего-то я переборщил. Тут теща подключилась, говорит: «Когда перекормишь растение, оно «жирует», то есть растёт хорошо, листья лопухами, а плодов не даёт». Тещь вспомнил, как у него точно так же с помидорами получилось, когда корову купили и сыпали навоз по огороду без меры.

Вышел я вечером в огород, а дорожка-то натоптанная, ноги сами привели меня к моей картофельной куче. Перерыл я её ещё раз — не удержался. И как-то расслабился. Земля такая мягкая, душистая. Живности там полно, суетсяя все — дом их разрушил. Бегают, говорят: «Не переживай, Илюха, сначала шишки набьёшь, потом уж знатным огородником станешь». Собрал всю кучу, плёнкой накрыл, чтоб дождём в землю все хорошие вещества не вымыло — зря старался, что ли? Такого компоста у меня ещё не было! Целая гора! Я его под помидоры да под огурцы на следующий сезон запущу, хватит на всё!

Тут кто-то вздыхает рядом. Смотрю: теща стоит, и когда подошла — не слышал. Говорит: «Я, Илюшка, тебе так позавидовала, не хотела, чтоб у тебя получилось. А теперь смотрю и думаю, что на следующий год тоже с картошкой поэкспериментирую. Хорошо, что ты шишки набил. Если б у меня так получилось, я бы головой крякнулась. Но то, что органику в картошку добавлять надо, точно понял». А я ей сказал, что так злился на неё, потому что она меня дурнем считает. Обнялись

мы с тещенькой моей, стоим, как два дурака, над нашими пустыми грядками и думаем: «Чего мы спорили? Что доказывали друг другу?» Поняли: чего нам делить, будем объединяться.

Плюсы и минусы

Стали плюсы и минусы искать.

Из плюсов:

- Во-первых, точно поняли, что когда с «Сиянием» сажаешь, то жук картошку не ест. Интересное дело: «Сияние» — не яд, не генная модификация, это просто хорошие микробы, полезные. Тогда почему жук рядом сидел на тещиной картошке, а на мою не лез?

- Во-вторых, траву разную добавлять надо для корма картошке, а ещё чтобы не поливать её, мульча нужна. Я же ещё и бархатцы закладывал, они пахучие и всякую нечисть отгоняют. Так вот сколько её нужно, травы, много или мало?

- В-третьих, сколько «Сияния» добавлять? Я раз в пять дней поливал «Сиянием». Может, надо было остановиться на каком-то этапе?

Минусы:

- Надо было не упираться, а спросить сначала в Центре природного земледелия, что получится из моей затеи? Может, времени бы не потерял. Но мне так хотелось всех удивить!

- Ещё я столько удобрения в эту кучу положил, что теперь на весь сезон следующей хватит. Хотя, наверное, это тоже плюс.

- Картошки я не увидел — это самый главный минус.

А всё остальное — сплошные плюсы, потому что я парень такой — учусь только на своих ошибках, чужие бы не усвоил. Зато теперь — на всю жизнь!

И решили мы с тещей моей на будущий год уже вдвоём опыты ставить. Я картошку буду без перекорма в лунки сажать, куда много добавлю всякой разной органики, а она — с сидератами до и после. И всё-таки по два раза сажать картошку будем. Первый раз — весной, а потом 5 августа — второй раз. А ещё хочу под зиму посадить, посмотреть, что получится.

Будем сравнивать и найдём самый лучший способ для нашей местности: чтобы картохи было много, а места под неё занято мало. Трудиться меньше, чтоб не опрыскивать ядами да химией всякой. И чтобы ещё почва после картошки была не обеднённой, а повышала своё звание — до «майора» дослужилась.

А то когда я начал сажать огурцы и помидоры, понял, что земля у меня была в звании не то что рядового, а салаги-новобранца зелёного, дохлого заморыша из лазарета: серая, твёрдая, как бетон, хоть и копал я её по два раза в год, да ещё и трещинами шла. Теперь же грядки у меня уже до «капитана» дошли: почернела земля, в грядках — как пух, ступишь — аж пружинит, как в лесу подстилка, и даже приподнялась как-то в высоту. Мечтаю до «генерала» грядки свои довести!

На следующий день пошёл в Центр «Сияние», рассказал им всё, что со мной приключилось, поспрашивал, что сделал не так? Они много мне чего рассказали. Теперь я уже с учётом этого опыта на следующий год планирую картошку вывести в люди. Особенно, если трудиться мы будем вместе с тещей, маманей моей!

Илюха ФЕВРАЛЬСКИЙ

Ставропольский край,
г. Ессентуки

Природное земледелие на KMB
<https://plodorodie.ru>



Подзимний посев моркови

Чтобы получить сочную хрустящую морковку уже к середине июня, придётся сеять её под зиму. Как правило, овощи при подзимнем посеве вырастают гораздо крупнее и оказываются намного слаще, чем их посеянные в стандартные сроки собрать. Связано это с тем, что прорастание семян в почве стартует ранней весной. В этот период почва хорошо насыщена влагой, жизненно важной для крошечных ростков в самом начале их развития. Благодаря этой особенности морковь начнёт всходить дружнее, да и расти она будет намного быстрее. Считается, что минутом посева крепких оранжевых корнеплодов под зиму является их непригодность для длительного хранения. Однако некоторые садоводы-практики утверждают, что урожай подзимнего посева моркови сохраняется так же, как и весенний.

Какой сорт моркови выбрать и где обустроить грядку

Хорошие всходы при подзимнем посеве способен дать далеко не каждый сорт моркови, поэтому при выборе сортов предпочтение лучше всего отдать таким, как «Нантская-4» и «Московская зимняя А-545», а также «Витаминная-6» и «Шантанэ-2461». Отлич-

но подойдут и такие морковные сорта, как «Лосиноостровская-13» и сочная «Несравненная». Все эти среднеспелые и скороспелые сорта отличаются холодостойкостью и непременно дадут богатый урожай хрустящих корнеплодов.

Выбирая участок, пригодный для подзимнего посева моркови, следует учитывать, что яркий корнеплод предпочитает рыхлые почвы. Соответственно, выбранное местечко непременно должно быть с плодородной и довольно лёгкой землёй, не слишком уплотняться на зиму и как можно раньше освобождаться от снежного покрова. А чтобы весенние воды не вымывали семена из почвы, участок обязательно должен располагаться горизонтально. Если район возделывания данной культуры засушливый, важно позаботиться и о надлежащем снегозадержании.

Высевать морковку лучше всего после лука и огурцов, бакчевых, капусты с томатами и картофеля. Когда урожай этих полезных предшественников будет убран, следует ликвидировать с грядок все остатки растительности и по возможности глубже вспахать землю, сопровождая процесс её вспашки

заделыванием в почву хороших минеральных удобрений. Если же на данном участке вносились органические удобрения (к примеру, свежий навоз), то высаживать на нём морковку допускается лишь по прошествии двух лет.

С подготовкой всех предназначенных для подзимнего посева моркови грядок важно успеть управиться до середины октября.

Когда и как сеять

Назвать конкретные сроки для подзимнего посева моркови не просто: российский климат отличается непредсказуемостью, оттепели здесь легко могут сменить неожиданные и сильные заморозки. При этом нужно постараться подгадать сроки таким образом, чтобы до наступления устойчивых холодов посеянные семена не успели прорасти, иначе их гибель будет неминуемой. Октябрьские посевы в этом плане могут быть опасными, так как вероятность внезапных оттепелей в этом осеннем месяце достаточно велика, и если начнётся прорастание семян, ударившие морозы обязательно их погубят. Поэтому опти-

мальнее всего высевать морковку примерно в середине ноября, когда почва будет мерзлой. А норму посева при этом необходимо увеличить приблизительно на 20% по сравнению с весенней нормой.

Перед тем как сеять хрустящую красавицу под зиму, семена не вымачивают и тем более не проращивают, преждевременно сухие семена не прорастут. А чтобы посеять крошечные семена по возможности аккуратнее, можно обзавестись специально предназначенной для моркови сеялкой, позволяющей задавать требуемые шаги посева. Одновременно с морковными семенами можно посеять и семена салата или редиски. С наступлением весны они сразу же обозначат морковные грядки, что будет очень удобно для последующего рыхления междурядий и прополки сорняков.

Алгоритм посева моркови на зиму следующий. Подготовленные семена засыпают в бороздки, стараясь соблюсти при этом необходимую глубину посева. В засушливых регионах с лёгкими почвами она составляет около 3 см, а для сильно плотных почв — всего лишь 1 см (впоследствии под

снегом почва станет уплотняться ещё сильнее). Как только семена окажутся в бороздках, их сперва присыпают заготовленной заранее сухой и тёплой землёй, а затем сверху насыпают слой хорошего перегноя либо торфа толщиной в пару сантиметров. А чтобы почву не раздувало ветром, её слегка уплотняют. Сразу же, как выпадет первый снег, его подгребают на грядки и прижимают лапником.

Весенние формальности

С наступлением весны, когда начнётся таяние снега, лапник следует собрать с грядки. Допускается стрести и часть снега. В этом случае он будет таять быстрее. А как только снег сойдёт с грядки полностью, над ними устанавливают низенькие дуги, поверх которых закрепляют плёнку или какой-нибудь нетканый материал, это способствует ускорению созревания морковки.

Затем подсыхшую почву слегка рыхлят, а когда на грядках появится первая сочная зелень, приступают к борьбе с вредителями и прополкам.

www.asienda.ru

Магазин без продавца

Уже второй сезон недалеко от села Шаймуратово (Республика Башкортостан) действует торговая точка с фермерскими продуктами, в которой нет продавца. Покупатели приходят, выбирают нужный товар, а деньги оставляют в специальной коробке... в холодильнике!

Ассортимент при этом самый разнообразный — от тюков соломы до растительного масла, от перогной до сезонных овощей.

Торговая точка хорошо видна с трассы «Уфа — Белорецк». Она расположена на живописной поляне между селом Шаймуратово и деревней Варшавка.

На повороте к торговой точке стоит указатель «Продукты из деревни...» и несколько тыкв. Заезд есть прямо до офиса, возле которого расположен тот самый холодильник. В холодильнике — растительное масло холодного отжима, которое производит ФХ «Шаимурат», мёд, выпечка, минеральная вода. На прилавке рядом — сезонные овощи, домашняя консервация. Магазин реализует также зерновые культуры, семена, сено, солому, щепу для копчения, перегной.

Немного позже к магазину под открытым небом подъехал ещё один покупатель, Олег Сафонов, дачник из деревни Старомурино.

— Это место мне посоветовал посетить друг. Я приехал купить солому. Она нужна мне, чтобы засыпать деревья и розы в саду. Прошёл, посмотрел ассорти-

мент. Мне понравилось. Это интересно, здорово и приятно, — поделился Олег Валентинович.

Загрузив тюки с соломой в машину, покупатель оставил деньги в специальной коробке в холодильнике и направился дальше.

Идея открыть такой магазин появилась у создателя фермерского хозяйства «Шаимурат» Артура Нургалиева. Вначале в этом месте построили офис хозяйства, а также обустроили костровую чашу, вокруг которой сложили дрова.



— Возле чаши был ящик для предложений. И вот как-то мы заметили, что дров стало меньше, хотя костёр не жгли. А в ящике кто-то оставил деньги. Я понял, что в основе своей люди не могут брать просто так. Если человек взял, он хочет оставить что-то взамен.

В прошлом году у нас была



молочная продукция — сметана, масла, цельное молоко. Решили попробовать продавать его в офисе у оживлённой трассы. Поставили холодильник на улице. Днём там был сотрудник, продажей занимался он. А для покупателей в нерабочее время и в выходные решили оставлять продукты в хо-

лодильнике в открытом доступе, а оплату производить через онлайн-перевод. Так дело и пошло, — рассказал предприниматель.

Ассортимент постепенно увеличивался. От продавца отказались вообще. Некоторые покупатели расплачивались через интернет. Те, у кого были наличные деньги, оставляли их прямо в дверце холодильника. А сейчас появилась ещё и оплата по QR-коду.

За время существования недостача в магазине была всего один раз — 800 рублей. Именно столько стоила пятилитровая банка растительного масла. Этот случай чуть было не заставил хозяина закрыть свой магазин. Но он решил продолжить, а через неделю на счёт поступили те самые 800 рублей.

— Видимо, человек отправил платёж позже, — вспоминает Артур Нургалиев.

Он считает, что проект очень успешен. И в первую очередь не из-за прибыли, а из-за того, что доверия к людям стало ещё больше. Сейчас по такому же принципу в селе Шаймуратово работает заправочная станция.

...Приехав в магазин самообслуживания, можно не только товары купить, но и приятные впечатления получить. Территория



здесь большая и красивая. Можно погулять, полюбоваться природой, сфотографироваться у тюков с соломой и ретро-автомобилей. Заезжайте! Вам точно понравится!

**Кармаскалинский район,
Башкортостан**

<https://vk.com/permakultur>



В Ивановской области, вблизи родового поселения Богатырское, создаётся сельская школа будущего — ЭкоЛицей им. М. В. Ломоносова. В ней будут учиться 440 детей. На площади 12 га разместятся школьный городок и большой сад. Ученики этой школы смогут творить и мечтать. Они будут на практике изучать естественные и гуманитарные дисциплины, осваивать сельскохозяйственные науки, используя экспериментальную базу. Автором и главным вдохновителем проекта является Светлана Пигуля — кандидат химических наук, успешный фермер и предприниматель. Сегодня мы беседуем с ней об ЭкоЛицее, о принципах и задачах школьного образования нового времени.



— **Светлана Геннадьевна, как у вас появилась идея создать школу?**

— Я уже более 30 лет работаю в области отделки текстиля и более 15 лет руковожу научно-производственной компанией в этой области. К 2005 году достигла определённых успехов, и у меня, кажется, было всё, что нужно для счастья. Представьте: я занимаюсь любимым делом, работаю по специальности, бизнес хорошо развивается и приносит доход, у меня много научных и производственных проектов; я замужем, у меня есть дети, быт отлично обустроен. Но... на душе грустно и пустовато.

Я поняла, что у меня нет большой и конкретной цели. Принято считать, что человек, живя на Земле, должен родить и вырастить ребёнка, посадить дерево, построить дом. Но когда эти задачи выполнены, то просто необходимо поставить себе новую красивую цель. Иначе жизнь теряет смысл, и бизнес ради бизнеса становится малоинтересен.

И вот как-то раз мы с моей мамой сидели и пили чай. Говорили о наших мечтах. Мама поделилась, что мечтает вернуться в деревню, заняться сельским хозяйством. А я говорила, что для меня самое интересное дело в жизни — заниматься с детьми. У меня к тому моменту имелся успешный опыт проведения занятий со школьниками как в учебном заве-

«РЕБЁНКУ НУЖНО ИСПЫТАТЬ СЧАСТЬЕ СОЗИДАТЕЛЬНОГО ТРУДА НА ЗЕМЛЕ»



Не сумма знаний, а «правильный образ мышления» и нравственное воспитание — вот цель обучения.

М. В. Ломоносов

дении, так и в качестве репетитора по химии.

На мой взгляд, самое главное в преподавании — привить ученику любовь к процессу познания, дать понимание предмета и показать его красоту. Я осознала, что хочу создать школу, где все предметы будут преподаваться по та-

кому принципу не только профессиональными учителями, но и специалистами своего дела. И главное — чтобы эти знания были связаны с реальностью, а не оторваны от неё.

Произошло так, что наши с мамой мечты объединились и стали той самой целью, которая озари-

ла жизнь новым смыслом. Вскоре у нас появилось семейное фермерское хозяйство, организованное по принципам экологического земледелия и животноводства. На этой земле мы выделили землю под школу и школьный сад общей площадью 12 га.

Знаете, как только я приступила к реализации проекта школы, у меня вернулся азарт к жизни. И с тех пор каждый день, после семи часов своей основной работы уделяю как минимум два часа проекту школы.

— **На каком этапе сейчас находится проект?**

— Вместе с профессиональным архитектором мы уже сделали большую работу по проектированию зданий школы и пространства школьного сада. Школьный комплекс состоит из малоэтажных корпусов, где дети будут изучать различные науки и искусства. В учебных зданиях в обязательном порядке присутствуют лаборатории и мастерские. На территории предусмотрены сооружения для занятий различными видами спорта. Среди центральных объектов школьного городка — Дворец искусств и Художественный центр, выполненные в сказочном стиле, а также летний амфитеатр. Но, конечно, одной из важнейших аудиторий под открытым небом станет ботанический сад ЭкоЛицея. Школьная территория будет окружена живой изгородью, словно природным ожерельем, сверкающим всеми цветами радуги.

Хочу сказать, что над проектом школьной территории трудятся не только взрослые, но и дети. Для меня это важный момент, поскольку именно они будут главными жителями нашей «школьной страны». В 2017 году на территории будущей школы прошёл Шестой Всероссийский фестиваль экотехнологий. В одном из павильонов фестиваля непрерывно шла работа над проектом нашей школы-мечты. Были и круглые столы, и презентации различных методик и систем преподавания. Но в какой-то момент взрослые разошлись по другим мастер-классам, в нашем шатре остались только дети. И вот тут-то пошёл настоящий творческий процесс! Примерно 10 детей сотворили из песка, глины и других природных материалов уменьшенную копию будущей школы и пришкольного сада. Тот детский проект мы с архитектором и взяли за основу.

Параллельно работаем над содержательной частью учебного процесса и документальным оформлением школы. Сейчас идёт регистрация Ивановской региональной общественной организации «ЭкоЛицей имени М. В. Ломоносова». Именно к такому названию школы мы в итоге пришли.

В МГУ им. М. В. Ломоносова, МСХА им. К. А. Тимирязева, Ивановском химико-технологическом университете прошли конференции, посвящённые ЭкоЛицею. Над содержательной и технической частью проекта работают столичные и ивановские учёные, деятели культуры и аграрного сектора, заинтересованные родители — жители поселения Богатырское.

— **Правильно ли я понимаю, что основным направлением подготовки учеников в ЭкоЛицее станет сельское хозяйство?**

— ЭкоЛицей действительно является агрошколой и будет входить в «Ассоциацию агрошкол России». Но по своей сути это более широкий проект. Мы намеренно не стали использовать в названии сочетание «агро», поскольку





Ученик — это не сосуд, который надо наполнить, а факел, который нужно зажечь. Но зажечь факел может лишь тот, кто сам горит.

Плутарх

не можем определять за детей их будущее, решать за них, что они станут именно аграриями.

Наша задача — дать каждому ребёнку попробовать на практике «вкус» разных наук, в том числе сельскохозяйственных дисциплин. Но мы оставляем ему свободу выбрать для себя сферу, которая его больше всего заинтересует. В ЭкоЛицее для ребёнка будет возможность заниматься углубленно той наукой или искусством, которое ему окажется ближе всего. При этом остальные предметы изучать в общеобразовательном объёме.

Но работу на земле я считаю очень важным предметом для всех детей.

— Почему?

— Давайте разберёмся, что мешает человеку быть счастливым. По моему убеждению, это два качества — эгоизм и лень. Про эгоизм говорить не буду, так как у каждого человека это очень внутреннее и личное. А вот лень — это самая страшная болезнь современности, наряду с алкоголизмом и наркоманией.

Ответственность и любовь к труду должны воспитываться в человеке с детства. Если родители не воспитали в нём трудолюбие, то во взрослом возрасте ему уже очень трудно взрастить в себе это качество. Как правило, такой человек трудится лишь из чувства ответственности.



Но есть одна категория труда, которая делает человека по-настоящему счастливым. Это коллективный созидательный труд. Именно это нужно показать ребёнку в детстве!

Если в творении участвуют хотя бы два человека, то третьим становится Бог. Происходит эффект синергии. Это тот же закон, что и в химии. Если использовать два огнезащитных препарата по отдельности, то их действия хватает на пять секунд. А если мы нанесём их совместно, то увидим усиление эффективности в 2–4 раза. Этот божественный, синергетический эффект всегда срабатывает и в жизни.

Коллективный труд даёт нам чувство ни с чем не сравнимого

ского планируется создать ещё одно поселение Родовых поместий — **Прим. автора**) или в жилых корпусах на территории школы.

Остальные 70% педагогов — это приглашённые специалисты и учёные высокого уровня, которых мы будем привлекать по контракту или на короткое время в период отпусков.

Среди преподавателей будут реальные специалисты-практики, мастера своего дела.

К сожалению, в нынешних российских школах дети получают виртуальные знания, не привязанные к жизни. Потом они поступают в вузы, где им вновь дают оторванное от жизни образование. Подготовленные таким обра-



«В сельской школе будущего создание традиционного огорода основано на органическом земледелии и заключается в бережном отношении к природным экосистемам. Органическое земледелие подразумевает отказ от глубокой обработки земли, промышленных удобрений и пестицидов. Оно основано на естественном и свободном взаимодействии грунта, растений, животных и органических остатков.»

Создание огорода на базе сельской школы позволит ребятам не только создать зелёные учебные классы по органическому земледелию, но и обеспечить школу полезными и здоровыми продуктами: овощами, злаками, ягодами и зеленью.»

(Из паспорта проекта «ЭкоЛицей им. М. В. Ломоносова»)

счастья. И нужно, чтобы ребёнок испытал его, прожил это счастье совместного труда, почувствовал себя частью созидательного коллектива.

Самая сильная русская медитация (которой нет ни у европейцев, ни у азиатов) — это созидательный труд. Это труд вместе с кем-то и вместе с Богом.

Именно этот подход я считаю самым важным для образовательного процесса в нашем ЭкоЛицее. И нет лучшего созидательного труда, чем работа на земле.

— **Кто будет преподавать в ЭкоЛицее?**

— 30% предметов будет преподаваться внутренними учителями. Эти педагоги смогут жить в своём Родовом поместье рядом со школой (неподалёку от Богатыр-

зом молодые учителя идут преподавать в школу, и круг замыкается. Мы видим, что детей зачастую учат педагоги, выгоревшие в своей профессии, не имеющие реальной основы для тех знаний, которые передают.

Образовательный процесс в ЭкоЛицее предполагает непрерывную связь между учеником, учителем, наставником-практиком и родителями ребёнка. И хотя у каждого ученика на территории школы будет своё небольшое пространство со спальным местом, дети не будут оторваны от родителей. Живущие поблизости ученики смогут после занятий пойти домой, а дети из отдалённых городов и сёл при необходимости будут ночевать в школьном городке на протяжении учебной недели.

Здравушкины рецепты •

■ Оксана Мицкевич

г. Бобруйск, Беларусь

<https://vk.com/na.polyanke.oksana>

https://www.instagram.com/oksana_mitskevich/



Пирог бабушки Клавы

— Боже, как он пахнет! — обычно произносит дочь. — Как же я люблю пирог бабушки Клавы!

К этому рецепту мы относимся с особым трепетом. Надеюсь, догадались почему? Потому что из семейной копилочки!

Рецепт, правда, мы немного переделали.

Но вы попробуйте тот вариант, который вам больше приглянется.

- Яблоки с кислинкой (например, антоновка);
- 3 яйца (мы берём три маленьких банана);
- 50 г масла (сливочного или кокосового);
- 2 ст. л. сметаны (можно заменить на кокосовые сливки);
- 1/2 стакана сахара (я предпочитаю кокосовый);
- 1 ч. л. с горкой соды (погасить);
- 2 стакана муки (300 г);
- щепотка соли;
- корица для посыпки;
- ваниль по желанию.

Взбиваем яйца (или бананы) с финиками (сахаром), сметаной и растопленным маслом.

При желании можете положить 2 ст. л. тёмного варенья для придания особого цвета, но можно обойтись и без него.

Добавляем муку, соль, ваниль и хорошенько перемешиваем.

В самом конце — гашёную соду.

Яблоки разрезаем на две части, вынимаем сердцевину и укладываем в форму кожей вниз.

Выкладываем сверху тесто, аккуратно распределяя его между яблоками.

Выпекаем при температуре 180°C около 40 минут.

Сервируем стол, наслаждаясь ароматами яблочной выпечки.

Вынимаем пирог из формы, даём ему остыть и подаём к чаю.

Сложно удержаться, чтобы не съесть всё сразу! Получается очень вкусно!

А у вас есть любимые семейные рецепты?



— Как будет строиться учебный день в ЭкоЛицее?

— Примерно с 9 до 12 часов будут идти уроки, с 12 до 15 — отдых и свободное время, с 15 до 19 часов — занятия по интересам. Это работа в мастерских, лабораториях, творческих студиях. Жизнь в школе должна кипеть. Дети будут находиться в постоянном увлекательном процессе живого обучения и творчества.

— Светлана Геннадьевна, это будет частная или государственная школа?

— Это будет частная школа, принадлежащая общественной некоммерческой организации. Но, конечно, она будет работать по государственной лицензии, и перед запуском ЭкоЛицея мы пройдем все необходимые государственные экспертизы.

Добавлю, что у нас нет цели зарабатывать деньги на детях. Наша задача — сделать обучение в ЭкоЛицее бесплатным для родителей.

Разумеется, что без финансовых потоков школа существовать не сможет. У нас будет работать как летний, так и круглогодичный лагерь для детей и подростков на

платной основе. На территории школьного городка предусмотрены специальные здания для таких лагерей.

Мы планируем провести первую летнюю лагерную смену уже в ближайшее время, пока в палаточном варианте. Источниками собственного дохода для школы станут также аренда спортплощадок, проведение конференций, работа планетария и обсерватории. Кроме того, мы планируем привлекать спонсорские средства и гранты.

— Каков срок реализации проекта «ЭкоЛицей имени М. В. Ломоносова»?

— Мы разделили процесс реализации проекта на семь этапов с последовательным введением в эксплуатацию зданий и объектов. Идеально, если каждый этап сможет осуществиться в течение одного года. Будем надеяться, что к 2030 году школа будет работать и процветать.

Беседовала Софья КОРОЛЁВА

Родовое поселение Богатырское,
Ивановская область
sonijusha@yandex.ru

Натуральная аптечка для всей семьи



Сохранение здоровья должно обеспечиваться в первую очередь собственными знаниями и усилиями, роль врачей здесь второстепенна.

Когда дело доходит до болезни, большинство прямоком бежит в аптеку и выбирает препараты, руководствуясь рекламными роликами по телевизору или рекомендациям продавцов, у которых даже не всегда имеется высшее медицинское образование!

Такой подход крайне опасен для человека, но крайне выгоден фармацевтической компании.

По-хорошему заняться выбором лекарственных препаратов лучше всего ещё до момента наступления болезни. Ведь болезнь легче предупредить, чем лечить! Поэтому важное внимание стоит уделять не только профилактике, но и укреплению своего иммунитета.

Большая часть всех наших запросов по здоровью обычно решается с помощью домашней аптечки. И только в серьёзных случаях имеет смысл вызывать скорую помощь или обратиться экстренно в больницу.

У каждого человека своё представление о том, какие лекарства всегда должны быть под рукой. Единых правил по этому вопросу нет, но всё же хотелось бы услышать компетентное мнение.

Мы спросили врача-терапевта и натуропата Ольгу Малахову, что на её взгляд обязательно нужно иметь в домашней аптечке и как укрепить своё здоровье.

Рекомендации врача

Как врач-терапевт, натуропат, основатель системы естественного омоложения и оздоровления организма, призываю к тому, чтобы вернуться к тем средствам, которые показали и доказали свою эффективность не медицинскими заказными исследованиями, а десятками и сотнями лет!

Я поддерживаю все идеи от наших предков — как они лечились и поддерживали свой организм, когда не было таблеток. Сама давно использую известные и проверенные способы профилактики и поддержания своего организма, не допуская возникновения скрытых и открытых воспалительных процессов. Всегда поддерживаю свой иммунитет как защитную функцию организма при воздействии окружающей среды — вирусов, бактерий и паразитов в том числе. Мой организм легко адаптируется ко всем тем изменениям, которые происходят извне, так как он крепок, быстро перестраивается и подстраивается.

А знаете почему?

В моей аптечке исключительно натуральные средства, которыми я хочу поделиться с вами.

- У меня всегда есть **исландский мох**, который при любом недомогании завариваю и пью внутрь.

Исландский мох или цетрария — это уникальное по своим лечебным свойствам растение, позволяющее быстро вылечить практически любое заболевание органов дыхательных путей. Принимать его можно при затянувшемся бронхите, пневмонии, коклюше и даже при туберкулёзе. Этот мох можно назвать универсальным растением, поскольку он эффективен в отношении вирусов и бактерий в равной степени.

100 г исландского мха нужно залить 1 л тёплой воды и оставить при комнатной температуре на сутки. После этого смесь проварить на медленном огне до выпаривания 50% жидкости. Готовый экстракт можно добавлять в пищу, напитки, разбавлять водой и пить, а также принимать в натуральном виде.

- Регулярно делаю сама себе **из яблок пектин**, потому что он восстанавливает микробиом нашего кишечника. А наше здоровье и наш иммунитет начинаются со здорового кишечника. Именно поэтому каждое утро съедаю стакан самодельного яблочного пектина (яблочного пюре). А ведь это вкусно и полезно!

Пектин из яблок полезен в любом возрасте. Пектин, по сути, — это растворимая клетчатка, содержащаяся в мякоти и кожуре яблок. При соприкосновении с водой он превращается в гель — излюбленную среду обитания полезных бактерий человеческого организма. Именно они используют его в качестве пребиотического источника питания, поглощая пектин и вырабатывая полезные вещества, которые, попадая в кровь, оказывают полезное влияние на здоровье своего «хозяина».

В кастрюлю с яблоками добавляю 1 стакан воды. Варить 1,5 часа на маленьком огне, затем взбить блендером. Полученную жидкость хранить в холодильнике. Употреблять каждое утро взрослым и детям по стакану.

- Ещё у меня в холодильнике для поддержания работы иммунитета есть запас мороженой **клюквы**, из которой я очень люблю делать кисель.

Берём клюкву замороженную (1 стакан ягод клюквы свежей или замороженной), быстро размораживаем в воде, свежую — промываем. Превращаем ягоды в пюре с помощью блендера, а потом

отжимаем густой сок через марлю. Жмых от клюквы кладём в кастрюлю, добавляем 3,5 стакана воды, доводим до кипения. Полученный компот процеживаем через марлю или сито и снова доводим до кипения. Картофельный крахмал (3 ст. ложки) разводим в небольшом количестве холодной воды. Тонкой струйкой вводим в кастрюлю, постоянно помешивая. Полученную смесь доводим до кипения, но не кипятим. Выливаем сок и выключаем. Наливаем в стакан, даём чуть остыть и добавляем мёд для сладости. Наслаждаемся напитком и не даём вирусам нас атаковать!

- Также для укрепления иммунитета использую замороженный **сок лопуха**.

Собранный летом лопух пропускаем через шнековую соковыжималку и делаем сок. Такой сок можно заморозить и употреблять круглый год. Если нет возможности самостоятельно собрать растения и сделать из него напиток, то можно купить готовый свежемороженый сок лопуха.

- Каждое утро особенно в осенне-зимний период пользуюсь натуральным раствором на основе коллоидного серебра и бишофита — **лосьоном «Омолодин»**.

Коллоидное серебро — раствор с высокой концентрацией ионов серебра, которое обладает противовирусным свойством, а также антибактериальным эффектом и мощным иммуномодулирующим действием. Бишофит — это минерал, состоит из более 20 уникальных макро- и микроэлементов. «Омолодин» обладает противовирусным свойством, антибактериальным эффектом и мощным иммуномодулирующим действием, оказывает омолаживающее воздействие на кожу, сосуды, способствует глубокой регенерации кожи, улучшению цвета лица, устранению мелких морщин, прыщиков.

Лосьон «Омолодин» — это не только шикарное средство по омоложению лица. Им можно полоскать рот для поддержания здоровья полости рта — зубов и горла. А также протирать в носу ватной палочкой, смоченной в лосьоне. Зачем это делать? Здоровая слизистая носа — защитные ворота против проникновений в наш организм вирусов и бактерий.

- Активно пользуюсь **эфирными маслами** и считаю, что это самые лучшие природные парафармацевтики, которые доступны человеку.

Я не допускаю болезни, всегда живу в режиме профилактики. Считаю, что профилактика — лучшее лечение, поэтому принимаю БАД круглый год для поддержания своего организма.

- И конечно же для крепкого

здоровья нужны **высокие вибрации, положительные эмоции, правильный настрой**.

Ваше здоровье зависит от вас и начинается с самого утра. Вот как утром вы себя настроите, как зарядите свою внутреннюю батарейку, такой и будет у вас иммунитет. Вы таким образом создаёте себе щит от любых болезней.

Домашняя аптечка

Каждый из нас сталкивался с ситуацией, когда дома может потребоваться медицинская помощь. Для таких случаев и необходима домашняя аптечка. Она не должна состоять из лекарств, купленных про запас: в ней должны быть только самые необходимые средства.

Список препаратов зависит ещё и от того, есть ли в семье человек с хроническими заболеваниями. В этом случае препараты должен подобрать врач. Во всех остальных случаях, не требующих экстренного медицинского вмешательства, вполне можно выбрать содержимое самостоятельно.

В список домашней аптечки для всей семьи должны входить универсальные средства, которые подойдут как для взрослых, так и для детей. Но самое главное правило — отдавать предпочтение натуральным продуктам!

• Масло черного тмина «Baraka»

Масло чёрного тмина — средство от всех болезней, кроме смерти! Чёрный тмин испокон веков ценился за свой богатый полезными веществами состав. Известно, что в тмине находится множество минералов, активных ферментов, витаминов. К тому же семя тмина содержит стеариновую, олеиновую и другие кислоты.

Интересный факт: проводились исследования, в которых сравнивали свойства масла чёрного тмина и антибиотиков. Результаты превзошли все ожидания. Продукт из тмина оказался эффективнее. К тому же к тмину, в отличие от антибиотиков, не возникает привыкание.

Гарантированный результат: масло оказывает положительное действие на весь организм человека, нормализуя обмен веществ, укрепляя иммунитет и восстанавливая работу всех органов.

Масло тмина разгоняет застоявшуюся желчь, проводит лёгкую чистку, понижает холестерин, улучшает работу сердца, почек и кишечника, помогает стать стройнее.

Масло чёрного тмина само по себе имеет достаточно резкий пряный аромат и тягучую консистенцию, поэтому есть два формата:

- жидкое масло (дозировка —

1 чайная ложка 2 раза в день, разбавляя 1/2 стакана воды с добавлением мёда);

- капсулы (дозировка — 1 капсула 3 раза в день).

В отличие от других производителей, компания «Baraka» выпускает этот продукт только из семян чёрного тмина, имеющих органический сертификат. Масло получают путём холодного отжима, что позволяет сохранять все полезные свойства чёрного тмина.

Проверить надёжность поставщика просто — сравните содержание витаминов Е и эфирных масел в составе. Если в перечне ингредиентов эти два пункта не указаны, то только потому, что их число мало или попросту они отсутствуют.

В масле чёрного тмина «Baraka» содержание витамина Е составляет 14 мг/100 г. Обычно в аналогах не более 3–4 мг.

Не менее важно содержание эфирных масел. Для чёрного тмина норма и показатель действительного холодного отжима — 1,8%. В случае, если показатель меньше, температура отжима была повышена для увеличения количества масла.

- **«Куркумин»** благоприятно влияет на работу всего организма за счёт своего состава: куркумин (из куркумы), пеперин (чёрный перец), жирная основа (оливковое масло) для лучшего усвоения всех компонентов.

«Куркумин» — это биостандартизированный экстракт куркумы с высокой биодоступностью. В 185 раз больше степень всасывания по сравнению с традиционной формой куркумина. Главный компонент — куркума — обладает очень ценными свойствами для поддержания здоровья.

Свойства куркумы:

- поддерживает правильный обмен глюкозы и липидов;
- способствует здоровой работе суставов, улучшению их подвижности и гибкости;
- оказывает благоприятное действие на работу ЖКТ;
- помогает защитить сердце, восстанавливая функцию сердечно-сосудистой стенки;
- повышает сопротивляемость организма к инфекциям.

Многие эксперты утверждают, что активные компоненты куркумина ингибируют накопление бляшек в головном мозге. Разрушительные белковые фрагменты вызывают болезнь Альцгеймера, которая приводит к потере памяти, а куркумин способствует уменьшению данного эффекта. Кроме того, во многих странах мира проводятся исследования по изучению влияния куркумина на колоректальный рак, рак поджелудочной железы, болезнь Альцгеймера, псориаза и воспаление суставов.





Дозировка: детям с 11 лет и взрослым по 1 капсуле 1 раз в день.

Курс приема: принимать 2 месяца, 1 месяц перерыв.

• Пихтовая вода.

Пихтовая вода — это водный экстракт из молодой хвои пихты сибирской, полученный методом паровой дистилляции. Уникальное средство, которое станет опорой вашего иммунитета и качественно улучшит самочувствие.

Свойства пихтовой воды:

- оказывает иммуномодулирующее, антимикробное, противовоспалительное и общеукрепляющее действие на организм;
- содержит флавоноиды фитонциды, терпены, каротиноиды, витамины и минералы: А, В, С, Е, железо, марганец, кобальт, цинк, медь;
- способствует очищению организма от токсинов, улучшает состав крови и поддерживает печень;
- Пихтовую воду пьют курсами:
 - для укрепления иммунитета и повышения естественной устойчивости организма, в том числе и для восстановления после заболеваний и медикаментозной терапии;
 - при болезнях органов дыхания (в том числе бронхиты, пневмония);
 - при проблемах ЖКТ (в том числе гастриты, эрозии, язвы, колиты);
 - при тяжёлых физических и умственных нагрузках;
 - при профилактике и лечении сердечно-сосудистых заболеваний;
 - при заболеваниях мочеполовой системы (в том числе простатита и аденомы простаты);
 - для выведения из организма излишней радиации при лучевой болезни.

Её можно принимать взрослым и детям при отсутствии индивидуальной непереносимости хвойных.

Дозировка:

Внутри курсом. Взрослым по 50–100 мл 2–3 раза в день, детям по 30–50 мл 2–3 раза в день.

Курс приёма 1 месяц. На курс приёма взрослому нужно 4–5 бутылок, ребёнку — 3 бутылки.

• Пищевая каолиновая глина.

Пищевая каолиновая глина — уникальный продукт, является безопасным природным и естественным сорбентом, который поможет восстановить работу кишечника и вывести все вредные вещества, а также защитить от вирусов и болезнетворных бактерий.

Каолин не вымывает полезную микрофлору, имеет сильный отрицательный заряд и действует как магнит для всего положительного заряженного «мусора» (это тяжёлые металлы, остатки лекарств, застарелые каловые массы), не всасывается через стенки кишечника, поэтому все токсичные отходы, которые каолин

прихватил с собой, удаляются из кишечника естественным образом; укрепляет стенки кишечника, улучшает процесс всасывания витаминов и жизненно важных организму веществ.

При отравлениях каолиновая вода отлично восстанавливает организм как взрослых, так и детей с двух лет. Каолиновая глина идеально подходит при похудении, для детокса, при антипаразитарной чистке, при проблемах ЖКТ, проблемной коже. А ещё каолин ошелочивает воду, такая вода способна снизить заболеваемость и смертность от хронических болезней.

Водные растворы с белой глиной помогают не только поддерживать кислотно-щелочной баланс, но и нормализовать давление, обмен веществ, стабилизировать кроветворение и эффективно освободиться от токсинов.



Дозировка:

Детям от 2 до 14 лет рекомендованная суточная доза — не более 1 ч. л. Пить по 0,5 ч. л. два раза в день, утром и вечером, за час до еды. Рекомендуется принимать от 7 и более дней в зависимости от загрязнённости кишечника. При простуде — от 7 до 14 дней. При антипаразитарном лечении — до 30 дней (два раза в год).

Взрослым и детям с 14 лет для очистки от токсинов, для похудения, при антипаразитарной чистке:

- первая неделя — 1 ч. л. 1 раз в день по утрам за час до еды,
- вторая неделя — 1 ч. л. 2 раза в день утром и вечером за час до еды,
- третья неделя — 1,5 ч. л. 2 раза в день утром и вечером за час до еды.

Глину развести в стакане воды, настоять 30 минут и выпить, оставляя осадок на дне. Осадок слить или использовать в качестве аппликаций. Для большего эффекта настоять глиняную воду не менее 1,5 часов (можно на ночь). Употреблять глину курсами по 3–4 недели. При необходимости курс повторяют 3–4 раза в год.

• Масло какао «Спивак».

В масле какао содержится алкалоид теобромин, который входит в состав многих препаратов для лечения патологий органов дыхательной системы, астмы. Помимо теобромину, в составе присутствуют витамины А, С, Е, кальций, железо, магний, калий и селен. Они помогают организму бы-



стрее справиться с возбудителями инфекционных патологий, восстановиться после болезни. Поэтому натуральный жир прекрасно заменяет синтетические средства от кашля, снижает негативное воздействие медикаментов.

Масло какао используют с целью лечения и профилактики простуды. Оно мягко обволакивает слизистую горла, устраняет раздражение, снимает воспаление и избавляет от боли. Смягчает сухой кашель и выводит мокроту. Обеспечивает мощный лечебный эффект, оказывает заживляющее и противовоспалительное действие.

Масло какао применяют при лечении кашля, бронхита, простуды. Поскольку масло какао практически не имеет противопоказаний и ограничений по возрасту, то его можно применять маленьким детям.

Но чтобы добиться желаемого результата, необходимо знать, как принимать масло какао правильно.

Дозировка:

- при сухом кашле, при першении в горле масло какао нужно рассасывать во рту около 6 раз в день по кусочку примерно размером с горошинку;
- при простуде, бронхите и кашле добавить 1 чайную ложку масла какао в стакан тёплого молока.

Препараты для наружного применения

• Мазь с ментолом «Спивак».

Мазь с ментолом оказывает местное охлаждающее воздействие на кожу. Содержит натуральный ментол, который получают из эфирного масла мяты. Ментол повсеместно используют в препаратах с охлаждающим, расслабляющим и успокаивающим эффектом, а также против простуд. Он улучшает микроциркуляцию в коже, облегчает дренаж, циркуляцию и мышечное расслабление. Мазь — незаменимый помощник в уходе за кожей ног! Поможет справиться с огрубевшей кожей, сделает пяточки мягкими, а охлаждающий эффект устранил ощущение усталости и дискомфорта.



Мазь пригодится: для расслабления мышц; для профилактики простуды; для снятия первичных симптомов после занятий спорта и растяжений; для снятия усталости и утомления; для устранения неприятных ощущений в области головы.

• Гигиенический пихтовый спрей «Everhealth».

Гигиенический пихтовый спрей — натуральное универсальное средство для профилактики и лечения респираторных инфекций и ежедневной гигиены слизистых оболочек носа. Два натуральных антисептика в составе (пихтовая флорентинная вода и коллоидное серебро) убивают патогенные микроорганизмы, при этом не вредя полезной флоре слизистых.



А изотонический солевой раствор очищает и увлажняет слизистые носа, а также смывает осевшие на слизистой патогенные микроорганизмы, бактерии, вирусы.

Применяется:

- для профилактики и комплексного лечения острых и хронических воспалительных заболеваний полости носа, околоносовых пазух и носоглотки (инфекционных, аллергических, атрофических);
- в период подъёма простудных заболеваний;
- для ежедневной гигиены полости носа и носоглотки;
- для удаления слизи, уменьшения выделений;
- для размягчения и увлажнения слизистой оболочки полости носа;
- для уменьшения заложенности носа и восстановления носового дыхания.

После использования средства для детей и взрослых повышается терапевтическая эффективность лекарственных средств, наносимых на слизистую оболочку полости носа, сокращается продолжительность респираторных заболеваний, снижается риск распространения инфекции в околоносовые пазухи и полость уха.

Обойдёмся без лекарств

Стоит упомянуть, что не всегда наше здоровье, иммунитет и общее самочувствие зависят от домашней аптечки. На иммунитет человека могут влиять и другие факторы, о которых нужно знать и стараться их избегать.

Причины снижения иммунитета: стрессы, чрезмерное эмоциональное напряжение; неправильное питание; вредные привычки; антибиотики (нередко антибиотики спасают жизнь человека, но неграмотное применение препаратов негативно влияет на иммунный ответ); дефицит витаминов.

Эти состояния поправимы и основаны на коррекции образа жизни и питания.

На самом деле человеческий организм приспособлен самостоятельно бороться с простудными заболеваниями. Наша основная задача — не мешать и создать условия, при которых организм победит вирус с минимальными затратами времени и сил.

Если у вас поднялась температура, значит организм вырабатывает интерферон, нейтрализующий вирусы белок, и борется с заболеванием. Чем выше температура, тем больше в организме полезного белка. Если же её сбить жаропонижающими таблетками, естественная реакция организма прекратится и болезнь затянется.

Температуру до 39° нужно не сбивать, а помогать организму самому её перебороть — сделать всё для того, чтобы организм имел возможность терять тепло.

Тепло теряется двумя путями: при испарении пота и при согревании вдыхаемого воздуха.

Два обязательных действия при повышении температуры:

- обильное питьё — чтобы было чем потеть;
- прохладный воздух в комнате (оптимально 16–18°C) — чтобы согреть тепло.

Если эти условия выполнены, то организм сам справится с температурой.

Но признайтесь, кто из вас следует этим рекомендациям? А ведь на деле всё очень просто!

Вывод

Здоровье человека — безценный дар природы, который даёт ему в подарок с рождением. Но человек удивительно устроен: он не ценит того, что даётся ему даром. А ведь сохранение здоровья является для нас самой главной задачей.

Однако для этого мы сами должны активно участвовать в сохранении и укреплении своего здоровья. Ведь болезнь легче предупредить, чем лечить! А уж если вы заболели, то и тут в ряде случаев можно обойтись без лекарств.

В данной статье мы представили общие рекомендации по восстановлению и поддержанию иммунитета, разобрали популярные аптечные препараты для внутреннего и наружного применения, дали основные правила при сборе домашней аптечки, а самое главное — поделились списком натуральных и проверенных препаратов, которые подарила нам сама природа!

Давайте ценить и беречь своё здоровье, ведь у каждого человека оно одно!

Анастасия НЕЗВАНОВА,
экоболгер, специалист по ароматерапии
Публикуется в сокращении
<https://green-club.su>



О завышенных ожиданиях

Вы когда-нибудь задумывались над тем, почему вокруг так много несчастных людей? Счастливого человека встретить очень трудно, поэтому кажется, что жизнь, полная горечи и неурядиц, — это нормально.

В действительности так не должно быть: ведь нормальное состояние души — радость и покой. Несчастливым нас делают завышенные ожидания к себе, близким, своему уровню достатка, карьере и ещё много чему.

Человеку с чрезмерными ожиданиями кажется, что в его нестабильном внутреннем состоянии виновато окружение и собственное несовершенство. Он уверен, что нервничает из-за несоответствия реальности его желаниям, и чтобы успокоиться, должен добиться, чтобы мечты воплотились в жизнь. Но завышенные ожидания отличаются от здорового стремления к улучшениям тем, что они беспочвенны, не подкреплены реальными возможностями объекта, на который направлены.

По сути, это психологическое отклонение, которое сопровождается тревогой, нервозностью, мнительностью. Тем, кто обзавёлся синдромом завышенных желаний, всегда кажется, что они достойны большего, чем имеют. При этом зачастую такие люди не осознают, что не соответствуют уровню собственных запросов.

Так, они могут претендовать на должности, для которых не имеют остаточной квалификации; мечтают выйти замуж за кумира или же-

ниться на знаменитости. Потолка у их амбиций не существует.

Конфликт реального и выдуманного мира, невозможность добиться поставленной цели вновь порождают тревогу и беспокойство, и круг замыкается.

Данный синдром произрастает из комплекса неполноценности — через внешние атрибуты (красивая жена, богатство, шикарный дом) человек пытается компенсировать внутреннюю несамодостаточность.

Получая от жизни «от ворот поворот», он ещё больше погружается в свой комплекс. От непомерных требований страдают окружающие и сам человек.

Очень часто это проявляется по отношению жён к мужьям — женщине вечно кажется, что её муж недостаточно хорош, мало зарабатывает, не умеет правильно выполнять её задания. При этом она напрочь забывает, что тоже не идеальна. Супруга грызёт любимого и сама постоянно расстраивается от его нерасторопности.

То же мы проделываем и с детьми, требуя, чтобы они были аккуратистами и вундеркиндами, а ведь они просто дети, познающие мир через ошибки.

Завышенные требования проявляются и к себе: нужно быть самым лучшим, делать всё на выс-

шем уровне. Отсюда возникает перфекционизм.

Но вот в чём загвоздка — зачастую мы достойны именно того, что получаем. И наша душевная гармония зависит только от восприятия. Либо мы будем слишком требовательны к своей жизни, а потому и несчастны оттого, что она не соответствует нашим завышенным ожиданиям, либо примем её такой, какая она есть. Нужно просто помнить, что муж (жена) и дети — живые люди, они тоже имеют свои слабости, да и не все рождены, чтобы стать президентами миллионных компаний...

Первый шаг на пути борьбы с синдромом завышенных ожиданий — его осознание, понимание, что это ловушка самообмана, в которую нельзя попадаться. Если всё время думать о том, что всё могло бы быть лучше, то можно страдать от этого бесконечно, поскольку предела совершенству не существует.

Самые выгодные вложения, как правило, вложения в самого себя. Наивно думать, что получение диплома о высшем образовании гарантирует успешную дальнейшую жизнь.

Только постоянное саморазвитие делает человека интересным как для окружающих, так и для самого себя.

<https://zakonvremeni.ru>

Методика «И чё?»

Уникальная методика «И чё?», позволяющая самостоятельно избавиться от самых неразрешимых проблем, проста и удобна в применении, не требует профессиональной подготовки.

Итак, у вас есть проблема? Для её устранения просто следуйте алгоритму:

1. Сядьте поудобнее и во весь голос озвучьте свою проблему.
2. Задайте себе первый проверочный вопрос: «И чё?»
3. Ответьте на заданный себе вопрос.
4. Задайте второй проверочный вопрос: «И чё?».
5. Снова ответьте себе на заданный вопрос.

Следуйте алгоритму, повторяя проверочный вопрос: «И чё?» до тех пор, пока в качестве ответа не услышите от себя: «Да ничё!»

Поздравляем, проблема уничтожена! Сеанс самопсихотерапии можно считать оконченным.

<http://realfaq.ru>



Дерево-врач

Среди аюрведических методов работы с растениями существует такой специфический и тонкий способ, как лечение с помощью посадки растений.

Каждое дерево связано с определёнными «дэвами», представителями иерархии Вселенной. Такой метод используется не всегда, но очень часто приносит быстрые результаты. Например, если у человека серьёзные проблемы с печенью, ему нужно сажать **ДУБЫ**, поскольку они связаны с энергией Индры.

Сажать их нужно в том месте (например, где-нибудь за городом), куда человек сможет приехать, ухаживать за ростком, поливать, подвязывать. Какое количество сажать, может подсказать врач, назначивший этот метод.

У меня был пациент, страдающий циррозом печени, причём это был человек из «новых русских», которому было бесполезно объяснять что-то про «тонкие материи». Когда я в качестве метода, дополняющего препараты и систему питания, предложил ему сажать дубы, — дескать, это про-

сто полезно для восстановления печени, — он подумал, что я сам «с дуба рухнул». Больше всего он боялся, как бы об этом методе лечения не узнало его окружение. Однако же, едва он действительно занялся этим в глубокой тайне от окружающих, восстановление пошло так быстро, что он стал рекомендовать этот метод всем своим знакомым «печёночникам», и сам полюбил это занятие.

БЕРЕЗА совмещает в себе энергию Солнца и Луны, выравнивает небесный и земной потоки. Все славянские народы почитали берёзу как священное дерево, сочетание белого с чёрным, неба с землёй. Она соединяет энергии в их оптимальном состоянии и лечит любые болезни, связанные с нарушением адаптации, на стадии разбалансировки дош.

Чтобы восстановить связь с энергией Сарасвати (дэва знания и искусств), нужно сажать **КУСТЫ СИРЕНИ**. При этом практика показывает, что более эффективно действует белая сирень.

ЛИПА — растение, устраняющее элементы страха, являет-

ся проводником для Варуна мармы. Даже на биохимическом уровне липа является сильнейшим защитником почек и усиливает своё действие, если человек ухаживает за ней.

ТОПОЛЬ — дерево, связанное с Шивой. Он — единственное растение, способное поглощать отрицательные элементы в городах, причём элементы как физического, так и тонкого загрязнения. Тополь гармонизирует пространство города, защищает его, чистит атмосферу, в том числе и на духовном уровне, спасает от катастроф, в том числе и техногенных. Он освобождает сознание человека от средств массовой информации, слухов, паники, увеличивает возможность независимости от социума, способствует широте мышления. С помощью посадки тополей и заботы о них лечатся любые формы неврозов и психозов, а также замедление психического развития у детей, проблемы, связанные с задержкой роста.

СОСНА нужна людям со слабым внутренним стержнем, которые хаотичны, не способны дер-

жать своё слово, не могут выстроить свою цель, живут одним днём, кидаются из стороны в сторону. Посадка сосны лечит любые заболевания позвоночника. Она действует на тонком плане, помогая становиться свободным, независимым. Сажая сосны, человек укрепляет свой внутренний стержень, и постепенно его проблемы решаются.

Посадка **ЕЛЕЙ** помогает при всех заболеваниях, связанных с агрессией. Это гипертония, мигрени, хронический арахноидит, раннее развитие атеросклероза головного мозга, частые травмы головы. Правда, тут надо помнить одну важную вещь: если у человека произошло нарушение гармонии со Скандой, не стоит сажать ель возле собственного дома, поскольку дом может сгореть или его ограбят. Сажать ель возле жилого дома или в других местах — вполне безопасно для сажающего и для всех окружающих.

ПЛОДОВЫЕ ДЕРЕВЬЯ, сочные, со сладким вкусом, приятным ароматом (например груша, персик, абрикос, слива, манго) связаны с энергией Лакшми. Их можно сажать людям, которые в любви видят идеал и пытаются возлюбленного или своих близких загнать в рамки своих представлений.

Посадка **РЯБИНЫ** приносит пользу при заболеваниях крови, анемии, лейкозах.

Выращивание **КЛЁНОВ** благоприятно при бронхиальной астме и других заболеваниях дыхательной системы.

Посадка и забота об **ИВЕ** благоприятна при заболеваниях желудка и двенадцатиперстной кишки.

При заболеваниях сердца положение сложнее, потому что в этих случаях наиболее действенны **ПАЛЬМЫ** и **КЕДР**.

При онкологии полезно выращивание **САМШИТА**, **ТИСА**, что довольно сложно в условиях России. Эти же деревья благоприятны для долголетия.

И. И. ВЕТРОВ, Ю. В. СОРОКИН

«Основы аюрведической фитотерапии»



Александр Константинович Анохин, носивший псевдоним Б. Росс, был доктором и атлетом. Эти упражнения использовал русский атлет Самсон, разработавший впоследствии свою систему тренировки сухожилий, а также известный советский и политический деятель Григорий Котовский.

Делая эти упражнения, мы напрягаем соответствующие мышцы, представляя, будто преодолеваем соответствующие нагрузки. Эти упражнения не только увеличивают силу и подтягивают фигуру. Они очень полезны для здоровья и учат напрягать и расслаблять отдельные группы мышц, что является очень полезным навыком для спортсменов.

В начале XX века большую известность снискала система физического развития доктора А. К. Анохина. Книжки с описанием системы Анохина выдержали семь изданий при жизни автора. Даже далёкий от спорта журнал «Нива» в 1909 году опубликовал её полностью, назвав «наилучшей комнатной гимнастикой». Её принципы использовали в своих тренировках многие атлеты прошлого.

Примечательна эта система тем, что для выполнения упражнений не требовались специальные спортивные снаряды и специальные помещения. Автор многих статей по гигиене и физическому развитию, Анохин по-новому подошёл к принципу выполнения физических упражнений. Он считал, что нет новых движений, их не выдумает, можно говорить лишь о том или ином принципе их выполнения.

Свою систему Анохин назвал «Новая система», а в дальнейшем она получила название «Волевая гимнастика». Принцип её состоит в том, что, выполняя упражнения без отягощения (то есть без гантелей, эспандера, гири и других спортивных снарядов), нужно сознательно напрягать соответствующие мышцы, имитируя преодоление того или иного сопротивления. Система Анохина не утратила своей актуальности и по сей день. Его упражнения дают возможность не только увеличить силу, но и добиться умения напрягать и расслаблять отдельные группы мышц, что очень важно и в спорте, и при любой физической работе.

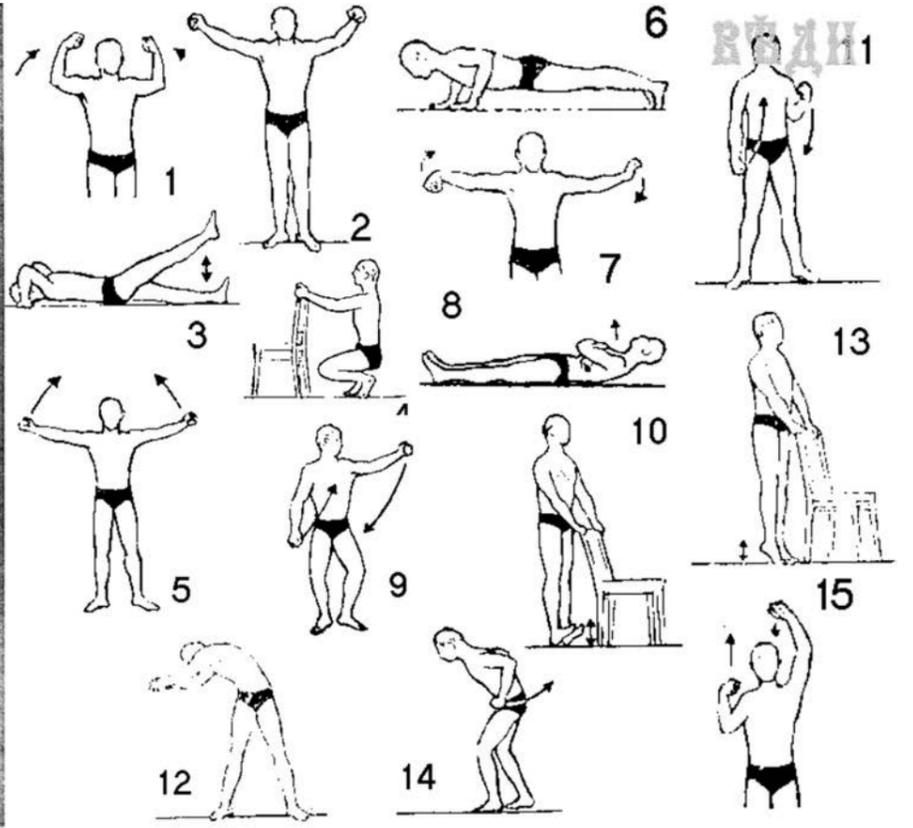
Знакомство с системой Анохина начнём с рекомендации автора.

Во-первых, он говорит: «Волевая гимнастика не сделает вас Поддубным или Гаккеншмидтом. Она не даст вам бицепсов по 45 см или возможности выжимать 6–7 пудов одной рукой, но зато значительно укрепит здоровье. Даст красоту форм и очертаний и ту нормальную силу для каждого, которая утеряна современным человеком».

Затем Анохин приводит восемь основных принципов, которых следует придерживаться при овладении его методикой. Вот эти принципы:

1. Необходимо концентрировать всё внимание на работающей мышце или группе мышц.
2. Не спешите с увеличением количества упражнений и их дозировки.
3. Выполняя упражнения, следите за правильным дыханием.
4. Каждое движение выполняйте с наибольшим мышечным напряжением.
5. Добивайтесь того, чтобы при выполнении упражнения напрягались только те мышцы, которые

Волевая гимнастика Анохина



участвуют в данном движении.

6. Упражнения желательнее выполнять перед зеркалом.

7. После выполнения упражнений нужно принять душ, а затем энергично растереть тело полотенцем.

8. Воздержанность и простота в пище — один из залогов успеха.

Пища должна быть разнообразной (овощи, фрукты, молоко), без преобладания мяса. Кстати, бытующее иногда мнение, что те, кто занимается атлетическими упражнениями, должны включать в свой рацион большое количество мяса, неверно. Можно привести множество примеров, когда известные атлеты ограничивали в своём рационе мясо. Пётр Крылов, обладая выдающейся по объёму и рельефу мускулатурой, предпочитал растительную пищу.

Упражнения нужно выполнять два раза в день, утром и вечером. В общей сложности до 20 минут. Каждое упражнение длится 5–6 секунд и повторяется до 10 раз. Первые две недели нужно выполнять пять первых упражнений, затем каждую неделю прибавлять по одному упражнению. Через три месяца можно заниматься по программе всего комплекса.

1. Основная стойка. Поднимите руки в стороны и сожмите пальцы в кулак, ладони поверните вверх. Сильно напрягая двуглавые мышцы плеча (бицепсы), согните руки в локтях. Сгибая руки, имитируйте притягивания большой тяжести. Коснувшись руками плеч, поверните кулаки ладонями в стороны и начинайте разгибать

руки так, как будто вы отталкиваете в стороны большую тяжесть. В этом случае напрягаться должны трёхглавые мышцы плеча (трицепсы), бицепсы должны быть расслаблены. Сгибая руки, сделайте вдох, а разгибая — выдох. Вдох через нос, выдох через рот.

2. Ноги на ширине плеч. Поднимите руки вперёд, сожмите пальцы в кулак. Сильно напрягая мышцы рук и спины, разведите руки в стороны, затем начинайте сводить их перед собой, напрягая главным образом грудные мышцы так, как будто что-то сильно сжимаете перед собой. При разведении рук делайте вдох, при сведении — выдох. Старайтесь, чтобы не участвующие в упражнении мышцы были расслаблены.

3. Лягте на спину, руки за голову. Сохраняя неподвижность туловища, поочередно быстро и с напряжением поднимайте и опускайте ноги. Поднимать ноги следует приблизительно до угла в 50°. Во время выполнения упражнения пятками пола не касайтесь. Дыхание равномерное. Напрягаться должны брюшные мышцы и мышцы ног.

4. Положите руки на спинку стула, пятки соедините вместе, носки врозь, выпрямите спину, смотрите перед собой. Медленно, с напряжением присядьте до касания ягодицами пяток. Затем начинайте выпрямлять ноги с таким напряжением четырёхглавых мышц бедра, как будто вы поднимаете на плечах большую тяжесть. Приседая, делайте выдох, при подъёме — вдох.

5. Поставьте ноги врозь. Разведите руки в стороны, пальцы сожмите в кулак ладонями вверх. Смотрите прямо перед собой, грудь вперёд. Напрягая мышцы, поднимите прямые руки вверх так, как будто вы поднимаете груз. Затем сделайте вдох и начинайте с напряжением широчайших мышц спины опускать руки вниз — выдох.

6. Проделайте отжимания в упоре лёжа на полу, держа в напряжении всё тело. Следите, чтобы туловище и ноги составляли прямую линию. По мере тренированности отжимайтесь на пальцах. Сгибая руки, делайте вдох и касайтесь грудью пола, разгибая руки, — выдох.

7. Основная стойка. Поднимите прямые руки в стороны, сожмите пальцы в кулак, ладонь вниз. С напряжением начинайте поочередно поднимать и опускать кисти. Дыхание произвольное.

8. Лягте на спину на пол. Руки скрестите на груди. Оставляя неподвижными нижнюю часть туловища и ноги, с сильным напряжением брюшных мышц начинайте приподнимать голову и грудь так, как будто вы поднимаетесь с грузом, лежащим у вас на груди. При подъёме делайте выдох, при опускании — вдох.

9. Поставьте ноги врозь, полусогнув их в коленях. Поднимите левую руку вперёд, правая вдоль туловища. С напряжением грудных и широчайших мышц спины опустите левую руку вниз, а правую руку с напряжением дельтовидных мышц поднимите вперёд.

В следующее занятие поднимайте руки в стороны, а затем — снова вперёд. Дыхание равномерное.

10. Положите руки на спинку стула, пятки поставьте вместе, спину сделайте немного сутулой. С напряжением мышц выпрямите спину, одновременно поднимите ступни как можно выше вверх, опираясь на пятки. Во время упражнения должны сильно напрягаться мышцы бедра и голени. При поднимании ступней делайте вдох, при опускании — выдох.

11. Поставьте ноги врозь. Поочередно сгибайте и разгибайте руки в локтевых суставах, держа неподвижно локти. При сгибании рук ладони обращены вверх, а при разгибании — к туловищу. При сгибании рук всё внимание

и напряжение должно сосредоточиться на бицепсе, а при разгибании — на трицепсе. Дыхание равномерное.

12. Поставьте ноги врозь. Поднимите с напряжением руки вверх и соедините их в «замок». Сделайте поворот вправо и, напрягая мышцы живота, наклоните туловище вниз. Затем проделайте упражнение в левую сторону. Во время наклона делайте выдох, поднимая руки вверх, — вдох.

13. Исходное положение то же, что в упражнении 10. Сильно напрягая икроножные мышцы, поднимитесь на носки, а затем опуститесь на всю ступню. Во время упражнений ноги в коленях не сгибать. Поднимаясь на носки, делайте вдох, а опускаясь, — выдох.

14. Поставьте ноги врозь и слегка согните их в коленях. Напрягая мышцы живота, наклоните туловище вперёд, одновременно согните руки в локтях и напрягите бицепсы. Затем с напряжением трицепсов начинайте разгибать руки в локтевых суставах как можно дальше назад, имитируя отодвигание назад тяжести. Выпрямите туловище и опустите руки вниз. Во время наклона туловища делайте выдох, а выпрямляясь, — вдох.

15. Основная стойка. Правую руку поднимите вверх, левую согните к плечу. С напряжением поочередно меняйте положение рук. Поднимая руку вверх, напрягайте трицепс, а опуская руку к плечу, напрягайте бицепс и широчайшие мышцы спины. Дыхание равномерное.



Как детское прозвище влияет на личность

Тощенькую, махонькую, с глазницами в пол-лица Валеру дома зовут Холерой. Ну, натурально же чума-девка, в большинстве случаев обращение матери к ней начинается со слов «Холера ж ясная!». Дальше следует длинная тирада, подробно описывающая состояние Валериной комнаты, обеденного стола после трапезы, несделанных уроков и брошенного посреди коридора велосипеда. Валера разговаривает в темпе *prestissimo*, в пространстве перемещается *staccato*. Холерический темперамент налицо. Домашнее прозвище приклеилось к ней намертво, до такой степени, что друзья дома надписывают подарки на день рождения «Любимой Холере». Себя она называет Лера.

Мими и няши

Конечно, пальму первенства в списке домашних прозвищ держат разнообразные животные. От банальных Зайчиков и Котиков, перетекая в «Рыба моя», до Тигров и Быков. Детей зовут ласково: Мышик, Кисик сладенький, Гусик-Гугусик (по первым произносимым звукам), Муха и Бобр. Детку могут звать Ежом, потому что в первый год жизни на головке стоял прикольный ирокез, или Зайкой из-за милых оттопыренных ушек. Кстати, в психоаналитической традиции толкования снов считается, что все мелкие мохнатые существа, увиденные ночью, — это дети. А приснившиеся дети — наоборот, символизируют всяческие планы, проекты и работы. Это очень правильно, как мне кажется. Ребёнок — это и есть проект и работа, а вовсе не мимими и няша, как считают некоторые.

Детские прозвища иногда могут иметь причудливую историю, в отрыве от которой наименование кажется ужасным извращением и издевательством.

В дворовую продуктовую лавку важно входит рыжее кудрявое некто, на вид лет трёх. Щёки только что не лопаются, в руках лопатка и ведёрко, на пузе нарисован кораблик. Продавщица пытается польстить выгодному клиенту:

— Это кто же у нас такой красивый пришёл?! Это у кого такие глазки синие?! А как тебя зовут?

— Чудовище, — радостно и с

готовностью отвечает дитя. — Меня так папа зовёт.

Тёточка с опаской смотрит на мать Чудовища.

— Ага, ага, — совершенно спокойно подтверждает женщина. — Как есть чудовище, три года никому спать не даёт ни днём, ни ночью.

Довольное Чудовище удаляется, вознаграждённое мороженкой и соком. Окружающие в шоке.

Марина Степановна в памперсе

Всем памятное «Не называйте меня Томасом, мисс Бекки, так меня зовут, когда хотят выпороть» тоже имеет место в нашей жизни. Все дети знают, что когда мама или папа грозно кричат из кухни: «Мария Степановна, а ну-ка подойди сюда!» — скорее всего, дело пахнет керосином. И бежать уже поздно. Как будто полное имя автоматически означает полную ответственность.

Ребёнка могут звать Драконом, потому что в младенчестве его мучала отрыжка и изжога, Гусеницей, потому что она в младенчестве «с одного конца пища поступает, а с другого выходит в переработанном виде», Бешеным Тараканом, потому что ползал, а не ходил, но очень быстро.

Одну мою близкую подругу зовут Типца Феня, это детский вариант Птицы Феникс. Только на моей памяти она трижды возвращалась с того света, так что кличка

возникла неспроста. Дома зовут ласково — Птичка. Ну, большая такая Птичка, взрослая. В последний раз, когда Типца пыталась склеить ласты, вся огромная семья молилась и надеялась именно на её способность воскресать из пепла, и имя очень поддержало надежду. Обошлось.

Такие нежные... проклятья

«Дайте собаке плохую кличку, и вы можете её повесить» — гласит английская поговорка. Иногда прозвища даются в насмешку родными братьями и сёстрами или одноклассниками. Они звучат издевательски, не дают забыть, что ты ничтожен и мал, разгильдяй, неумеха, валенок набитый. От одного и того же вполне благозвучного имени малолетние юмористы умудряются соорудить обидные и унижительные проклятья.

«Мне всегда казалось, что младшего брата любят больше, с ним возятся, ему всё позволяют, помогают, не ругают. На моей стороне была ловкость и организованность, брат с рождения был неуклюжим, всё ронял, разбивал, ранился постоянно. И я назвала его Чайник — в значении «растяпа, новичок». Как же он бесился и злился, и рыдал, когда я его так называла! Одно удовольствие было его дразнить. Родители запрещали, ругали, взывали к моей совести и доброте, но искушение было слишком велико. Я оттаптывалась на нём за всю несправедливость жизни. Когда мы выросли и подружились, кличка отвалилась сама, сейчас никто даже и не помнит о ней».

У меня есть совсем печальная история, когда из обычного, распространённого и милого девичьего имени одноклассники соорудили дико неприличную кличку с сексуальным подтекстом. Условно говоря, «Гая-Гениталья», только грубее и пошлее. Дополнительную мерзость ситуации придавал

факт, что эта творческая идея, так сказать, принадлежала лучшей подруге жертвы. Ну, то есть девочка так думала, что это её лучшая подруга.

Девчонку затравили до попытки суицида. К чести её должно быть сказано, она испробовала все способы повлиять на ситуацию: игнорировала, прямо просила не называть её так, искала помощи у взрослых... Все отмахивались, говорили: «Будь выше этого», предлагали отшучиваться или, того веселей, самой себя так называть, чтобы «они не думали, что тебе больно». Слава богу, девочка не смогла полностью осуществить свой замысел, но родители испугались и забрали её из школы до конца учебного года. Теперь она ходит на психотерапию и вспоминает школьные годы чудесные не иначе, как со слезами и рвотными спазмами.

Тупой и ещё тупее

Иногда в семье ребёнка называют «наш балбес» или «наша-то дурочка», видимо, полагая, что ребёнок осознает свои недостатки и исправится. Одна бабушка рассказывала мне, что пятилетний внук просился к ней на побывку, потому что «ты мне говоришь «миленький», а дома только «Сеня-урод»».

С этой точки зрения, распространённый «Малыш» в подростковом возрасте начинает дико раздражать. Я тут изо всех сил расту, взрослею, отстаиваю свои права и границы, а меня зовут: «Малыш, иди кушай!» Или того хуже: «Мелкий». Какой я вам Мелкий, я уже папу перерос, не говоря уже о 46 размере обуви!

Извини, дружок, тот, кто родился третьим номером, всегда будет младшеньким, любименьким, сладеньким мальчиком. Ведь это позволяет родителям останавливать время, не думать о его быстротечности, о приближающейся старости и смерти. Будь малышом, чтобы мы могли чувствовать себя

молодыми. Не беда, что маме приходится забираться на табуретку, чтобы погладить тебя по голове, не сердись, это всё скоро закончится, к сожалению.

Иван Васильевич Грозный

Мужчин в семье чаще всего зовут по имени-отчеству, но так, как будто это не паспортные данные, а воинское звание: ВВС (Василий Васильевич Степанов, например), Пётр Великий (в отличие от Пети-маленького), Вася Величество. Статус отца семейства требует соблюдения сложного церемониала, который трудно обеспечить в нынешних флешмобовых обстоятельствах. Поэтому приходится награждать главу подобающими титулами: Секретный физик или Господин Профессор.

Как найти себя

Мнение психолога, члена профессиональной психотерапевтической лиги **Ольги Дячук**:

«В конце прошлого века психолог Чарльз Хортон Кули предложил теорию «зеркального Я». Он считал, что образ Я зависит от того, как нас видят другие. Если навешивать негативные ярлыки, очень велик шанс, что человек так и поступит. И в то же время психологи обнаружили, что когда взрослые называют детей добрыми и готовыми помочь, те анонимно отдают свои угощения другим детям.

Предлагаю выполнить упражнение. Представьте себе два круга, один из которых вложен в другой. Внутренний описывает границу вашего Я. Придумайте 10 обращений к своему Я. Какие это обращения? Клички или ласковые прозвища, обзывалки или слова поддержки? Большой круг — это внешний мир. Какие его свойства влияют на ваше Я? Опишите его десятью прилагательными. А теперь составьте пары из слов и проанализируйте. Как ваш внутренний мир взаимодействует с внешним? И что это говорит о вашей жизни? Возможно, для вас откроется та сторона вашего Я, которая была не видна или на которую не очень хотелось смотреть».

Одна моя знакомая писательница, как и подобает человеку творческому, изобретает для мужа просто потрясающие номинации, типа «карбюратор моего мотора» — это когда надо, чтобы он что-то починил, или «коллайдер моего андроида» — в переводе означает: «Этот дурацкий телефон опять завис, не мог бы ты его оживить?» Согласитесь, обращаться к «Фонтану моей души» гораздо романтичнее, чем кричать на весь дом: «Почему у нас опять душ сломан?»

Дети тоже легче смиряются с требованием соблюдать тишину, когда «Их Величество Андрей Васильевич почитать изволяет», нежели когда примитивное «Тихо всем, папа спит!».

Как яхту назовёшь, так она и поплывёт

Мнение Юрия Прокопенко, врача-сексолога, кандидата психологических наук, научного сотрудника Федерального центра медицинской сексологии и сексологии:

«Это не только о яхтах, но и о детях, и о родителях. Если с младых ногтей самые значимые люди зовут мальчика чучелом или девочку замарашкой, то как им не



верить? И вырастает настоящее чучело и подлинная замарашка. Даже если не внешне, то хотя бы с внутренним ожогом от пожизненного клейма. Вот и верь, что все родители хотят своим детям только... ЧЕГО? Родительская ограниченность — залог наследственно-го поражения характера.

А уж когда муж и жена переходят на «мама» и «папа» после появления первого же ребёнка, — это прямой путь к постепенному прекращению интимных отношений: подсознательно понимается, что с мамой не спят, с папой должны быть совершенно безгрешные отношения. Подсознание — это наше всё, и жить надо так, чтобы чуть позже не было мучительно больно за то, что навязано самим себе и любимым детям.

Будьте милосердны и любвеобильны, тогда никто не уйдёт обиженным».

Что в имени тебе моём?

К сожалению, мы можем наблюдать печальную тенденцию к превращению супругов в пару родителей, когда люди из года в год называют себя только «папа и мама». Понятно, что когда у пары рождается первенец, это настолько возбуждает и захватывает, что эти слова звучат как самое высокое звание, почти как Президент Галактики. Но через некоторое время, когда эйфория сменяется усталостью от рутины, хорошо бы напомнить себе, что мы — не только родители этого проказника, но и сексуальные партнёры, и друзья, и взрослые люди. Не мама Катя и папа Миша, а Кошка и Медведь, как было в юности, когда мы познакомились и влюбились, и хотели друг друга, и скучали, и ревновали.

Чисто мамское: идентифицировать себя как «Маму того-то ребёнка». Постоянно встречаю и в почте, и в соцсетях разнообразные вариации на тему «Мишимама», «Мама троих», «мама в квадрате». Такое впечатление, что, родив, женщина перестаёт осознавать себя как отдельное существо. Всё её внутреннее пространство становится заполненным ощущением материнства, что, безусловно, очень хорошо на первом этапе, но может, если затягивается.

Домашние и семейные прозвания могут многое рассказать об отношениях между членами семьи, о психологическом климате, о месте каждого в иерархии. О том, кто любимчик, а кто герой, кого слушаемся, а кого боимся. И это важные вещи, из которых складывается самооощение растущего человека. Постарайтесь обращать внимание на то, какими словами вы зовёте своих детей и близких. Каждому хочется быть Сокровищем и Счастьем.

Как изменить прозвище?

Переименование — записываем на карточках слова, которыми обычно обзываем своих детей: «упрямый, настырный, шумный, бешеный, плакса». А потом переворачиваем и на другой стороне пишем: «упорный, целеустремленный, артистичный, энергичный, чувствительный». Некоторые родители в этом месте начинают плакать, потому что понимают, в какую ловушку загнали себя и своего ребёнка. А может, и себя оплакивают, у поколения бабушек-дедушек ярлыки и унижительные прозвища только так с языка слетали.

Катерина ДЕМИНА

Почему важно быть на стороне ребёнка

У меня есть два самых ярких воспоминания о школе.

Первое — протяжённое во времени, но как бы слитое в одно: мой учитель русского и литературы и одновременно моя классная Любовь Фёдоровна. То, как она ко мне относилась и кем для меня была. Она считала мой ученический успех своим личным делом и принимала меня близко к сердцу. Я часто бывала у неё дома, где она кормила меня домашней едой, помногу рассказывала о жизни — своей и в целом, ну и заодно готовила меня к безконечным олимпиадам и всероссийским конкурсам сочинений.

Прошло ужасно много лет, но я до сих пор вспоминаю о ней с теплом, захожу в гости и считаю тоже немного своей мамой.

Надо ли говорить, что все эти олимпиады и конкурсы я выигрывала, в университет пошла на филфак (а потом и в литературный институт), а профессией избрала журналистику. Спасибо, Любовь Фёдоровна!

Второе ярчайшее воспоминание о школе — зубной кабинет. До сих пор помню глаза стоматолога Жанны Юревы поверх повязки, иногда они являются мне в кошмарах. Практически каждый день я добровольно брала талончик к школьному зубному (да, у нас был такой), чтобы мне там иглами чистили каналы и удаляли нервы без анестезии. Это было дичайше больно, но я всё равно ходила, потому что посещать алгебру и геометрию было намного больнее. Почему? Да просто учительница математики меня, скажем так, не любила.

Каждый раз, когда она ко мне обращалась в своей холодной саркастической манере, я была готова провалиться сквозь землю, цепенела от липкого ужаса и совершенно ничего не соображала.

Надо ли говорить, что и на выпускных экзаменах по алгебре и геометрии тройки мне поставили исключительно из жалости, и я до сих пор понимаю в математике примерно ничего.

Меня искренне изумляет, что почти никто не понимает про школу самую важную вещь: ребёнок ни за что не возьмёт знание у того, кто его не любит.

В теории привязанности есть очень важная мысль: сначала отношения, потом всё остальное. Отношения между ребёнком и ответственным за него взрослым — это контейнер, а воспитание в широком смысле слова, в том числе и обучение — это то, что в этот контейнер гипотетически можно положить. Если контейнер худой — ржавый, дырявый, ненадёжный, то может так получиться, что положить в него и сохранить ничего в нём и не выйдет. А если контейнер, скажем, будет выделять в содержимое ядовитые вещества, то дело, сами понимаете, плохо. То есть если отношения между учителем и учеником токсичны, то и знания будут отравлены, пользоваться

ими ученик не будет. Если у него всё нормально с системой самосохранения, то его такими знаниями быстренько вырвет, и дело с концом.

Не в этом ли кроется причина того, что большая часть знаний из школы выветривается из наших голов аккурат после экзаменов?

А ещё в этой теории, развиваемой Гордоном Ньюфелдом, говорится, что взрослый по отношению к ребёнку должен быть ведущим. Разве ребёнок добровольно пойдёт за тем, кто его не любит? Разве будет ребёнок такому взрослому доверять?

Первая школа моего старшего сына была кадетской. Я немного опасалась за военную составляющую — было не очень понятно, чего ждать от мужчин, преподающих военную подготовку. Но настоящих проблем подкинули не они, а хрупкая с виду девушка, вероятно, недавно из «педа», классная моего второклассника. Одним не очень прекрасным вечером мой 8-летний ребёнок вернулся домой, задыхаясь от слёз, в натуральной истерике — у него дрожало всё, что вообще может дрожать. Он был очень напуган.

Его классная руководительница на полном серьёзе сказала, что она готовит его документы для передачи в детдом, потому что он плохо учится.

Я уже не очень помню, что они там делали во втором классе, помоему, у них ещё даже оценок не было. Что там вообще в принципе можно было делать так плохо? Ну вот не понравился он ей чем-то. И она решила отомстить ребёнку таким страшным образом. Он ей, разумеется, поверил. Мне пришлось хватать его, рыдающего, тащить в школу к директору и вызывать эту придурочную классную на ковёр. Сына немедленно перевели в параллельный класс, она извинилась, и вообще каждый

раз, когда видела меня там, снова извинялась. Я очень надеюсь, что она ничего подобного больше никогда не делала. Так вот я совсем не понимаю, чему он мог у неё научиться.

Когда мы переводились в другую школу, в четвёртый класс, его новая классная, впервые увидев Тимофея на линейке 1 сентября, вместо чего-то вроде «приятно познакомиться» или «добро пожаловать в наш класс» (по-моему, она даже не поздоровалась с ним в ответ), сразу сказала: «волосы постричь, серёжку из уха снять». Эта школа уже не была кадетской — обычная московская школа, в уставе которой таких требований к внешнему виду учащихся не было. Просто лично ей такой неформальный вид не понравился.

Тимофей её требования выполнить отказался, после нескольких моих бесед с завучем и директором школы от нас отстали, но осадочек у Ольги Алексеевны остался. И она стала его буквально травить. Посадила на заднюю парту. Занижала оценки. Но хуже всего было, когда Тим вернулся из Питера с гастролей своего театра, они показывали там спектакли в детдомах. Он принёс ей диплом, в котором было зафиксировано его участие в этих гастролях.

Она равнодушно посмотрела на диплом и сказала: «Ну и что. Кривляться любой может, знаний-то в голове у тебя от этого не прибавилось».

Это был второй раз, когда сын пришёл домой в слезах. Я сходила побеседовать с этой Ольгой Алексеевной. Попыталась поговорить с ней даже не как с учительницей, а как мать с матерью, ведь у неё дети такого же возраста. Она мне сказала потухшим взглядом: «Любить детей не входит в мои профессиональные обязанности, мне за это не платят». Я не знаю, про-

фессиональное ли это выгорание или она изначально шла в эту профессию по расчёту (не по любви то есть), но в любом случае это печально. И опять же: чему мой сын может у неё научиться? Это вообще не вопрос.

И, к большому моему сожалению, такая ситуация, когда учитель не считает любовь к детям необходимой для себя профессиональной компетенцией — скорее типична. Это и есть, пожалуй, главная черта российского образования. Это и есть, пожалуй, всё, что нам нужно о нём знать.

Условная Любовь Фёдоровна в нашем всеобуче — скорее уникам, потому что любовь — это нечто факультативное. А вот Ольга Алексеевна — она везде.

И что с этим делать — мне лично совсем непонятно. То, что мне понятно, что для меня ясно, как белый день, — это моя решимость в любой конфронтации между школой и моим ребёнком всегда быть на стороне ребёнка. Если там его не считают нужным любить, то кто должен это делать, если не я? Мне вообще до лампочки, сколько двоек и троек он нахватал в четверти. Мне важно, чувствует ли он себя достаточно хорошим, потому что любим. Наши с ним отношения не зависят от его оценок. Это не значит, что мне всё равно, как он учится. Я стараюсь делать всё, что могу, чтобы он захотел учиться лучше. Но я не допущу, чтобы он боялся сообщить мне об очередной двойке за контрольную из страха, что лишится моей любви и моего уважения. Я его гарант в этом. Это неприкосновенно.

Я не могу повлиять на то, насколько учителя в школах задействуют сердце наравне с мозгом. Но я могу сохранять наши с ним отношения так, чтобы он не сомневался ни в них, ни в себе.

Ольга Ка

<https://vk.com/sattvamama>



Если мужчина общается с женщиной, он готов быть либо мирным, либо защищаться и отражать удар. Рядом с женщиной нормальный мужчина — беззащитный и безоружный, поэтому женщина, манипулируя мужчиной для достижения своей цели, нередко становится разрушительницей отношений.

Мы не понимаем, почему отношения не складываются, чем мужчина недоволен, почему в доме скандалы, а на любую нашу инициативу он отвечает «нет». Ведь мы столько делаем... А он тут, но желаемого от него нет. У нормально-го мужчины есть чувство личного мужского собственного достоинства. Женщина может либо создать, либо разрушать мужчину в соответствии с тем, как она относится к его чувству собственного достоинства. Прочтите эту фразу ещё раз.

1. Не ожидать, а вдохновлять!

В мужчине заложена программа добытчика, защитника и кормильца. Если женщина ставит под сомнение эту мужскую функцию, то наносит сильный удар по чувству собственного достоинства своего мужчины.

Именно женщина должна пробудить в мужчине силу, именно женщина помогает мужчине стать зрелым, именно она своей верой реализует его предназначение. Как? Вдохновляя его.

Умница девочка придумает, как это сделать и как донести вдохновение в уши своего мужчины, в какое время суток и при каких обстоятельствах (может произнести вслух, когда придёт его друг в гости). «Мой мужчина — какой?» Этот смысл должен быть заложен в словах женщины для его вдохновения. Хвалите и благодарите его за всё, что он делает. За всё!

2. Сомнения способностях мужчины

Для мужчины важны достижения, успех в том деле, которым он занят. И если женщина ставит под сомнение его способность достигать этого успеха, то разрушает его веру в самого себя. Мы должны помнить, что мужчины сильнее нас только в одном — в физической силе. Мы можем как втоптать в грязь любого мужчину, так и поднять его на пьедестал. У нас в девять раз сил больше, чем у мужчин в аспектах психических энергий, но пользоваться этим мы не умеем. А могли бы!

3. Никогда не сравнивайте своего мужчину

Мы задеваем мужское чувство достоинства, когда сравниваем его с другими, при этом часто этого и не замечаем. Женщина говорит: «Вон твой товарищ по работе, Серёга с женой, они поехали на море, где я в жизни ещё не была. Вот Сашка, сосед наш, какой ремонт сделал! А мы уже пять лет только планируем и деньги собираем».

Посылая ему такую информацию, мы совсем не желаем обидеть мужчину, мы, скорее, хотим его подтолкнуть к активным действиям, чтобы он что-то сделал, при этом упрекая за не проявленные мужские качества.

А что вы сами, милочка, развиваете или свиваете его мужские качества? А ну расскажите! Сравнивая его с другими или завидуя другим, мы обесцениваем

Десять женских ошибок Как исправить?

как свою жизнь, так и заслуги своего мужчины. А также перекладываем ответственность и всю вину на мужчину. Вашей вины нет в том, что всё именно так? Да ну! Покопайтесь в памяти.

4. Не ищите виновного, мужчина — зеркало женщины

Если в нашей жизни чего-то нет желаемого, в этом вина не мужчины, не соседей, которые более успешны. Ищите причину в себе. Мужчина всегда есть зеркало

Часто мужчина загорается какой-то идеей что-то создать, сделать в доме просто так, потому что ему это хочется.

Женщины прагматичны, они не любят перемен, тем более, если что-то делают в доме сами, они часто контролируют и мужчину. И когда идея или намерение мужчины блокируется, у него в этом направлении не возникает никакого желания что-либо делать или совершенствовать имеющееся.

Любому человеку для личного роста и движения вперёд необхо-

постоянно, что он нужен. Он должен знать, что его ценят и что без него не справятся. Это необходимое условие для здоровой мужской самооценки. Чувствовать, что ты нужен, — это воздух, которым дышит мужчина. Чувство ненужности — медленная смерть для любого мужчины.

Мы унижаем мужчину, когда говорим, что сам по себе он ни на что не способен и что если бы не мы, то все умерли бы с голоду. Такая женщина гордится тем, что она главная и за всё отвечает. В её тоне проявляются властные и при-

автоматически конвертируется в ваш успех тут — в авторитет в семье. В семье главный — мужчина.

7. Опора на родителей

Иногда мы поддерживаем очень сильные связи со своими родными. Например, родители или родственники оказывают помощь. Возможно, это и нравится вам: вы не отрываетесь от своей большой семьи, но ваш муж уже опирается на ваших родителей или родственников. Уходит опора на свои силы. А что будет, если помощь прекратится в определённый момент?

Очень непростая ситуация. Все участники этих отношений подсознательно чувствуют нездоровую почву.

Мужчина уже не защищён от того, что вы бросите когда-нибудь этот упрёк, что «без моих родителей или родных мы бы ничего не имели или не достигли желаемого». У наших бабушек было всё иначе. Женщина выходила замуж и за ней было приданное (утварь домашняя, имущество или недвижимость). Оно переходило в семью как в общее пользование с мужем. Он им управлял, а семья и родные жены уже не вмешивались в дела другого «государства» и отказывались от контроля за происходящим в другом «государстве». Государство само должно себя обеспечивать!

8. Не жалуйтесь мужчине на свою жизнь

Когда мы жалуемся, что другие женщины могут себе позволить косметолога, дорогие новые платья, отдых на Островах, а мы живём, как можем, то мы ждём от мужчины, что он пожалеет нас и даст обещание купить нам всё, что мы хотим.

На самом деле мы задеваем его чувство ответственности за семью. Если вам что-то нужно, не ходите окольными путями, попросите искренне у своего мужчины, не пытайтесь его поддеть. Результат будет лучше.

9. Не надо давать советов

Мужчины не любят, когда им дают советы. Мужчина хочет быть сильным, хочет быть первым, и наши советы ставят под сомнение эту его способность. Мы должны помнить, что мы — слабые, поэтому нам всегда нужна помощь мужчины, его советы и рекомендации. Для нас всё это проявление его Любви.

Мужчины видят мир узко, но далеко. Женщины видят мир широко, но близко.

Если мужчине нужен совет, он спросит об этом другого мужчину или прочтёт о том, что ему нужно сделать. Для мужчин проявление нашей Любви не в советах, а в безоговорочной вере в него и в то, что он с любым вопросом справится сам, а самое главное — он лучше других.



женщины, с которой он живёт. Посмотрите на себя внимательно!

Именно по этой причине блокируется приход желаемого в вашу жизнь.

Мы унижаем мужчину, когда стремимся его переделать из лучших побуждений. Нам хочется, чтобы он стал совершеннее и лучше, а тем самым мы говорим ему: без этих качеств ты не кажешься мне ценным.

5. Не упрекать, а благодарить

Иногда, мужчина берётся за какие-то дела по дому, и нам не нравится, как этот процесс проходит: по времени затянул или намусорил. Унизить мужчину легко, если сказать: «Откуда у тебя руки растут? Лучше бы вызвал мастера!» Мы боимся, что он возгордится, мы не хвалим мужчину, делаем вид, что этого слишком мало, чтобы нам его благодарить.

димы цель и желание к ней идти, мечта, особенно мужчине. Он должен двигаться вперёд постоянно, осваивать новое и новое. Зачастую именно женщины обрубают ему крылья.

6. Унижая мужчину, унижаем себя

Иногда мы приписываем ему женские качества. Это часто происходит в ссоре и, как правило, мужчина наносит ответный удар, моральный, унижая женщину, иногда и физический, если и не пьян. А потом мы говорим о том, что он бьёт женщин и ведёт себя недостойно. Очень сильно унижают мужчину слова «Не будь как баба!». Задевает мужчину, когда мы намекаем, что можем спокойно обойтись и без него. В таких отношениях уже нет Любви. Задумайтесь!

Чтобы мужчина мог активно действовать, в нём должны нуждаться. Он должен чувствовать

казные нотки, а с женщиной она разговаривает, как с подчинённым или как с ребёнком.

Такая женщина неуступчива. Она не умеет доверять. А ведь именно уступчивость женщины подчёркивает достоинство мужчины. А как же жить без доверия? Рядом с мощной, контролирующей женщиной не может быть мощный и ответственный мужчина. Это правда.

Женщина, которая торжествует и гордится своими успехами перед мужчиной, рубит сук, на котором сидит. Хотите поспорить? В своём споре вы и останетесь в одиночестве.

Да, принять это — значит для вас расписаться с собственной несостоятельностью как женщины. Но через это принятие проходит каждая из нас, уставшая от ответственности и одиночества. Вы можете добиться успехов на работе, в бизнесе или в каком-то личном деле, но не ждите, что ваш успех там



10. Критикуя, вы останетесь жить в одиночестве

И, конечно, удар ниже пояса женщина наносит мужчине, обсуждая и критикуя его физические и умственные особенности. Об этом я не буду говорить, так как это низко и недостойно в любом случае, даже при ссоре с мужчиной.

Ещё один удар ниже пояса — обсуждение своего мужчины со своими родными или лучшими «подругами». Обсуждение его действий (неважно каких), качеств (неважно каких), поступков (неважно каких), характера или даже его слов (неважно каких) — есть начало предательства своего мужчины. Это вторая ступень предательства. А первая? Чуть ниже будет.

Это 10 исправляемых женских ошибок, следствием которых является отравленная атмосфера в отношениях мужчины и женщины. Эти ошибки нужно исправлять, если есть такая возможность. Всё зависит от вашего желания построить счастливые отношения и понять любимого человека, простить друг друга, искренне простить ошибки. Прощение освобождает от душевной боли.

Как исправить эти 10 женских ошибок?

• Итак, если мужчина жалуется или говорит о проблемах и неудачах в деле, вам не нужно препарилировать эту проблему и искать, где он допустил ошибку. Достаточно сказать: «Я уверена, что ты справишься с этим вопросом. Когда закрывается одна дверь, открывается другая». Ваш ответ должен подчёркивать то, что вы верите в его силу, что он способен справиться сам. Не учите и не подсказывайте, как ему нужно поступать.

• Создайте в доме атмосферу, чтобы он мог открываться. Учитесь слушать, откажитесь от советов, поучений и критики. Помните о его лучших качествах. Никогда не сомневайтесь в его мужских навыках и умениях.

• Никогда не делайте ничего сами из мужских обязанностей. Даже банку не открывайте, ждите мужчину и обязательно говорите ему, что вы никогда бы с этим не справились. Потом вы и сами в это поверите.

• Не обсуждайте его ни с кем (особенно его промахи) ни с подругами, ни со своей мамой, а тем более с его мамой. Что бы сын ни сделал, его мама всегда будет на его стороне. Даже если она и поддерживает вас словесно, но отношения в будущем это осложнит. Когда мы кладём тень на своего мужа, критикуя и ругая его, мы кладём эту тень и на себя.

• Ни в коем случае не отменяйте решений, которые он принял в отношении детей, пока не обсудите их вместе и не придёте к согласию. Авторитет отца должен быть непререкаем.

• Настоящим мужчиной он, мужчина, становится тогда, когда несёт ответственность за свои решения. Относясь с уважением к его решениям, ценя их, вы тем самым возвращаете его мужскую ответственность за вас, чувство его достоинства, ответственность за детей и за свои поступки.

• Не отвергайте его решения. Когда вы это делаете, то наносите удар по его компетенции.

Обычно мы унижаем мужчин по привычке, потому что так делают многие женщины, так сейчас принято — высмеивать мужскую

несостоятельность. Возможно, так делала ваша мама, так показывают в кино, так рассказывают в анекдотах. Мы даже не задумываемся, что это угрожает нашим отношениям. Помните о том, что вы женщина и ведите себя осознанно и с достоинством.

В интернете идёт информационная война между мужчинами и женщинами. Уничжается мужественность и женственность. А ведь женственность вдохновляет мужчину, а мужественность принимается женщиной с радостью.

У женщины огромная сила! Из любого орла она сделает козла. Но женщине подвластно и обратное превращение.

Когда вы упрекаете мужчину в несостоятельности, то пишите сук, на котором сами и сидите, ибо тогда получается, что вы живёте с несостоятельным человеком.

Поэтому, когда женщина лишь на первой стадии измены — измены в мыслях, и только лишь сказала себе: «Могла бы и лучше найти; и брюшко уже поехало, и зарабатывает меньше соседа, и пыл его молодецкий гаснет», то мужчина сразу получает индугенцию (отпущение грехов) на шестую стадию: жена разрешает ему выбрать себе объект притяжения. А ведь он сейчас — ваше зеркало, да и вы создали условия, чтобы он стал таким с вами.

А стоит женщине сделать шаг на вторую стадию — измену в чувствах, то есть позволить своим чувствам охладиться до критики мужчины, особенно в присутствии других людей, то мужчина уже внутренне от неё получает разрешение на физическую измену.

Третья стадия — это намерение флиртовать, заигрывать фактически с противоположным полом. Намерение неверности.

Следующий этап — это концентрация на конкретной личности, выбора притягиваемой личности.

Пятый уровень — это слова, звуковые вибрации, разговор с объектом своего внимания наедине, разговор о взаимных страстях и желаниях.

Шестой уровень — это принятие решения вступить в близкие интимные отношения. Решение принято. Ставки сделаны, господа!

Седьмой уровень неверности — приступить к реализации решения: намерение секса со своим объектом наслаждения. Отыскать кров. Организовать себе алиби.

Последний, восьмой, уже практически ничего не значащий для будущих отношений с мужчиной — «измена» по факту на физическом уровне. Секс. Мужчина оказывается на восьмом уровне сразу же после того, как женщина прошла вторую стадию. Он получает от неё незримое разрешение на измену. Не принимать мужа по номиналу — это давать ему разрешение на физическую измену. А мы и не понимаем, почему мой мужчина изменил мне. Всё просто на уровне энергии мыслей.

Отношения — это постоянный труд обеих сторон. Строить отношения нужно ежедневно, если хотите. Выйдя замуж, женщина ещё ничего не создала, не построила. Сами по себе отношения не построятся и не наладятся. Отношения — это постоянная работа, требующая ума и щепетильности.

Ирина АРСЕНЬЕВА,
практический психолог
<https://irinaarseneva.ru>

Разве секс — это главное в отношениях?

Сегодня сексу придаётся избыточное значение в социуме. Есть много женщин, которые пропагандируют секс как основу семьи. Спасать семью в их картине мира — это курсы глубокого... ну, вы поняли. Это бельё, игры и так далее. Только так семью и спасают (только почему-то ненадолго хватает этого). Секс возведён на пьедестал, как нечто важнейшее, святое.

Но так было не всегда, говоря это, как человек из прошлого тысячелетия. «Сексуальная революция» в России началась после распада СССР, во всяком случае для моего детского мозга эти события были связаны временным отрезком. Я такая древняя, что это время хорошо помню, как и то, что было до.

До этого нам постоянно говорили про Ленина. А тут вдруг с нами везде начали разговаривать о сексе. У меня появились откуда-то книги про «откуда берутся дети» с булочками и сосисками, учителя в школе начали настойчиво разговаривать об этом слишком откровенно, иногда жутко смущая детей. А ведь в то время в 10–12 лет мы и были детьми! Тогда же у нас не было интернета, чтобы всё это узнать намного раньше.

У моих знакомых спортивный тренер после каждой тренировки обязательно полчаса говорил с мальчишками об этом. Учил, так сказать, основам на словах, картинках. Посещение бесед было обязательным. Я так понимаю, что для взрослых того времени это был прорыв. Они всегда об этом молчали, а тут стало можно и даже нужно. И они очень хотели разговаривать об этом с нами. Говорить в открытую! Но как это делалось? С какой целью? Какие ставились акценты? И к чему привело?

В целом, все разговоры со взрослыми сводились к тому, что секс — это круто, главное — надеть презерватив и разговаривать с партнёром об этом, где тебе хорошо и как. Тогда ещё не так сильно была выражена современная волна. Нынче детям уже в школе внушают, что регулярный секс важен для здоровья, неважно с кем. Это как в туалет сходить (цитата из детской книги, кстати). У нас как-то всё попроще было. Но всё равно. Ни слова про целомудрие, про глубокую связь после, про любовь. Как будто это лишнее.

Потом, после школы, были тренинги личностного роста. Крутые, интересные, но всегда упирающиеся в секс. Опять же ребята, которые были тренерами, жили в другое время и для них это был прорыв. Женились там, где секса нет. А вот он есть! И поэтому он всегда причина и источник. Проблемы в отношениях — виноват секс. Надо его разнообразить и разговаривать о нём. Нет отношений? Мало секса. И так бесконечно. Спасибо Фрейдю, который поставил секс во главу угла.

Везде и все начали говорить, что самое главное в отношениях — это регулярный секс и разговаривать об этом. Это залог успеха, нет ничего важнее. Секс должен быть разным, необычным, разнообразным. Молодые психологи сами регулярно ставили эксперименты и с восторгом делились с нами об этом. А какие в то время



были газеты, которые мог купить даже ребёнок на каждом углу!

Это не единственная причина, но одна из. Отношения стали строиться на сексе. И до сих пор многие живут так: главное — попробовать друг друга, протестировать!

В тот момент что-то разрушилось в обществе. С того момента количество разводов поползло вверх, как и количество детей без отца, венерических болезней, абортот...

Сейчас кстати, если слышу от кого-то, что главное — секс в отношениях, понимаю, что скоро будет развод. Ни разу ни ошиблась. Всегда те, у кого не важно, что ещё и как, но ураган в постели, разводятся. И ураган не помогает. Увы. Когда поговорить не о чем, когда ценности и цели разные, со временем не важно количество секса.

Не могу понять одного в современном обществе взрослых: почему так важно разговаривать о сексе, но при этом никто не хочет разговаривать по душам? Никто не хочет учиться договариваться, учитывать особенности психики мужчин... Почему секс стал божеством семейного союза? Столько внимания уделяется сексуальной части семейной жизни, как никакой другой.

Это ведь далеко не самое главное. Самое главное — это миссия семьи, ценности и цели.

Об этом никто не разговаривает. И даже не думает, что это может быть важно. Но на чём будет держаться семья, когда в ней вдруг временно не будет секса? Например, беременность жены, после родов, угрозы невынашивания, болезни, временные разлуки и прочее? Разводиться сразу? А если надоест с этим человеком? За долгие годы это более чем вероятно. Что тогда? Изменять? «Левак» укрепляет брак?

Люди зациклены на постели. Когда проблема в семье, женщина первым делом думает, а что не так у нас в постели? А думать надо, что не так у нас в общении и контакте душ? Он вообще есть? Мы вообще на какой чакре взаимодействуем и держимся? Ради чего всё это? Мы близкие друг другу? Или близость — это только в постели?

Просто представьте, что самым важным в принятии пищи станет сервировка. Всё остальное — ерунда. Да, сервировка — это здорово, она повышает аппетит. Но если блюдо — откровенная дрянь, то никакая сервировка не спасёт. Так и в отношениях. Они не могут держаться на сексе. Это од-

на из составляющих, но не более того. Не основа. Не фундамент.

Но с детьми разговаривать об этом всё-таки надо. И не нам выбирать, когда, увы. Если вы не скажете, скажут те, кто считает, что это самое важное в жизни. Вы промолчите, вы про красоту и доброту, а на улице будут другие истории, с возведением секса на пьедестал.

И если об этом первой расскажет улица, вы упустите момент формирования гармоничного отношения. Чтобы это не было источником стыда, но и не стало культом.

Родители должны удовлетворить интерес ребёнка, чтобы эта тема не была такой волнующей раньше времени. Узнавая, дети успокаиваются, нет никакой тайны, нет никакого культа. Что-то из разряда базовых потребностей и возможностей тела.

Для маленьких детей на вопрос «Откуда я взялся?» лучше отвечает книга «Откуда берутся дети», потому что это вопрос не про секс, а про духовный аспект. Там совсем капля физиологии о том, как ребёночек растёт в животике.

Детям постарше нужно помочь выстроить отношение к этой непростой теме. И здесь поможет наша книга «Давайте поговорим про ЭТО». Она не только про секс. Она про любовь, про гармонию, целостность, осознанность, ответственность!

Очень много в книге разворотов с физиологией — как что устроено, как происходит зачатие, как растёт эмбрион. Там есть кратко и про аборт, и про контрацепцию, и про безопасность. Основы понятий. А главное — в ней очень много про любовь.

Я просто не знаю, как можно об этом говорить, не обсуждая ответственность, целомудрие (не только девочек) и осознанность. Эта книга получает такие отзывы от вас, что слёзы выступают на глазах. Многие говорят о том, что исцеляют свои травмы в этой теме, читая «детскую» книгу.

Тема секса важна в обсуждении с детьми именно потому, что это только одна из сторон жизни взрослых людей. И об этом важно говорить серьёзно, понятно, без запугиваний и обесценивания.

Если вы не скажете, то скажут другие. И помогут возвести его на пьедестал. Ведь «все сегодня делают так»...

Ольга ВАЛЯЕВА
valyaeva.ru

Северная колыбель

Один из докладов, посвящённых Гиперборее, сделала этнолог, искусствовед, кандидат исторических наук Светлана Васильевна Жарникова, которая более 20 лет занималась этой темой, по крупицам собирая информацию, восстанавливая облик удивительной страны, не менее легендарной, чем знаменитые Атлантида и Шамбала. Однако где находятся эти страны, до сих пор никто точно не знает, а вот Гиперборея обретает вполне конкретные очертания — она совсем рядом, а мы являемся потомками её жителей.

Все мы учились в школе, где нам говорили, что наши предки жили в лесу, поклонялись языческим богам и оставались дикарями до тех пор, пока не пришло христианство и не образумило нас. Смущает то, что все истинные знания о том периоде нашей истории были уничтожены вместе с волхвами, которых буквально «вырезали под корень». Кто и зачем это сделал, вопрос остаётся открытым...

С территорией Русского Севера дела обстояли и того хуже. Считалось, что во время последнего оледенения все эти земли были покрыты ледником, и поэтому люди здесь жить не могли. Когда же ледник наконец растаял (это произошло примерно 8 тысяч лет назад), сюда из-за Урала пришли финно-угры, которые продолжали жить в своём самобытном стиле, то есть заниматься охотой, рыболовством и собирательством. Позднее до этих мест добрались славяне, смешались с финно-уграми, и получилось то, что мы имеем сейчас. Такова официальная версия нашей истории. Но так считают не все.

Ещё в середине XIX века ректор Бостонского университета Уоррен написал книгу, которая называлась «Найденный рай, или Жизнь человечества у Северного полюса». Книга выдержала 10 изданий, последнее из которых появилось в Бостоне в 1889 году. На русский язык книга не переводилась. Такая работа проводится только сейчас. Переводчица утверждает, что она потрясена: Уоррен, работавший с источниками на 28 языках, проанализировал мифы всех стран мира, вплоть до экваториальной Африки и Центральной Америки, и пришёл к выводу, что во всех мифологических системах рай находится на севере. Более того, Уоррен считает, что душа Земли, или её информационный полюс, тоже находится над Северным полюсом.

В начале XX века перед учёными встало множество вопросов по отношению к финно-уграм как к нашим предкам. Лингвисты не могли понять, почему в севернорусском языке практически отсутствуют финно-угорские слова. Антропологи удивлялись, почему лица севернорусов совершенно не похожи на лица своих «предков». Например, население Олонецкой губернии имело самое удлинённое лицо из всех европейских народов, а выступание лицевых костей было в три раза больше, чем у финно-угров.

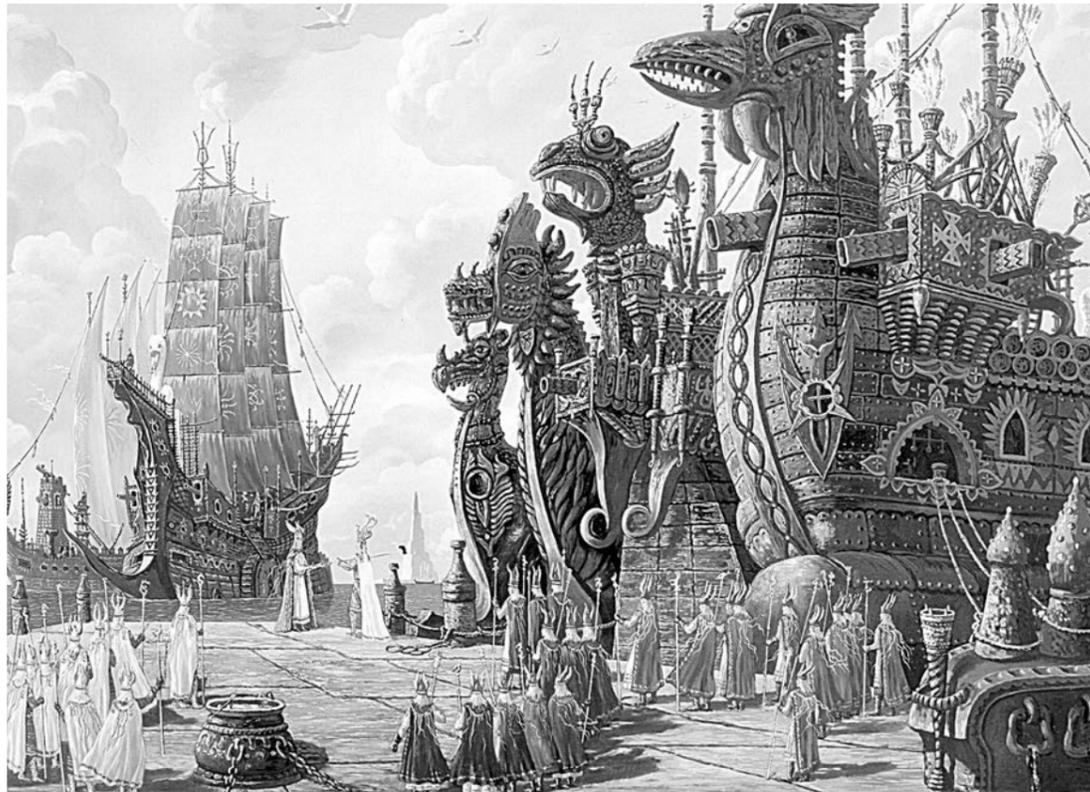
Северяне и финно-угры совершенно по-разному строили дома. У них не были похожи националь-

ные орнаменты. Вызывали недоумение названия сёл, рек, озёр. Академик Соболевский ещё в 20-е годы прошлого века писал: «...подавляющее большинство названий рек и озёр русского Севера происходит из какого-то индоевропейского языка, который я до подыскания более подходящего термина имену «скифским». Наука обвинила академика в мараме. Правда, в 60-е годы появи-

желанный мир, в той части Земли, которая всех прекрасней, чище, обитают великие боги Кубена (по территории Вологодской области протекает река Кубена — **Прим. ред.**) — семь мудрецов, сыновей бога-творца Брахмы, воплотившихся в семь звёзд Большой Медведицы. И, наконец, там владыка Вселенной — Рудрахара, носящий светлые косы, русобородый, всех существ предок.

изогнутый к югу. Причём эта дуга завершается на крайнем северо-западе и крайнем северо-востоке.

Наконец, поиски увенчались успехом. Согласно преданиям, западной точкой была гора Гангхамадана — в современном карельском Заонежье также есть гора Гандамадана; а крайней восточной точкой — гора Народа, сейчас эта вершина на Полярном Урале называется Народной. Тогда полу-



лась работа шведского исследователя Гюнтера Йохансона, который, проанализировав топонимию всего Севера, пришёл к выводу, что все местные названия имеют индоиранскую основу. Тогда ещё не могло прийти в голову, что всё было наоборот — индоиранские языки имеют севернорусское основание. И тут грянул гром.

На сцену вышли палеоклиматологи, которым было абсолютно безразлично, что думают по этому поводу лингвисты, антропологи, культурологи... По данным бурения они выяснили, что от 130 до 70 тысяч лет назад северные территории между 55-м и 70-м градусами располагались в оптимальном климатическом режиме. Среднезимние температуры здесь были на 12 градусов выше, чем сейчас, а среднелетние — на 8. Это значит, что в те времена здесь был такой же климат, какой мы имеем сейчас на юге Франции или севере Испании! Климатические зоны тогда располагались не так, как сейчас, — чем южнее, тем теплее, — тогда теплее было восточнее, ближе к Уралу.

Именно здесь, считают лингвисты, и сформировался северный народ, который стал прародителем многих наций, — те, кто дошли до Саян и Алтая, положили начало тюркским народам; кто остался на территории Восточной Европы, стали основой индоевропейских народов. Косвенным подтверждением этого являются мифы ариев или индоиранцев, которые рассказывают об их арктической родине.

Вот что говорят древние предания: «На севере, где находится чистый, прекрасный, кроткий и

Чтобы достичь мира богов предков, надо преодолеть великие безкрайние горы, которые протянулись с запада на восток. Вокруг их золотых вершин совершает свой путь солнца. Над ними в темноте сияют семь звёзд Большой Медведицы и расположенная неподвижно в центре мироздания Полярная звезда. С этих гор устремляются вниз все великие земные реки. Только одни из них текут на юг, к тёплому морю, а другие — на север, к белопенному океану. На вершинах этих гор шумят леса, поют дивные птицы, живут чудесные звери».

О великих северных горах писали и древнегреческие авторы. Они считали, что эти горы тянутся с запада на восток, являясь великой границей Скифии. Так они изображались на одной из первых карт Земли в VI веке до нашей эры. О далёких северных горах, протянувшихся с запада на восток, писал отец истории Геродот. Верил в существование северных гор Аристотель, считая, что на них берут своё начало все самые большие реки Европы, кроме Истры и Дуная. За горами, на севере Европы, древнегреческие и древнеримские географы помещали Великий Северный или Скифский океан.

Вот эти таинственные горы долгое время и не позволяли исследователям определить точное положение Гиперборей — так древние называли северную колыбель цивилизации. Ими не могли быть Уральские горы, поскольку они тянутся с севера на юг, а в древних источниках чётко сказано, что горы вытянуты с запада на восток и похожи на лук,

что загадочными древними горами является цепочка возвышенностей на Восточно-Европейской равнине, которая носит название «Северные увалы»!

Когда-то это был неприступный хребет, полукольцом охватывающий территорию, называемую Гипербореей. Сейчас на этом месте находится Кольский полуостров, Карелия, Архангельская, Вологодская области и Республика Коми. Северная часть Гиперборей покоится на дне Баренцева моря. Реальность полностью совпала с рассказами из древних преданий!

То, что Северные увалы являлись границей Гиперборей, подтверждают и современные исследования. Так, советский учёный Мещеряков называл их аномалией Восточно-Европейской равнины. В своих работах он указывал, что ещё в те времена, когда на месте Урала плескалось древнее море, Северные увалы уже были горами и являлись главным водоразделом рек бассейнов Белого и Каспийского морей. Мещеряков утверждал, что они находятся именно там, где на карте Птолемея расположены Гиперборейские горы. Согласно этой карте, в этих горах берёт своё начало Волга, которую древние называли Ра.

Есть и ещё одно косвенное подтверждение. Геродот писал о безрогости быков в землях у Гиперборейских гор, которую он связывал с суровым климатом этих мест. Так вот камолый, или безрогий, скот, обладающий большой жирностью молока, до сих пор существует почти на всей территории Русского Севера.

Установив местоположение Гиперборей, учёные решили выяснить, как сложилась судьба народа, населявшего эту страну. Находки археологов, этнологов, лингвистов полностью перевернули представление об истории. Мы привыкли считать Древнюю Грецию оплотом человеческой цивилизации, оазисом её культуры. Древнегреческие достижения разошлись по всей Европе, к плодам её цивилизации были допущены и мы. Однако появившиеся сейчас данные говорят о том, что всё обстояло с точностью до наоборот: древнегреческая цивилизация была «выращена» гиперборейской, значительно более древней и высокоразвитой. Об этом говорят и сами древнегреческие источники, согласно которым Аполлон один раз в год «на серебряной стреле» отправлялся в далёкую северную страну Гиперборею за знаниями.

На Русском Севере сохранилось множество орнаментов, которые, по заключению специалистов, послужили прототипом для создания орнаментов не только Древней Греции, но также Индостана. Петроглифы — рисунки на скалах, — найденные на берегах Белого и Онежского морей, явились первоосновой для появления подобных рисунков в Индии. Но более всего поражает сходство языков народов, которые сейчас разделены огромными расстояниями.

Татьяна Яковлевна Елизаренкова, переводчик гимнов «Ригведы», утверждает, что ведический санскрит и русский язык максимально соответствуют друг другу. Сравним, казалось бы, такие далёкие друг от друга языки. «Дядя» — «дада», «мать» — «матри», «диво» — «диво», «дева» — «дэви», «свет» — «швета», «снег» — «снега». Здесь первое слово — русское, а второе — его аналог на санскрите.

Русское значение слова «гать» — «дорога, проложенная по болоту». На санскрите «гати» — «проход», «путь», «дорога». Санскритскому слову «драть» — «идти», «бежать» — соответствует русский аналог «драпать»; на санскрите «радальня» — «слёзы», «плач», на русском — «рыдания».

Иногда, сами того не сознавая, мы используем тавтологию, дважды употребляя слова с одинаковым смыслом. Мы говорим «трынтрава», а на санскрите «трин» и значит «трава». Мы говорим «дремучий лес», а «дрема» и значит «лес».

В вологодских и архангельских диалектах сохранилось много санскритских слов в чистом виде. Так севернорусское «бат» означает «может быть»: «Я, бат, к тебе завтра зайду». В санскрите «бат» — «поистине», «может быть». Севернорусское «бусь» — «плесень», «копоть», «грязь». На санскрите «буса» — «отбросы», «нечистоты». Русское «кульнуть» — «упасть в воду», на санскрите «кула» — «канал», «ручей». Примеры можно приводить до бесконечности.

Так что выражение «Все мы — братья» имеет вполне реальную основу. Сейчас территория бывшей Гиперборей представляет собой гигантское «белое пятно» — там нет людей, дорог и населённых пунктов. Но именно там находятся знания древней цивилизации, ставшей прародительницей многих народов Земли. Если мы не хотим оставаться «Иванами безродными», нужно отправляться на поиски своей собственной истории. Тем более, что всё это находится совсем рядом.



Специалист по нарциссизму

Маленькая девочка в опрятном платьице каждый день приходила к Ступинскому отделу милиции, садилась на скамейку и терпеливо чего-то ждала. Посидев пару часиков, она вставала и со вздохом уходила, чтобы прийти на следующий день.

Домовой Борода наблюдал за ней в окошко и к концу недели сказал Матузкову:

— Иваныч, дело тут нечисто. Поговори с ребёнком.

Матузков не был опытен в разговорах с детьми и потому колебался, ожидая, что девочка просто уйдёт.

— А вдруг у неё горе горькое? — суежилась добросердечная мышь Степанида, всплескивая лапками.

— Нет у неё беды никакой, я бы знал, — буркнул Матузков, не уточняя причину своей осведомлённости.

— Откуда знаешь? — вскинулась мышь. — Небось о моей кручине тоже не каждому известно. Небось не каждому скажу. А душа-то страдаи-и-ит!

Домовой Борода хмыкнул и ничего не ответил, хотя мышь косилась явно на него.

— Соседка это моя, Людочка.

— Тем более выйди наружу и разузнай, — посоветовал домовой, — она не зря сюда приходит. Если бы могла, то дома бы рассказала.

Матузков согласился. Уже через минуту Людочка что-то доверчиво шептала следователю на ухо, показывая рукой куда-то в сторону пирамидальных топей, а Матузков растерянно кивал. Борода наблюдал за ними из-за занавески, а мышь сидела у него на плече, потому что не могла удовольствоваться простым пересказом событий. Вскоре Матузков успокаивающе погладил девочку по голове, и они распрощались.

— Ну, — спросила нетерпеливая мышь у следователя, когда тот почёсывая затылок, вернулся в кабинет, — чевой-то там?

— Да ерунда какая-то. Людочка говорит, что игрушки её находятся не там, куда она привыкла их ставить. Кукла пропала. В общем, я сказал ей, что шалит младший брат Борька, я с ним поговорю, и он перестанет над сестрой шутить. Да и кота он дразнит. Людочка сказала, что их Мурзик такой шкодливый стал.

Домовой удовлетворённо кивнул, мышь с сомнением покачала головой. Мужчины занялись делом Плотникова, а Степанида забралась в карман кителя обдумать горе-горькое Людочки.

Борода бурчал:

— Часто в совершенно невинное дитя как вселится злой дух... Тут без экзорцизма не обойтись. Разговор разговором, а ведь дитя даже и не помнит, что творило. Ибо спало и было одержимо. Иной раз и в животинку какую вселяется нечистый дух. В поросёнка или, скажем, кота.

Следователь не соглашался, ни в какой экзорцизм он не верил.

На следующий день, когда девочка снова пришла к отделу, мышь запищала:

— Матвей Иваныч, ты что, с Борькой не поговорил?

Матузков, не сразу понявший, что за Борька такой и в чём причина мышиного беспокойства, подошёл к окну. Людочка сидела на



скамейке и болтала ножками в белых сандаликах.

— Ребёнка обманывать — последнее дело! — возмущалась Степанида.

— Поговорил вроде, а Борька отнекивался. То да сё. Пятое да десятое.

— Надоть у девочки расспросить подробности.

Матузков отмахнулся. Дел по горло, начальство задрёгало, а тут ещё и соседка капризная нашла себе хвостатую заступницу.

Степанида решила идти к Людочке сама. Она выскользнула из кабинета и путаными мышиными ходами, памятуя, что не все прямые дороги бывают самыми короткими, выбежала из отдела. Людочка терпеливо ждала на скамейке, и мышь подбежала прямо к ней.

— Старший лейтенант... лейтенантка Степанида! — пискнула она.

— Ой, мышь говорящая, — обрадовалась девочка, ладошки сложила ковшиком. Туда и запрыгнула ловкая Степанида.

— Служу в отделе тайным лейтенантом... лейтенанткой. По особенно важному детскому и всеобщему волшебному расследованию, — вдохновенно врала Степанида. — Направлена начальством для разрешения наисложнейшей детективной загадки. Работаю добросовестно за сухой паёк.

— За что? — улыбалась девочка. Ей на вид было не больше шести лет, во рту была щербинка от молочного зуба.

— Ну, булочки, сухари, печенье всякое. Есть?

— Конечно.

— Веди на место преступления, а по дороге рассказывай. Дело твоё волшебное, потому простой следователь с ним не справится.

Взрослые мало обращают внимания на детей, даже когда те бурчат что-то под нос, словно разговаривают с кем-то. Потому поведение Людочки не вызвало удивления у прохожих: ну идёт себе ре-

бёнок, ну разговаривает со своим питомцем. Разве поймёшь, что это тайная лейтенантка по особо волшебным расследованиям?

История Людочки сразу заинтересовала отважную Степаниду. Шутка ли! Петровы всегда приучали детей к порядку. Перед тем как ложиться спать, дети складывали игрушки, отправлялись в ванную, чистили зубы и получали порцию вечерней сказки. Каково наутро обнаружить, что вещи не на своих местах? Это нагоняй как Людочке, так и Борьке. А вдобавок разговор Матвея Ивановича не возымел никакого действия. Были перевёрнуты вверх дном не только игрушки, но и шкатулка мамы, с полки на пол сброшены книги. А кого утром наказали? У кого глаза на мокром месте?

— А вы давно служите в милиции? — доверчиво поинтересовалась Людочка.

— Да, — самодовольно сообщила Степанида, — целый месяц уже. Все висуны раскрыла, всех коррупционеров на чистую воду вывела.

— Хорошо, — робко похвалила её Людочка, не понимая, что такое висуны и кто такие эти коррупционеры, — трудная работа, наверно.

— И очень опасная. А меня на службе не ценят, если по правде, — всхлинула Степанида. — Когда-нибудь погибну на боевом посту, и дадут мне медаль посмертную.

Людочка тоже всхлинула за компанию, потому что дома её старания тоже не ценили. Каково: уберёшь игрушки на ночь, а наутро беспорядок. Пойди и докажи, что убирала!

За доверительной беседой не заметили, как пришли к Петровым. Небольшой уютный кирпичный домишко смотрел ясными окнами в палисадник с кустами сирени. Людочка толкнула калитку и вошла во двор. Нечистыми кикиморой и шишом тут и не пахло. А был кое-кто другой, заставивший Степаниду вздрогнуть. В от-

крытой форточке, свесив безстыжий хвост, сидел большой чёрный кот. Завидев девочку, он беззвучно мяукнул и спрыгнул внутрь комнаты.

— Дело ясное, — сказала струхнувшая Степанида, — вина кота очевидна и без расследования. Это его пакостные проделки, нечего и сомневаться. Ишь поганец!

— Что ты, лейтенантка, — сказала Людочка, — наш Мурзик совсем не такой, он смиренный и очень послушный.

— Ну да, — с сомнением пропищала мышь, — ночью по комнате бегаёт? В пять утра есть просит? Шерсть везде оставляет? Котлеты ворует?

На каждый вопрос Людочка кивала и наполнялась сомнениями. Все признаки поведения Мурзика Степанида ловко отнесла к одержимости кота какой-то злой сущностью.

— Что же нам делать? Мы не можем Мурзика выгнать.

— Надо позвать нашего домового Бороду, он проведёт обряд этого... как его... нарциссизма или марксизма. В общем, вылечит вашего кота.

Людочка робко согласилась и отнесла мышь обратно к отделу.

Степанида хрустела честно заработанным сухарём и рассказывала Бороде об ужасном монстре, который терроризирует дом Петровых. Её эмоциональная история сопровождалась душераздирающими воплями. Степанида имитировала кошачий мяв, чтобы показать Бороде, насколько ужасен был встреченный ею бес в кошачьем обличье.

Под напором Степаниды падали ещё и не такие бастионы. Борода сдался, и, хотя он не желал покидать стены отдела и никаких обрядов экзорцизма сроду не проводил, было решено просто побеседовать с котом и припугнуть. Две нечисти уж как-нибудь поладят.

Поскольку следователь Матузков жил по соседству, то после ра-

боты Степанида с Бородой незаметно проникли в его портфель и благополучно добрались до Петровых. Матузков или не заметил их хитрости, или сделал вид, что не заметил.

Людочка качалась на качелях и, встретив Степаниду, зааплодировала. Домовой с характерным хлопком появился перед малышкой в своей обычной косоворотке и лаптях.

— Здравсьте, дедушка! — заулыбалась Людочка. — Вам кого?

— Э-э-э, — протянула Степанида, которая ожидала, что домовой наденет милицмейскую форму или в крайнем случае мундир городского, — это наш специалист по... нарциссизму.

— По котам и кошкам и прочей нечисти, — кивнул домовой и просочился дымком в форточку.

Людочка прильнула к оконному стеклу, носик расплющился, и умильный вид девчушки расстрогал бы кого угодно. Степанида пристально наблюдала за происходящим в доме, сидя на плече Людочки.

Домовой обошёл дом, а на кота и внимания не обратил, хотя чернохвостый пройдоха бегал следом и что-то мяучил. Внезапно стала падать кухонная утварь, загремели стопки книг, валясь в беспорядке на пол. Захлопали дверцы в платяных шкафах. Упавшая со спинки дивана кукла протянула к домовому руки, словно просила её спасти, а плюшевый мишка спрыгнул с тумбочки и вразвалку заковылял к двери.

Людочка взвизгнула и отпрянула.

— Ничего не видно, — посетовала Степанида и вбежала в дом.

Кот истошно орал, выгнув спину. Домовой гонялся за плюшевым медведем с криками:

— Ишь ты! Я тебе!

Степанида самоотверженно бросилась под ноги ожившему монстру, в тот момент о награждении посмертной медалью она и не думала.

* * *

— Обыкновенный злыдень, — приговаривал Борода, поглаживая Степаниду по холке, — мелкий и почти безвредный. Я его в пакетик из-под кошачьего корма заманил и на перекрёстке, где стоит гаишник Федосенко, закопал. Фигу он оттуда вылезет. Там такая земля тяжёлая, вся проклятьями оштрафованных водителей пропитана.

Степанида постанывала, одним глазом посматривая на домового. Матузков пил чай, хитро улыбаясь. Людочка уже рассказала ему о храброй лейтенантке, которая не пожалела живота своего и остановила плюшевого медведя, в котором поселился ужасный злыдень. А нечисть эта случайно прицепилась к Борьке, которого вызывали в милицию по поводу разбитого окна в ларьке.

— А кот, Степанида, был и во все ни при чём. Ты необъективна! — пошутил Матузков.

Степанида обиделась и залезла в карман кителя на ночёвку. Что эта парочка вообще смылит в котях? От них, как известно мышам, всё зло.

Ирина СОЛЯНАЯ

https://vk.com/vladimirborisov?w=wall19520615_32475

«Родовая Земля» — не политическая газета, но оставаться безучастными в отношении к мировым событиям не можем. Давать свои оценки и комментарии военным действиям мы не уполномочены, для этого есть соответствующие специалисты и СМИ. Но об одной важной стороне происходящего поговорить есть необходимость.

У каждого в жизни возникают ситуации, когда нужно сделать выбор, в котором приходится чем-то жертвовать. И первое, что приходит в голову, — защита своего ближнего круга: имущества, денег, родственников... Критерий выбора опирается на наш характер, мировоззрение, нашу нравственность, благоразумие, строй психики. И чем сложнее и богаче внутренний духовный мир, шире кругозор, тем тяжелее даётся выбор — чем пожертвовать и что выбрать.

В этой связи вспоминается древняя история, которая описана в «Бхагавад-Гите» — величайшем философском наследии наших предков. К текстам «Бхагавад-гиты» можно относиться по-разному, но глубину и суть диалога «участников беседы» почувствует любой изучающий. Коротко напомню, в чём дело. (Простите меня за вольный пересказ).

В королевстве возник раскол: какой части царствующей династии править дальше. У каждой стороны были свои претензии на престол, и спор дошёл до вооружённого столкновения. Сюжет книги начинается с того, что стоят две армии, готовые к бою друг с другом и ждут команды своих военачальников. Одной армией руководит Арджуна — лучник, воин, праведник и очень хороший человек. Его помощником, наставником и по совместительству водителем (возничим колесницы) является Кришна. И вот у Арджуны, глядя на армию противника, возникают сомнения в правильности того, что он делает. Он видит в армии противника своих родственников, с которыми он играл в детстве, которые его воспитывали и которых он любил. Арджуна до сих пор, будучи военачальником, испытывает такие же неизменные чувства к ним и не решаетесь отдать приказ о начале сражения и не хочет воевать с ними вплоть до того, что готов бросить свой лук. И в таком сложном состоянии выбора он обращается с вопросом «Что делать?» к своему духовному наставнику — Кришне.

Ответ Кришны в полной мере в газетном формате передать невозможно, надо читать оригинальный текст. Но попробуем хотя бы поверхностно оживить суть учения.

Душа человека бессмертна. Являясь частью своего Высшего «Я», каждая душа (джива, дживатма) представляет собой пограничную энергию и находится одновременно в духовном и материальном мирах. Говоря современным языком, она подключена к биологической нервной системе, и некоторая её часть одновременно находится в тонком, невидимом нашими органами чувств пространстве (духовном мире).

Наше материальное самовосприятие видит лишь малую часть своей космической сущности, как вершину айсберга, не имея понятия о структуре подводной, невидимой части. Смысл этого сейчас не обсуждаем. Важно то, что каждая дживатама (душа) рано или поздно покидает своё материальное тело. Это сравнимо с классами школы. Мы же не учим-

О ВОЙНЕ ВНЕШНЕЙ И ВНУТРЕННЕЙ

ся пять лет в одном классе?! В каждом материальном воплощении, как в классе школы, душа получает определённый опыт, он накапливается в её поле, и так происходит взросление — из жизни в жизнь, из класса в класс. В каждом классе есть своя программа, которую надо освоить в течение учебного года. На санскрите это называется «дхарма» — предназначение. Понимание своего предназначения — это большой труд души по самоидентификации в материальном мире при условии заблокированной памяти о предыдущих воплощениях, ограниченности органов восприятия.

Вопрос Арджуны, по сути, в том, как соотносить то, что видит его глаза и органы чувств с тем, что хочет мироздание от него.

Перед тем как придти в материальный мир, наше Высшее «Я» делает заявку на то, какой опыт оно хочет получить для своего развития. Через сеть кураторов разных частей мироздания,

которые на санскрите называются «дэваты» (полубоги, законы природы) подбираются условия, которые могут обеспечить реализацию запроса. Так выбираются галактика, планета, сообщество (цивилизация), страна, семья. И таким образом наше Высшее «Я» в форме души как своей части получает материальное тело (которое сидит и печатает этот текст).

В первом классе школы мы учимся ухаживать за собой, различать буквы, цифры, уважать сверстников. В пятом классе решаем геометрические задачи, уравнения, впитываем всё вокруг. В десятом классе влюбляемся в одноклассниц, учимся строить отношения более высокого порядка, чем в первом классе. Так идёт эволюция, и это нам очевидно (очами видно). Точно так же проходит эволюция души, но увидеть это можно только духовными очами.

Духовные очи Кришны открыты полностью. Он знает все свои воплощения и подбадривает Ард-

жуну, говоря, что они с ним уже встречались в других жизнях. Затем он объясняет Арджуне, что все окружающие люди — это заключённые в материальные тела души, которые находятся на каждой своей индивидуальной стадии эволюции (как классы в школе). И любой материальный опыт нужен только для того, чтобы обрести то или иное качество, которое заказало каждое Высшее «Я» перед воплощением.

Таким образом, если смотреть на себя как на духовную сущность, то вопрос оставления души тела выглядит как благость и похож на уход на каникулы перед приходом в следующий класс школы жизни.

Кришна наставляет, что все, кто находятся на другой стороне поля боя в виде непримиримых вооружённых противников, на самом деле являются такими же «живатмами», вечными душами, которые получают всего лишь какой-то свой индивидуальный опыт. Суть сражения, которое так

смutilo Арджуну, сводится к тому, что нужно выполнить своё предназначение здесь и сейчас, а неисполнение его будет воспринято мирозданием как побег со школьного урока из-за невыученного домашнего задания.

Кришна рассказывает, что суть безпокойства Арджуны в том, что он смотрит на происходящее не с точки зрения вечной и неизменной души, а с точки зрения короткосрочных материальных мирских взаимоотношений. Картины перед материальным и духовным взором не совпадают. Искусство жизни в том, чтобы одновременно совмещать в себе интересы души и интересы тела и быть при этом в равновесии.

Арджуна, поднимая свой духовный взор выше и выше, осознаёт, что никаким сражением невозможно уничтожить живую душу. Противники, с которыми он не хочет сражаться, — это такие же, как и он, воплощённые души, с которыми существуют вечные и неизменные отношения. Война, перед которой он стоит и не решается дать сигнал к наступлению, всего лишь эпизод, который заказали себе в качестве урока эволюции Высшие «Я» участников. Подругому скажем: повреждение тел, увечья, смерть — всё части «договорняка» участвующих душ. Отступление от этого «договорняка» возможно, но духовные последствия будут весьма отягощёнными. (Вспомните, что вам скажут учителя, родители, директор школы, когда обнаружат ваш побег с урока).

В конце концов, Арджуна «просьяется» другим человеком и его сомнения и духовные метания приходят в равновесие. Он утверждает в мысли, что следовать своей дхарме (предназначению) — это высшее материальное и духовное счастье, это содействие потребности своего Высшего «Я» и в любой ситуации это самый правильный выбор.

Кем бы мы себя ни считали, в каких бы иллюзиях и фантазиях ни находились, нам трудно в мирской деятельности определить своё предназначение. Интуиция молчит, Кришна далеко, инстинкт самосохранения заглушает все мысли. Всё так. Хотя в критические и важные моменты мироздание обстоятельствами жизни явно показывает, где мы должны быть и что должны делать. Чем раньше каждый из нас приблизится к ответу на вопрос о своём предназначении, тем больше сражений будет выиграно.

Пример Арджуны, его духовные трансформации — это алгоритм поведения, который позволяет даже в простом сером дне понимать свой космический статус, своё место в мироздании и осознавать то, что нас окружают такие же бесконечно светлые, любящие, духовные существа, как мы сами. И каждое взаимодействие с любой формой пространства — это взаимодействие с Богом, даже если Его посланцев мы видим в образе своих врагов.

Когда мы переносим точку опоры с быстроменяющихся внешних обстоятельств на вечные и неизменные ценности души, то ответная реакция окружающего пространства неизбежна — сердце наполняется покоем, мысли — ясностью, руки — уверенностью и внешние бури успокаиваются. И любое сражение, которое нам приготовила жизнь, будь то внутреннее (преодоление сомнений) или внешнее (отпор противнику) при любом исходе будет нашей победой.

Дан ЗЕНИН,
редакция «РЗ»





Как постараемся, так и будет

Окончание. Начало на стр. 1.

Уважаемый читатель! Мне кажется, что лучшая помощь от вас — это просто работать с полной отдачей. Рассказывайте чаще студентам про русский язык. Про его древность, ценность, про его влияние на формирование нас как народа. Чтобы студенты знали, что такое русская цивилизация и почему мы защищаем своё.

Но это же вообще касается каждого из нас. Варишь кофе? Делай это так, как будто решил выиграть конкурс бариста. Ты же не знаешь: а вдруг тот парень, что взял у тебя «чёрный был молока и сахара», идёт сейчас на сборный пункт.

Водишь такси? Улыбнись пассажиру. Руководишь коллективом? Поддержи семью мобилизованных. Убираешь улицы? Сделай это хорошо. Строишь дома, водишь поезда в метро, сажаешь цветы, работаешь в банке? Не важно. Просто оставайся собой, не психуй и работай так, чтобы другой человек был в тебе уверен. Чтобы мы все в итоге верили друг в друга.

Это сложнее, чем кажется. Когда кругом паникуют и частично бегут. Но я не знаю другого рецепта. Наши солдаты на фронте должны знать, что тут, в тылу, люди просто ежедневно твёрдо делают каждый своё дело, а не носятся в панике, решая то ли завтра бежать, то ли надо было ещё вчера убежать.

В 1917 году революция началась не из-за неудач на фронте. Там-то как раз всё было без перемен. Мы и немцы засели в окопах, шла позиционная война и война на нервов. Вот её-то Империя и проиграла, потому что в тылу начались шатания, уныние, поиски внутренних врагов, речь Миллюкова. Оно нам это надо снова 100 лет спустя? Я не к тому, что выводы из ошибок не стоит делать, и не к тому, что менять людей на постах не надо. Ещё как надо. Я исключительно о том, что делать всё необходимо с трезвой головой, а не в психозе.

И вообще давайте поймём: даже тот, кто не поучил повестку, всё равно, по сути, мобилизован. Мы все сейчас мобилизованы. Не на фронте? Но помощи сборами тем, кто едет на фронт. Нет денег на это? Спроси — может, где нужна помощь с упаковкой и перевозкой того, что ждут на фронте. Может быть, готов пошить, собрать, сделать? Может, знаешь, как и где достать подешевле? Не хочешь помогать армии по внутренним убеждениям? Не разделяю, но уважаю твоё право на личное мнение. Помогите мирным в ЛНР и ДНР. Там очень трудно, в частности, в Мариуполе. Но нам всем будет трудно в ближайшее время, возможно годы. Мы вступили в области тьмы. Но когда-то увидим в ней проблески рассвета.

Мы все мобилизованы ситуацией в большей или меньшей степени. Отсидеться или пропетлять не выйдет. Если уж не убежал, уж будь добр тогда работай, сохраняй твёрдый ум и веру. Да, трудно. И что?

А-а-а, тебе страшно? Ничего, раскрою тайну — нам всем страшно. Незнание кого хочешь напугает. Не понимаешь, что будет дальше? Ничего, вместе с тобой этого не понимают ещё несколько сотен миллионов человек, втянутых в орбиту нынешних событий. Ты не ждал, что так будет, у тебя были иные планы? Не поверишь, и у меня, и у нас всех.

Ты в смятении? Ничего страшного. Ведь и Спаситель наш просил: «Отче Мой! Если возможно, да минует Меня чаша сия».

Так что крепкий тыл — залог победы. Верь, трудись так, чтобы тебе самому было от этого хорошо. Когда очень трудно и очень нервно, ну дай себе немного побояться, позлиться, поругаться, а потом снова работай.

Будущее не предопределено. Его создаём сегодня мы через труд, слёзы, кровь, потери и малые победы. Как постараемся, так и будет. Надеюсь на это.

Андрей МЕДВЕДЕВ

<https://t.me/MedvedevVesti/11540>

О «надувных шариках»

Вы никогда не задумывались, почему порой так сложно донести людям простые и очевидные мысли? Например, я много лет пытался достучаться до соотечественников из западной Украины, что бендеровщина и майдан — зло. Результаты, мягко говоря, были не очень. Теперь вот приходится объяснять взрослым и вроде бы адекватным гражданам, что вдыхать дым табачного сена, травиться этаноловым наркотиком и портить собственную кожу чернилами — это смешно и глупо. Но зомбари по-прежнему ничего не слышат и продолжают вредить себе и обществу. Почему так происходит? Я много бился над этой загадкой и, кажется, нашёл ответ.

А всё потому, что когда человек находится в состоянии зомби-биоробота, то для него не существует голоса разума вообще! Для него существует только «ГОЛОС СНИЗУ» и «ГОЛОС СВЕРХУ». Попробую объяснить, что это такое. «Голос сверху» — это «голос» любого, кто выше рангом. Начальник, чиновник, уполномоченное лицо, государственная идеология. Сюда же в обязательном порядке относится и телевизор. «Голос снизу» — это «голос» любого, кого обыватель почитает ниже рангом «голоса сверху»: учитель, сосед, равнодушный прохожий и даже собственные родители, всё это для робота-зомби — «голос снизу». Так вот такой голос толпаря, как правило, игнорируют. Он для них пшик. Этот «голос» не законодательный и, как они считают, не несёт никакой ответственности и последствий. А, следовательно, слушать его зомби не будут никогда. Вот почему мне не удалось никого убедить в том, что майдан — зло, что на «выборы зеленого» идти нельзя, что курить и травиться алкоголем — глупо. Я для них — «голос снизу». Немножко тише молчания.

Но что делать, если государство — колониальное, идеология — античеловеческая, телевидение — купленное? Зомбарь не выходит на такие уровни понимания. Он всё равно будет жадно внимать «голосу сверху», какую бы

чушь тот ни нёс. Именно поэтому в неосознанном обществе бывает фашизм. Но самое страшное даже не это. Если государственный курс развернётся, то и у всех зомбарей постепенно переключится тумблер. Свершится фокус, который Карл Маркс называл: «Бытие определяет сознание». И тут вдруг, как пелена с глаз: а бендеровщина-то оказывается — зло! Ба, да у нас-то в стране нацизм был все эти годы! Ой-ой-ой. Под влиянием «голоса сверху» вчерашние рогули быстро начнут перестёгивать шляпы: напялят косоворотки, нацепят георгиевские ленточки, заспивают гимн России, а если надо, то и СССР. И в их действиях будет не только извечное лицемерие и приспособленчество, но и чистейший и искривлённый зомбизм.

Но всё это потом. А пока они нас просто не слышат. Пока они зомби. Пока им не сказали «сверху». Это типичный пример людей с типом строя психики биоробота, из которых, к сожалению, в высокой степени и состоит наше общество. По этой причине здесь и раздувают до неприличных размеров всяких пустышек и проходимцев, как воздушные шарик, делая из них больших экранных персон. Этот «шарик» ловко надувают лайками, рейтингами, эфирным временем, важным статусом и прочим невосомым содержанием и запускают в медиапространство. Всё выше и выше. И в какой-то момент все эти бездарные клоуны начинают обладать для зомбарей волшебным свойством — «голосом сверху».

Эти надутые «шарик» притворяются экспертами и политиками, но их несложно распознать: у них всегда есть хозяин. Если в них не вдувать вовремя «воздух», то они ни за что не взлетят. «Шарик» всегда движется в ту сторону, куда дует ветер. Они пусты, безвольны и слабы. У каждого имеется тонкая ниточка, за которую дёргает чья-то рука. Их легко сдуть или лопнуть, если они перестанут выполнять свои обязанности. И вот уже много лет люди неосознанно подчиняются самым обыкновенным пустыш-

кам. Надувным головам из телевизора. «Вы слышали, что в черном ток-шоу сказал Шнуров?.. Какой-то футболист? Юморист?.. Фрик?.. Популист?! Это же так важно! Давайте прямо сейчас прислушаемся к этому жалкому свисту и писку, который они издают, испуская из себя пустоту»: «Россия — отсталая страна!», «Алкоголь в малых дозах полезен!», «Низкий курс доллара — это плохо для нашей экономики!», «Возьмите кредит, это улучшит ваше благосостояние!», «Капитализм — это свободная конкуренция и богатые возможности», «Советский союз — зло!», «Мы — маленькие люди, которыми управляют большие дяди!» и прочая, и прочая...

Вот такое сплошное надувательство: кто-то надувает «шарик», а потом эти «шарик» надувают нас. И чтобы руководить загнивающим обществом, не нужно быть в большинстве или иметь армию и танки. Достаточно иметь «голос сверху». И зомбарь, как послушные обезьянки, выстроится по стойке смирно с единственным возгласом: «Мы слышим тебя, мудрый Каа!»

Но я знаю, что рано или поздно созидательные люди, несмотря ни на что, придут в управление и их голос станет для зомбарей «голосом сверху». Нацисты и предатели будут сидеть в тюрьме, закроются табачные фабрики, тату-салоны и вино-водочные заводы. Но станет ли такое общество осознанным? Большой вопрос. Ведь всё это благополучие будет держаться исключительно на «голосе сверху» благожелательных руководителей. И если этот голос на секунду дрогнет или замолчит (как уже было однажды), что-то сразу пойдёт не так, и всё с лёгкостью может вернуться обратно. Вот в чём опасность.

Поэтому я не призываю вас слушать «голос сверху» или «голос снизу», я призываю вас слушать голос своего сердца. Всегда. В независимости ни от каких условий и политических строев. Но чтобы услышать своё сердце, нужно сделать самое главное — перестать быть зомби. Ожить.

Тока Ха



Ярмарка

Условия размещения объявлений в ЯРМАРКЕ:
для тех, кто подписан на газету,
публикация в течение подписного периода бесплатная —
в редакцию (эл. адрес: yarmarka@zeninasvet.ru) необходимо
заранее прислать копию квитанции о подписке.
Для остальных — 200 рублей 1 публикация.
Реквизиты для оплаты
(обязательно сообщите дату, время и сумму оплаты):
Карта Сбербанка № 4276 1340 0961 2967
или кошелек Яндекс-деньги № 41001273246348.
По всем вопросам обращаться по тел. (4862) 78-08-62.

Товары и изделия

РОДОВОЕ ПОМЕСТЬЕ КОТЫШЕВЫХ ПРЕДЛАГАЕТ: ИВАН-ЧАЙ ферментированный, гранулированный, собранный вручную с любовью: 100 г — 200 руб., 200 г — 400 руб.; **МЁД ЦЕЛЕБНЫЙ**, зрелый и очень вкусный, который мы забираем один раз в год после Медового спаса (основные медоносы — ива, липа, иван-чай, донник, ваточник, иссоп, лесное разнотравье): 3 л (4,5 кг) — 2000 руб., 1,5 л — 1100 руб., 1 л — 750 руб.; **НАТУРАЛЬНЫЙ КАЧЕСТВЕННЫЙ ШОКОЛАД** 72% с мёдом, без сахара, какао порошка и прочих искусственных добавок: 100 г — 350 руб., сублимированными ягодами: 100 г — 380 руб.; **МАСЛО ГОРЬКОГО МИНДАЛЯ** (сыродавленное, сделанное на деревянном прессе), источник витамина В17, профилактика онкозаболеваний: 100 мл — 1000 руб.

Отправляем почтой и ТК.
Тамбовская обл., ПРП Радостное, тел. 8-920-235-8544, 8-902-236-8764 (телеграм, ватцап) — Владислав, Ольга.

ПРОДАЁМ ХОРОШИЙ МЁД — 190 руб./кг; подсолнечное масло — 280 руб./литр; сухофрукты, орех грецкий — 190 руб./кг, чищенный — 470 руб./кг; варенье, грибы.
Тел. 8-928-9594-995 — Александр. Поселение Росток, Ростовская область.

РОДОВОЕ ПОМЕСТЬЕ КОТЫШЕВЫХ ПРЕДЛАГАЕТ: иван-чай ферментированный, гранулированный, собранный вручную с любовью — 200 руб./100 г, 400 руб./200 г; целебный зрелый и очень вкусный мёд, который мы забираем один раз в год после Медового спаса (основные медоносы: ива, липа, иван-чай, донник, ваточник, иссоп, душица, лесное разнотравье) — 400 руб./кг; натуральный качественный **тёмный шоколад 72%** (есть и более тёмный), сделанный с мёдом, без сахара, какао-порошка и прочих искусственных добавок — 300 руб./100 г.

Тамбовская область, ПРП Радостное; тел. 8-920-235-8544, 8-902-236-8764 (телеграм, ватцап) — Владислав, Ольга.

ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД из Родового поместья Кедр Пензенской области. Мёд светлый, однородный, пластичный, очень вкусный (добавление от редакции).
Цена 3 л — 600 руб.

Высылаем почтовой посылкой. Постоянным покупателям всегда скидки.
Тел.: 8-908-529-7402 — Анна; 8-908-529-7501 — Александр.

НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛЯНО-ВОСКОВЫЕ СОСТАВЫ для защиты древесины от влаги, плесени и УФ-лучей.
ИП Сальков А. В., Респ. Хакасия, ПРП Родники.
Salkov@mail.ru.
Тел. 8-983-152-8490, Артём.

Родовое поместье Котышевых предлагает: **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный, гранулированный, собранный вручную с любовью — 200 руб./100 г.

Целебный, вкусный **МЁД** (консистенции «масло»). Основные медоносы: ива, иван-чай, донник, липа, лесное разнотравье. Забираем мёд один раз в год после медового спаса (400 руб. за 1 кг).

МЁД В СОТАХ (в ограниченном кол-ве) — 1000 руб. за 1 кг.
Тел.: 8-920-235-8544, 8-915-672-5124, Владислав; 8-920-236-5124, Ольга. Эл. адрес: vladvk1950@gmail.com. Тамбовская область, ПРП Радостное.

Друзья, предлагаем вкусный, полезный, качественный **ИВАН-ЧАЙ СЕМЬИ АЛЕКСАНДРОВЫХ** — 1000 руб./1 кг, 100 руб./100 г.

Иван-чай **витаминовый** с ягодами рябины и листьями смородины — 120 руб./100 г, 1200 руб./1 кг. Иван-чай **с цветами** — 150 руб./100 г, 1500 руб./1 кг. Упаковка — крафт-пакеты.

Также в наличии **весь ассортимент фирмы «Яндар»**: пакетированный иван-чай, упаковка 40 г, 20 пакетиков (с душицей, липовым цветом, листом смородины, мелиссой, мятой, таволгой, чабрецом) — по 100 руб. каждого вида; земляничный — 130 руб., в пирамидках — 140 руб.

Упакованный иван-чай (фольга, картонная коробка, красивая этикетка) — 150 руб./100 г.

Старинный русский — 150 руб., с корнем девясила, боярышником, черёмухой — по 200 руб. каждого вида; с листом смородины, липовым цветом, берёзовыми почками, таволгой, чабрецом, мятой, мелиссой — по 160 руб. каждого вида; с чернойкой — 300 руб.

Иван-чай: «Малиновый» — 250 руб.; «Земляничный» — 350 руб.; «Брусничный» — 200 руб.; «Вишнёвый» — 200 руб.; цветочный (с цветами) — 250 руб.; майский — 150 руб.; солнечный (собранный 21–22 июня) — 200 руб.; с имбирём — 200 руб.; с красным корнем — 200 руб.

Можете заказать в группе в Вконтакте <https://vk.com/alexandrovtea>, а также по тел.: 8-912-982-9839, 8-919-482-1034; эл. почта polina-uchta@mail.ru.

Денис и Полина Александровы.

МАСЛО КЕДРОВОЕ из Бу-

рятии, отжим на деревянном прессе;

ЖМЫХ кедрового ореха;
ЖИВИЦА кедрового сибирского: 10% на рыжиковом масле, 110 мл — 200 руб.,

10% на кедровом масле, 100 мл — 450 руб.;

МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ на рыжиковом масле,

МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ с вытяжкой саган-дали и чабреца;

МАЗЬ ЖИВИЧНО-ПРОПОЛИСНАЯ на облепиховом масле, 30 г — 150 руб.

МАЗЬ КЕДРОВО-ПИХТОВАЯ. МАЗЬ СУСТАВНАЯ с багульником болотным.

ЖИВИЦА-СМОЛА, 900 руб./кг. **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный: листовой, гранулированный.

САЖЕНЦЫ кедрового стланника, 4–7 лет, 100 руб./шт.; **кедрового стланника**, 220 руб./шт. Саженцы с хорошим комом, заказ от 10 шт., отправка ТК.

САГАН-ДАЙЛЯ, 400 руб./100 г, 3000 руб./кг.

Отправляю по предоплате на карту СБ или с наложенным платежом. Заказы по СМС или на почту: тел. 8-902-563-2564 (ТЕЛЕ2), эл. почта: tsupran76@mail.ru.

Сделать заказ и посмотреть продукцию: [eco-trapeza.ru](https://www.eco-trapeza.ru).

Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

Участки, дома

ПРОДАМ, ОБМЕНЯЮ ТРЁХКОМНАТНУЮ КВАРТИРУ (в двухквартирном доме) в сибирском селе Малиновка, в живописном месте рядом с тайгой. Дом (квартира) с участком 24 сотки и отдельным участком около 3 га.

В Малиновке есть начальная школа, клуб, библиотека, ФАП, магазин. В деревне около 70 домов; находится в 20 км от райцентра, в 200 км от Красноярска.

В квартире автономное печное отопление (котёл, батареи); кухня, душевая комната, совмещённая с санузлом; горячая и холодная вода. Всего жилой площади — 85 м², со встроенной мансардой на крыше — 21 м². Есть гараж, утеплённое зимовье, банька, теплица.

Рядом бьёт родник, протекает небольшая горная речушка.

В 500 м от дома, возле леса, есть участки около 3 га. Один гектар земли уже огорожен, вдоль него проходит ЛЭП, на нём стоит строительно-бытовой вагончик, построен сеник — загон для животных. Внизу под участком есть ключ и протекает небольшая речушка. Окружён участок полями с разнотравьем, подтаёжным лесом (15–30 км добыча кедрового ореха).

Место богато таёжной и полевой ягодой, грибами и др. дикоросами. Подходит для создания РП, отдыха, пчеловодства, охоты, рыбалки, ЛПХ.
Возможен равноценный обмен.
Тел. 8-902-967-2964, Альбина.

ПОД РОДОВОЕ ПОМЕСТЬЕ ПРЕДЛАГАЮ СЕМЬЕ 4 ГА с/х земли в собственности на Смоленщине, в Демидовском районе, у деревни Андреево.
Цена 300 тыс. руб., оформленные 20 тыс. руб. (с 28.02.22)

Кадастровый номер участка: 67:05:0040201:458; 67:05:0040201:459; 67:05:0040201:463;

67:05:0040201:464;
67:05:0040201:465;
67:05:0040201:466;
67:05:0040201:467 (см. публичную кадастровую карту по ссылке: <https://egrfpmap.ru/?cadNumber=67:05:0040201:458&l..>)

Создаём поселение Родовых поместий, у каждого 4 га. Создаём среду обитания, альтернативную городской. Закладываем лесосад на участках. Имеем для этого питомник редких растений деревьев из Красной книги, выращиваем саженцы. Есть общественная пасека. Выращиваем чистые продукты, овощи в открытом грунте, кормим семьи. Есть гостевой дом; здание фермы, с/х техника б/у.

Стоимость жилого дома из бревна площадью 70 м² (аналог трёхкомнатной квартиры) — от 790 тыс. руб. в рассрочку.

Совместно заработаем на жизнь без наёмного труда на саженцах, туризме, с/х продукции, удалённо и на многом другом вместе.

Ищем единомышленников.
Контакты: тел. (ватцап) 8-929-9270255 — Олег (<https://vk.com/o.v.egorenkov>); (<https://vk.com/rodovayazemlya>) — ПРП «Родная земля»; infovalentin@gmail.com

ПРОДАМ УЧАСТОК 1,25 ГА в Самарской Луке, около деревни Севрюкаево, в поселении Родовых поместий Родолад.

На участке есть летний домик, двухэтажный сруб 6х5 м. На первом этаже — баня и кухня. На втором — спальня. Рядом пристройка — сарай. Растут земляника, клубника. Посажен сад — вишни, яблони, сливы, абрикосы, орехи (плодоносят немножко).

Проведена вода из Волги. В этом году планируется провести электричество. Свет от солнечной батареи. Участок на берегу Волги, спуск близко, можно купаться.

Продаю в связи с переездом в другую область, буду жить рядом с родственниками.

Цена — 450 тыс. руб.
Тел. 8-903-829-7985, Екатерина.

ПРОДАЮ УСАДЬБУ. Общая площадь участка 1 га, в собственности. Подтаёжная зона.

Имеется: жилой дом 2-эт., общ. пл. 112,2 м²; жилая времянка с баней, комнатой отдыха (14 м²), большой верандой.

Посадки: лес, сосны, берёзы, кедры, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина — всё плодоносит.

Огород 10 соток, две теплицы, хозяйственные постройки, погреб, личная скважина, электричество. Рядом горная река Таштып.

Вокруг много грибов, ягод. Есть места для охоты и рыбалки, туристические места для отдыха.

Усадьба находится в живописном месте: Республика Хакасия, Таштыпский район, Нижний Илек, поселение Родники, в 150 км от г. Абакана.

Мой тел. и WhatsApp: 8-950-302-9688. Доп. тел. 8-983-257-1008.

ПРОДАЮ УЧАСТОК 1,25 ГА В САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ, ПРП РОДОЛАД. На участке есть летний домик, 5х6 м, 2 этажа, с баней внутри. Проведена вода из Волги, в этом году будет проведено электричество.

Посажены яблони, вишни, сливы, абрикосы, виноград, клубника, сосны и дубы. Есть солнечная батарея и аккумулятор, дрова. Рядом река Волга. Соседи строят Родовые поместья. Земля в собственности.

Продаю в связи с объединением семьи и переездом в другую область.

Цена 450 тыс. руб.
Тел. 8-903-829-7985, Екатерина.

ПРОДАЮ УЧАСТОК 2 га в ПРП Радосвет. Жилая баня 6х6 м, к ней примыкает хозблок 2х6 м. Есть скважина (вода питьевая), дебет 2–3 куба в час. В этом году будет стационарное электричество. Есть магистральная разводка воды по участку.

Посажены фисташки и несколько фруктовых деревьев. До Чёрного моря — 35 км, до Азовского — 40 км.

Цена 5,8 млн. руб.
Тел. 8-912-781-3317, Ольга.

ПРОДАЮ ПОМЕСТЬЕ (пл. 3,1 га) в поселении Родники (всего около 100 участков) Курганской области, потому что вышла в поселение замуж, решено жить в поместье мужа.

Земля находится в собственности. Высажены сотни растений.

На участке имеются:

- подземный домик «листья нора», использовался круглогодично (внутр. р-ры 3,9х2,7 м). Печь отопительно-варочная сист. Кузнецова;
- надземный гостевой домик (внутр. р-ры 3,5х2,5 м). Использовался эпизодически, иногда зимой. Печь отопит.-варочная сист. Кузнецова;
- сарай, колодец, электричество 220 и 380 В.

Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Есть небольшое озеро Луданное (от поместья 5 минут ходьбы).

До ближайшей деревушки (полювину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5 км; до деревни с почтой и школой — 5 км; до райцентра — 12 км.

Можем выслать фото и видео нашего поселения.
Продаётся за 700 тыс. руб., возможна рассрочка.

Пишите zzz65@list.ru. Звоните 8-906-883-2104 (Билайн). Надежда и Александр.

ПРОДАЁМ ПОМЕСТЬЕ 1 га в селе Кучугуры Воронежской области (60 км от Воронежа). В посёлке много молодых семей и детей. Есть дом творчества, где проходят занятия с детьми и коллективные мероприятия.

На участке большой сад: яблони, груши, сливы, вишня, черешня, малина, чёрная смородина; земляника и целебные травы. Есть лес: сосны, берёзы, ели и кедр. С двух сторон участка река Девица. Недалеко есть родник и купель.

В 10 км — райцентр Нижнедевицк со всей инфраструктурой и магазинами. Есть садик, школа, гимназия, музыкальная школа и большой спорткомплекс, также небольшая школа при посёлке, куда детей возит автобус. Дорога с твёрдым покрытием до границ участка.

Дом 62 м²: гостиная-столовая, зал и две спальни; санузел с туалетом и ванной; новый бойлер; деревянный стеклопакет. Снаружи отделан сайдингом. Есть тепличка, примыкающая к дому. В доме необходим косметический ремонт. Отопление водяное печное. Рядом с участком проведён газ.

Цена 1,65 млн. рублей. Торг при осмотре. Документы оформлены.

Телефон, ватсап: 8-920-420-84-56, Оксана.

ПРОДАЁТСЯ УСАДЬБА 50 соток в живописном экологически чистом месте

Большое подворье, много хозяйственных построек, есть сад. Рядом пруд, родники, лесные насаждения с грибами и ягодами.

В доме (45 м²) есть вода, ванная, туалет, газовое отопление. Дом стоит на окраине деревни, вокруг участка можно брать дополнительно землю.

Имеется трёхфазное подключение, асфальт подведён прямо к дому.
Цена 850 тыс. руб.



Адрес: Белгородская обл. Новооскольский район, село Барсук.
Тел. 8-918-445-5710, Елена.

ПРОДАЁТСЯ КРАСИВЫЙ УЧАСТОК 90 соток с выходом к ручью, интересный ландшафт, есть ровные поляны для строительства дома.

На участке посажены вишня, груша, кедры, берёзовая аллея вдоль дороги. На острове с выходом к ручью стоят два улья. Проведено электричество, есть дорога (читается круглый год).

Прекрасное место для создания Родового поместья.

Адрес: Новосибирская область, Мошковский район, ДТСН Долина Имений, улица Лесная поляна.

Evstegneeva_katy@mail.ru.

ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ 3,1 ГА (потому что вышла в поселении замуж, решено жить в поместье мужа) в поселении Родники Курганской области. В нашем поселении около 100 участков.

Земля находится в собственности. В поместье высажены сотни растений. Имеются:

Подземный домик «Лисья нора» 3,9x2,7 м, использовался круглогодично. Печь отопительно-варочная системы Кузнецова;

Надземный гостевой домик 3,5x2,5 м. Использовался эпизодически, иногда зимой. Печь отопительно-варочная системы Кузнецова; сарай, колодец;

Электричество 220 и 380 В.

Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Озеро Луданное в 5 мин. ходьбы.

До ближайшей деревушки (половину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5 км. До деревни с почтой и школой — 5 км. До райцентра — 12 км.

Цена 700 тыс. руб., возможна рассрочка. Можем выслать фото, видео и аудио нашего поселения.

Пишите: zzz65@list.ru.

Звоните: 8-906-883-2104 (Билайн), Надя и Саша.

ПРОДАЮ ДВУХЭТАЖНЫЙ КИРПИЧНО-ПЕНОБЛОЧНЫЙ ДОМ 8x11 м на участке 1,08 га в Родовом поселении Благодарное (бывшее СДТ «Юбилейное»), ул. Добрая, д. 1 (возможна прописка), в 23 км от г. Волгодонска Ростовской области.

Дом очень тёплый, благоустроенный. Окна пластиковые, двери металлические. Меблирован. В доме: веранда, баня, погреб, летняя кухня + мастерская, прихожая, просторная кухня-столовая, 2 спальни, 2 санузла, на 2 этаже русская печь с лежанкой, подтопком и духовкой. Отопление печное. В бане банная печь. В мастерской — печь-шведка.

Участок огорожен сеткой-рабицей, живой забор по периметру — 500 кустов смородины. Заложены сад: яблони, груши, сливы, абрикосы, черешни, вишни, орехи... Посажен лес: более 200 сосен, более 300 берёз, а также ели, туи, дубы, ясени и др.

Скважина 23 м, вода чистая, питьевая, не кончается сутками. Водопровод — пластик, введён в дом.

В 50 м — река Сал. Берег высокий, сделана лестница на мостки для купания, рыбалки.

Можно подвести электричество за 15 тыс. руб.

Продаю 1/2 дома, 1/2 участка.

Цена 500 тыс. руб. Собственник второй доли живёт далеко в Краснодарском крае, устроившись на новом месте. Поэтому дом и участок в полном распоряжении новых хозяев.

Тел. 8-928-112-4790, Светлана.

ПРОДАЮ УСАДЬБУ в живописном месте Республики Хакасия, Таштыпском районе, с. Нижний Имек, поселении Родники, в 150 км от Абакана.

Земельный участок общей площадью 1 га. Подтаёжная зона. Вид права — собственность. На участке имеются жилой двухэтажный дом площадью 112,2 м², жилая времянка, в которую входит баня, комната отдыха 14 м², большая веранда. Вокруг лес, сосны, берёзы, кедры, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина, всё плодоносит. Разработан огород 10 соток, есть две теплицы, хозяйственные постройки, погреб, личная скважина воды, электричество. Рядом горная река Таштып. В лесу много грибов, ягод, есть места для отдыха, охоты и рыбалки.

Тел.: 8-950-302-9688 (WhatsApp), доп. тел. 8-983-257-1008.

СДАДИМ НА ДЛИТЕЛЬНЫЙ СРОК небольшой дом; две комнаты, кухня, имеются газ, вода, свет, гараж, хозпостройки; огород более 15 соток, плодовые деревья, виноград. Можно завести подсобное хозяйство, коз, кур, водоплавающую птицу.

Условие: приглядывать за домом, ежемесячно своевременно платить коммунальные услуги за своё проживание (коммуналка незначительная, по муниципальным сельским тарифам). Данное предложение для русскоязычной семьи, проживать самостоятельно (хозяева живут в другом регионе).

В посёлке имеется вся инфраструктура, а также ж/д станция, элеватор, фермерские хозяйства.

Адрес: Ставропольский край, Изобильненский район, пос. Передовой.

Тел. 8-900-252-5070.

ПРОДАЮ УЧАСТОК земли 6 га под Родовое поместье в 3 км от села Гайворон Спасского района Приморского края. Земля в собственности (чернозём).

Дочь с внуком на 1,5 га уже сделали посадки. Так случилось, что в селе Гайворон, где жили мои дети, сгорел дом, дочь моя погибла, внук пострадал.

В селе есть магазин, школа (девятка). Из г. Спасска ходит автобус три раза в день, расстояние — 17 км. От участка до трассы примерно 1,5 км, до реки — 500 м.

Стоимость — 200 тыс. рублей. Тел. дом. (842372)6-91-71; моб. 8-908-979-9714.

ПРОДАЮТСЯ УЧАСТКИ земли с/х назначения по 40, 60, 112 га в Калужской области Мосальского района. Стоимость 1 га — 10 тыс. руб. Хорошие дороги. Деревня газифицирована. Рядом протекает река, есть пруд. От Москвы — 226 км, от Калуги — 99 км.

Тел. 8-926-765-63-76. Эл. адрес allat30@mail.ru.

ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,45 ГА с домом в центре РП Благодарная Ярославской области. Дом двухэтажный, кирпичный, обшит внутри кедром, с печью, погребом

и баней внутри. Есть посадки. Подведено электричество.

На территории есть летний домик, колодец, дровница, навес на въезде.

Документы оформлены.

Цена 4,1 млн. руб.

Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

ПРОДАЮТСЯ ДВА УЧАСТКА в Республике Хакасия, в поселении Родники, каждый по 1 га. Один участок огорожен.

Тел. 8-906-981-5946 — Наталья Сучкова.

Семена и саженцы

ПРОДАМ СЕМЕНА ОТ БАБУШЕК старинные: калега (брюква), огурцы, помидоры.

Количество ограничено.

427284, Удмуртская Республика, Селтинский район, с. Халды, ул. Школьная, д. 18. Тел. 8-904-830-5715. Тюлькина Лидия Павловна.

ИЩУ КОРНЕВИЩА АИРА И СЕМЕНА МНОГОЛЕТНЕЙ РЖИ.

Тел. 8-904-830-5715.

Тюлькина Лидия Павловна.

ВЫШЛЮ СЕМЕНА ЛОФАНТА АНИСОВОГО в вашем конверте. Эта трава — многолетник, медонос, вкусный, целебный чай. Выращиваю лобант уже 60 лет и постоянно пью из него чай, поэтому здоров, а мне скоро исполнится 83 года.

Тел. 8-962-755-3349, после 19:00 (мск). Адрес: 414057, г. Астрахань, ул. Звёздная, д. 25, кв. 22. Прошаркову Юрию Игнатьевичу.

Предлагаем **СЕМЕНА ЧЁРНОГО ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Растёт достаточно быстро, морозостоек и засухоустойчив.

Все части растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, укрепления иммунитета и очищения организма. Цена древесины.

1 орех — 20 руб.

Тел. 8-920-215-3052 — Михаил. sotvorenien.ra@gmail.com.

Разное

Собственника найденного объекта недвижимости с географическими координатами 43°45'48.76"N/39°30'31.3"E (43.763545/39.508695) прошу сообщить на электронную почту 89233616887@mail.ru или по тел. 8-923-361-6887 — Виктор Пиндюров.

Собственника найденного объекта недвижимости с географическими координатами 43°41'16.86"N/40°03'46.02"E (43.688017/40.062783) прошу сообщить на электронную почту alexbel7853@gmail.com или по тел. 8-906-911-2313 — Владимир Леонтьев.

Собственников найденных объектов недвижимости с географическими координатами 53°27'25.23"N/80°43'14.79"E (53.457008/80.720776) и 53°27'24.37"N/80°43'11.04"E (53.456771/80.719734) прошу сообщить на электронную почту alekseybel1975@gmail.com или по тел. 8-929-652-7853.

Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

Новинки



«Мягкие домашние водные роды. 20-летний опыт многодетной мамы. Практические рекомендации, Макарова О. 211б., илл., — 470 руб.

* * *

«Озеро света». Сборник стихов. Королева С. 136 с., илл., — 350 руб.

«Саманный дом и другие постройки из глины своими руками. Древние методы строительства, доступные каждому. Экономично и экологично». Макарова О. 144 с., илл., — 280 руб.

«Живые Души из дольменов». Шершукова Т. 104 с., ил. — 200 руб.

«Орлиного цвета крылья». Крестьяева Е., 240 с. — 220 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., ил., — 170 руб.

«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слётов). Донцов А., 168 с. — 170 руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., ил. — 200 руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 480 руб.

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., ил. — 220 руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльникова А. 100 с., ил. — 300 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., ил. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., ил. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., ил. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., ил. — 320 руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 130 руб.

«Тайны, поведанные волховом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 100 руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:

• «Общение с мудреца-

ми дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., ил. — 230 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2». 136 с., ил. — 230 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Геленджикский район Краснодарского края». 144 с., ил. — 230 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 2». 144 с., ил. — 230 руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., ил. — 230 руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 2-е изд., 88 с., ил. — 230 руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 стр. № 1 и № 2 — по 150 руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., ил., № 1, № 2, № 3 — по 230 руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., ил. — 100 руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 150 руб.; № 4, «Сказы Гаммаюн» — 150 руб.

«Палили звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., ил. — 200 руб.

«Тропинка. РаСказы». Максеев Н. 96 с. — 60 руб.

«Зарянка». Пьрков А. А. 32 с., ил. — 150 руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пьрков А. 56 стр., цв. ил. — 200 руб.

«Севкины геройства. Побывальщины для детей». Пьрков А. 80 стр., цв. ил. — 250 руб.

Лекторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грани Кристалла». — 175 руб. «Часть 2. Творение судьбы». — 175 руб. «Часть 3. Обретение целостности». — 175 руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Земли» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 100 руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте: **КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕТИК: 8-960-650-9990**

— форма заказа в интернет-магазине издательства www.zeninasvet.ru;

— письмо на адрес редакции с указанием названия, количества экземпляров, адреса, контактного телефона;

— факс (4862) 75-27-46;

— (4862) 41-34-22 (автоответчик);

— e-mail: zakaz@zeninasvet.ru

Заказы отправляются почтой по предоплате или с наложенным платежом.

Отпечатано в ЗАО «Полиграф-Сервис». 241020, г. Брянск, пр-д Московский, д. 15-а. Объем: 8 п. л. Заказ № 1378.

Подписано в печать 3.10.2022 г. По графику — 18.00, фактически — 18.00. Выход в свет 4.10.2022 г. Тираж 2000 экз. Цена свободная.

Учредитель и издатель — Светлана Васильевна Зенина

И. о. главного редактора — Д. Ю. Зенин

Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:

302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36–168.

Тел./факс: (4862) 75-27-46, 41-34-22, 78-08-62.

Эл. адрес: book@zeninasvet.ru,

rod-zem@zeninasvet.ru — материалы для публикации, письма,

yarmarka@zeninasvet.ru — объявления в рубрику «Ярмарка».

Сайт: zeninasvet.ru/rodzem, http://vk.com/rodovaya_zemlya

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна.

Редакция может не разделять мнение авторов. Редакция сохраняет за собой право редактирования материалов, поступающих в газету.

Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей.

Факт пересылки означает согласие их автора на использование произведения в любой форме и любым способом, если иное не оговорено. За содержание материалов рекламного характера редакция ответственности не несёт.

Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-22608. ISSN 1999-2726. © «Родовая Земля», 2022.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

Подписной индекс: **ПР602** по электронному каталогу «Почта России»

и на сайте <https://www.pochta.ru>.



«Праздник урожая» на Южном Урале



В Саткинском районе, на территории поселения Родовых поместий Ориана, возле деревни Верхний Айск в рамках проекта «От зерна до каравая» прошёл «Праздник урожая». Более 400 гостей из Саткинского, Ашинского, Сосновского, Катав-Ивановского и Усть-Катавского районов посетили его. Участниками фестиваля стали и гости из Кигинского района Башкирии.

Напомним, в начале июня в рамках проекта состоялся «Праздник первой борозды», во время которого было засеяно поле пшеницы.

В этот раз все желающие могли принять участие в жатве, в процессах вязания снопов, обмолоте пшеницы, помоле зерна на каменных жерновах. После чего было замешено бездрожжевое тесто на хмелевой и ржаной закваске и испечён каравай. Таким образом организаторы проекта «От зерна до каравая» показали, сколько труда и времени необходимо было в старину, чтобы испечь хлеб.

На празднике работали творческие площадки. На сцене творческие коллективы Саткинского района исполняли песни и танцы, а коллектив модельного агентства провёл показ моды в народном стиле. На интерактивной площадке участники фестиваля водили хороводы, принимали участие в народных играх и обрядах.

В ярмарочной зоне продавались хлебные изделия, экопродукты и товары фермерского производства, а также изделия народных ремёсел и декоративно-прикладного творчества.

В мастерской проходили мастер-классы по кузнечному ремеслу и фитодизайну.

Каждый желающий мог прикоснуться к процессу и попробовать себя в роли кузнеца или вручную обмолоть зёрна от коло-

сьев, поработать на жерновах, получить ценные знания по приготовлению закваски полезного и вкусного хлеба. Работали национальные дворики, русский и татаро-башкирский, а также фотозона.

Изюминкой фестиваля в этот раз стала литературная гостиная и региональный литературный конкурс «Хвала рукам, что пахнут хлебом», организованный централизованной библиотечной системой и ассоциацией литературных объединений «Содружество».

Участниками конкурса стали десять жителей Саткинского, Сосновского районов и Челябинска. Со сцены звучали стихи саткинских, бакальских и межевских поэтов Петра Храмцова, Людмилы Вавиловой, Марины Овчинниковой, Тамары Аболишиной, Татьяны Лысовой и гости из Сосновского

района Вероники Синельниковой.

В этот день на территории поселения Родовых поместий Ориана была посажена аллея литераторов. Идея принадлежит члену литературного объединения «Лада. Новая Пристань» Марии Ильи-

ной, она же и вырастила саженцы дубов. Именные деревья посадили приглашённые поэты и писатели, а по просьбе некоторых отсутствующих — за них тоже. Жители Орианы пообещали приглядывать за маленькими дубками, что-



бы в будущем они зашумели своей листвою.

«Праздник урожая» стал заключительным в цепочке мероприятий проекта «От зерна до каравая». Проект реализуется при поддержке Фонда культурных инициатив.

Татьяна САВИНЫХ.
«Саткинский рабочий».
Саткинский район,
Челябинская область.

«Осенины» в Ладном

В ПРП Ладное Ульяновской области состоялся «Праздник урожая»

Наши мастера гуманной педагогики Галина и Александра для детей подготовили интересную программу.

Сотворяя Пространства Любви, творим вначале образы. В этот раз Александра Астахова представила удивительные образы в своей песне. Она так обратилась к детям в конце праздника:

— Весело было! Помечтали вместе с героями сказки и построили терем-теремок.

А мечты ведь сбываются! Пусть у каждого, у кого ещё нет зимнего дома в Ладном, побыстрее будет...

Зимний дом построит каждый
В своём поместье родовом.
И в том домике уютном
Мы так сладко заживём.
А над крышей — сразу небо,
За окошком — сразу сад,
Руку вытянешь немножко —
На ладошке — виноград.

Речка — здорово, кто спорит.
Но когда откроешь дверь
И увидишь ты за садом
Своё озеро, поверь,
Что-то новое проснётся
У тебя тогда внутри...

А когда на подоконник,
Зимой сядут снегири?

Не разъедутся далёко,
Твои родственники вдруг,
А надёжно, очень крепко
Вдруг замкнётся этот круг.
В этом домике просторном
Соберётся сильный род,
«Ах, какие ж мы большие!» —
Каждый внутренне поймёт.

Где же видано, чтоб было
Столько взрослых и детей!
Смех повсюду раздаётся,
Столько радостных людей.
И в любую непогоду
Непогоды вовсе нет,
Только счастье...
От планеты
Льётся неустанно свет.

Селение Родовых поместий Ладное, Ульяновская область, Сенгилеевский район



«Мы как гости подтверждаем: В Ладном Светлый Лад живёт, И отменным урожаем Предков радуется наРод!» — написала ульяновская поэтесса Ольга Вотякова, которая приезжала на праздник вместе с младшей дочкой.

На мероприятии собрались жители и гости Ладного, кто уже сотворяет поместье и кто намерен присоединиться. Приехали наши соотечественники из Канады и Техаса, совершив этот долгий

путь возвращения на Родину.

Праздник получился трогательным и радостным, несмотря на нависшие тучи и капающий дождь.

Мы не только поделились урожаем и секретами его выращивания, но и распланировали участок общей территории, и сделали посадки. Подготовили ямки для саженцев, которые предоставляет «Родной лес» по программе работы с родовыми поселениями.

Дети и взрослые участвовали в празднике.

