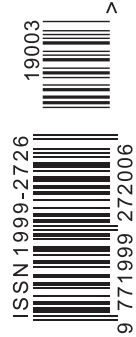


Родовая Земля

ПЕРВАЯ
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 3 (176), март 2019 г.

Газета издаётся с февраля 2002 года. Подписной индекс — 60041 по каталогу МАП «Почта России».
Подписка через Интернет — <http://vipishi.ru>. Электронная версия — <http://pressa.ru/magazines/rodovaya-zemlya/>
Выходит один раз в месяц. <http://zeninasvet.ru/rodzem>, F: www.facebook.com/groups/rodzem, VK: http://vk.com/rodovaya_zemlya



Первый Круг
в Орле

3

Радосвет
ждёт добрых
людей

4

Огородный
энтузиазм —
великая сила!

12

Лучистое
зовёт
дружные семьи

16

Лабиринты
— модель
мироздания

28

Весна-молодушка

Глаза твои — воробушки,
Твои ресницы — гнёздышки.
Свисти, Весна-молодушка,
Молоденьким воробушком!
Гуляет ветер ситцевый,
Роняет в поле пёрышко.
Взмахни руками-птицами,
Лети, Весна, на солнышко!
Весна, Весна-молодушка,
Ты вся такая быстрая,
Ухожена, угложена,
Дождинками зернистыми
Усыпана, украшена.
Весна, Весна-молодушка,
Весна, берёз лечение,
Зелёный вздох сосны!
Мелькают по течению
Кораблики весны.
Весна, Весна-молодушка.
(Русская народная песня)

С Днём весеннего равноденствия, с приходом Весны!

День весеннего равноденствия в славянской культуре — один из четырёх дней силы, связанных с солнечным циклом (куда входят два равноденствия и два солнцестояния). В это время три дня до равноденствия и три дня после всё пространство пропитано мощными энергиями пробуждения, обновления, очищения и начала нового. Неделю до весеннего равноденствия и неделю после проводятся многочисленные празднования в связи с приходом на землю астрономической весны (Комоедица-Масленица, Красногор. День весеннего равноденствия в этом году — 20 марта, а если быть точнее, то так называемая астрономическая весна наступит 20 марта в 23.58.).

В День весеннего равноденствия, с наступлением которого празднуется приход на землю весны, встречают также богиню Весту (от слова ВЕСТЬ) — богиню Весны. Богиню Весту называют покровительницей обновляющегося мира, Доброй Богиней Весны, которая управляет приходом на Землю весны и пробуждением природы нашей Земли. На смену зимней дремоте и ночи приходит свежесть весеннего утра... Солнце, как будто просыпаясь от зимней спячки, начинает светить всё ярче и ласковее...



Весна! Вместе с ней в нашу жизнь придут новые события, впечатления, чувства. Снова начнёт зарождаться Жизнь, с каждой новой ожившей травинкой, с каждым новым лепестком душистого цветочка, с сияющим буйством зелени вокруг проснётся и нежная, загадочная, манящая Женская Душа как символ и олицетворение продолжения Жизни, Материнства, Заботы, Тепла и Ласки... Ведические празднования прихода весны были наполнены важным сакральным смыслом победы света над тьмой, пробуждения всего живого и начала новой жизни. Весной Земля оживает, соединяется в любовном танце с Солнцем, и начинается новый цикл творения. Это время обновления. Самое время сходить в баньку, скинуть груз усталости, забот и напряжения, пропариться жаром, расслабиться и обновиться в ледяной купели! Это мистическое время, когда мы выбираем те СЕМЕНА, которые будем сажать и возвращать в своей Душе, чтобы в урочный час собрать УРОЖАЙ!

Дорогие женщины, богини, будьте неповторимы! Будьте прекрасны, совершенны и неотразимы! Раскрывайте свою удивительную душу для созидания, творчества! Дарите мужчинам свою нежность, теплоту, заботу, радость и вдохновение, пробуждайте в них благородный дух! Наполняйте пространство вокруг ароматами Весны, пробуждения к Жизни всего самого прекрасного, что есть в Человеке!





Научно-практическая конференция «Устойчивое развитие сельских территорий, повышение уровня и качества жизни населения России на примере поселений, состоящих из Родовых поместий»

28–29 марта 2019 года

Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), г. Пушкин, Петербургское шоссе, д. 6

Актуальность

В настоящее время назрела острая необходимость дать достоверную оценку результатам реализации государственной Программы Правительства Российской Федерации «Развитие сельского хозяйства и регулирование рынков сельскохозяйственной продукции, сырья и продовольствия на 2013—2020 годы», особенно в части подпрограммы «Устойчивое развитие сельских территорий», благодаря которой были предоставлены в большей степени условия для развития агропромышленных холдингов.

В ходе анализа необходимо определить, какая поддержка малого предпринимательства сейчас осуществляется. Сделать выводы, наметить первоочередные задачи, установить, какие ошибки допущены, как их исправить.

Полученные выводы, на основе которых будут сформулированы предложения Государственной Думе для внесения изменений в действующее законодательство, также будут направлены для изучения в профильные министерства и ведомства.

На конференции особое внимание будет уделено вопросам наращивания социально-экономического потенциала сельских территорий; объёмов естествен-

ного, органического земледелия как гаранта здоровья нации.

Развитие сельских территорий — это путь к решению демографической проблемы России, это духовное развитие нации во взаимодействии и гармонии с природой, воспитывающее бережное и ответственное отношение к природному богатству.

Будут рассмотрены вопросы степени зависимости наших агрохолдингов от импортного семенного фонда, импортной селекции, а также применения химических веществ для защиты сельскохозяйственных культур, стимуляторов роста, стимуляторов набора мышечной массы, применения антибиотиков. Все вышеперечисленные факторы приводят к уменьшению численности населения, к затуханию у женщин репродуктивной функции, что ведёт к бесплодию.

Задачей конференции является поиск ответа на вопросы: «Каковы альтернативы существующим направлениям развития сельских территорий? Могут ли поселения, состоящие из Родовых поместий, и представители малого предпринимательства выступить как платформа для ускорения роста экономики России и преодоления бедности, за чертой которой сегодня находится значительная часть населения страны?».

Цель конференции:

- Создание условий для полноценной жизни и всестороннего развития людей в сельской местности.

- Повышение эффективности работы действующих и формирование новых эффективных, рыночно-ориентированных малых форм хозяйствования на земле.

- Содействие формированию условий для эффективного развития поселений, состоящих из Родовых поместий, и малого предпринимательства в интересах общества и государства.

Задачи:

- Обобщение опыта поселений, состоящих из Родовых поместий.

- Поиск новых возможностей малого предпринимательства в преодолении бедности, повышении социальной стабильности общества.

- Анализ практики эффективного развития предпринимательского сектора экономики.

- Разработка рекомендаций по увеличению вклада малого и среднего предпринимательства и поселений, состоящих из Родовых поместий, в ускорение экономического роста России, а также

формированию условий для улучшения здоровья нации.

Организаторы:

- Общественная палата Ленинградской области;

- Общественная приёмная Председателя Комитета Государственной Думы Российской Федерации по аграрным вопросам;

- Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ).

Оргкомитет

Для организации подготовки и проведения конференции формируется Оргкомитет, в состав которого входят сопредседатели от Общественной палаты Ленинградской области, Общественной приёмной Председателя Комитета ГД РФ по аграрным вопросам, Санкт-Петербургского государственного аграрного университета — представители заинтересованных федеральных органов исполнительной и законодательной власти, органов исполнительной и законодательной власти субъектов Российской Федерации, сектора малого предпринимательства и поселений, состоящих из Родовых поместий, профильных научных, образовательных и общественных организаций.

Адрес электронной почты: info@gd-agro.ru

Дополнительная информация по телефону: 8-921-936-1033 — Ирина Николаевна Самохина, эксперт Общественной приёмной Председателя Комитета по аграрным вопросам Государственной Думы ФС РФ по Санкт-Петербургу и Ленинградской области, член «Родной партии».

Приглашаем принять активное участие в конференции представителей всех поселений России, состоящих из Родовых поместий!

Друзья, в целях экономии денежных средств на проезд на конференцию до Санкт-Петербурга и обратно есть такой вариант: можете избрать уполномоченного представителя от нескольких поселений, состоящих из Родовых поместий, в данном регионе. Изберите представителя, которому вы доверяете и поручаете подписать основной документ конференции — Резолюцию. А деньги на дорогу вашему представителю соберёте всем миром. Кстати, в истории есть аналогичные примеры, когда на Руси существовал общинно-родовой строй.

По возвращении представитель передаст всю аудио- и видеoinформацию о данном событии по вашим поселениям.



Как же я люблю читать газету «Родовая Земля»! Тысячи людей бросают города и уезжают в сельскую местность, а то и вовсе в чистое поле и начинают всё с нуля...

Эти люди поистине герои! Не зная деревенской жизни, они, трудолюбивые и весёлые, упорно учатся этой самой жизни. Гордость берёт за таких людей, не дающих остаться нашим сёлам только в памяти людской...

Кто-то активно и с энтузиаз-

мом возрождает полуразрушенные деревни: держит хозяйство, пашет поля, строит новые дома, придумывает различные идеи для интересного культурного отдыха, да и для жизни вообще.

Кто-то учится простым деревенским делам и чувствует себя счастливее всех на свете, зачастую в одиночку, не пугаясь никаких трудностей и подавая пример местным жителям, среди которых нередко остаются одни старики...



Почему молодёжь покидает деревни? Если нет работы, что им мешает организовать своё дело, придумать что-нибудь такое, чтоб и в радость, и с доходом?

На самом деле и в деревне всё возможно! Здесь можно жить, да ещё как! Было бы желание...

Будьте оптимистами, посмотрите на наши деревни другими глазами!

Обидно, что сельские ребята выбирают города. Впрочем, у каждого своя жизнь, но всё же кому, если не нам, выросшим в деревнях, продолжать деревенские традиции? Кому, если не нам, ходить на сенокосы, пахать поля, держать хозяйство, копать огороды, строить дома и, наконец, колоть дрова и топить печи?

Обращаюсь к молодому поколению сельских ребят. Давайте возьмём ответственность за жизнь своих деревень! Всё в наших руках. Считаю, что деревня — для творческих людей, это то место, где можно себя реализовать.

Кто со мной?! Дерзайте. Вперёд и с песней!

Екатерина ЮЖАНИНОВА,

18 лет

пос. Романиха, Пермский край,
Красновишерский район,
Тел: 8-992-213-6476



Орёл объединяет

2 марта 2019 г. в Орле при поддержке «Родной партии» и газеты «Родовая Земля» впервые состоялось уникальное по своей значимости событие — Круг создателей Родовых поместий Центрального федерального округа (ЦФО).

На Круг приехали участники из девяти регионов: Воронежской, Тульской, Московской, Курской, Рязанской, Смоленской, Белгородской, Брянской и Орловской областей. Это были представители 13 поселений Родовых поместий и трёх отдельных Родовых поместий, созданных на базе заброшенных и малонаселённых деревень, а также инициативные группы по созданию поселений.

Цель данной встречи — выявление насущных нужд и чаяний людей, живущих в своих РП, обмен опытом по конкретным направлениям и объединение совместных усилий для решения задач, поиск путей выхода из создавшихся ситуаций.

В преддверии VIII Съезда «Родной партии», который состоится в Санкт-Петербурге в конце марта 2019 г., и Всероссийского Круга создателей Родовых поместий, запланированного для проведения в Сочи в апреле 2019 года, было решено выработать предложения Всероссийскому Кругу создателей Родовых поместий.

С первой минуты встречи выявились основные вопросы и темы, остро волнующие людей:

- легализация и узаконивание земель под Родовые поместья;
- создание условий принятия Закона о Родовых поместьях;
- популяризация идеи Родовых поместий;
- стратегия и тактика экономического развития Родовых поместий;
- взаимное сотрудничество по проведению фестивалей, ярмарок и созданию единых туристических маршрутов;
- создание постоянно действующей структуры по взаимодействию создателей Родовых поместий в Центральном федеральном округе.

Вопрос узаконивания земель под РП стоит очень остро в тех поселениях, которые находятся на землях сельхозназначения. На встрече Александр Хрульков (Рязанская область), Елена Тарасенко (Тульская область), Елена Солнцева (Курская область) поделились опытом общения с властями в решении данного вопроса, выразили готовность оказывать по-

мощь поселениям других регионов и выступили с предложением к «Родной партии» о создании рабочей группы по данной тематике, состоящей из представителей конкретных поселений.

О необходимости принятия Закона о Родовых поместьях и создании необходимых для этого условий выступили Антон Окунев (Тульская область), Людмила Белопицкая (Тульская область), Александр Хрульков (Рязанская область).

Также была поднята тема популяризации идеи Родовых поместий среди горожан, практической жизни в Родовых поместьях и положительного опыта существующих проектов локальной экономики в поселениях.

Было решено устраивать встречи межрегионального масштаба с представителями поселений Родовых поместий и органов власти. Ближайшая запланирована в Тульской области на платформе ОНФ.

По инициативе Людмилы Белопицкой планируется встреча делегации представителей движения создателей РП ЦФО с А. Анисимовым с обсуждением программы «Развития сельских территорий» на базе РП наших регионов.

Для подготовки программы нам предстоит хорошо потрудиться: собрать пожелания создателей Родовых поместий; систематизировать данные; наладить прямую связь между поселениями и инициативной группой по созданию экономической программы интенсивного развития территорий. Для этого была создана группа: Владимир Помазков (Воронежская область), Александр Фирсов (Воронежская область), Александр Верёвкин (Курская область), Александр Хрульков (Рязанская область), Екатерина Кромкина (Орловская область), Надежда Кудинова (Орловская область), Никита Михайлов (Орловская область), в которую до 16 марта следует дополнительно включить представителей из других поселений и отдельных Родовых поместий ЦФО для обеспечения взаимодействия на местах и координации совместных действий.

Решено начать с проведения массового обучения единомышленников интенсивному экономическому развитию территорий. Вступление в ассоциацию участников носит заявительный характер. Представители регионов взяли на себя обязательство донести информацию о добровольном участии в проекте в своих регионах.

Для координации совместного проведения фестивалей, праздников, а также организации единой карты туристических маршрутов была создана инициативная группа: Елена Солнцева, Екатерина Кромкина, Екатерина Пронина.

В процессе обсуждения выявилась потребность проведения летнего многодневного масштабного межрегионального слёта создателей РП ЦФО. Ответственность за его проведение взяли наши курские друзья, в частности, Елена Солнцева. Предложение оказать всем регионам — участникам Круга — посильную помощь в организации слёта получило одобрение.

Всероссийскому Кругу создателей Родовых поместий сформированы следующие предложения:

1. Создать постоянно действующий представительный орган для обеспечения связи между рядовыми жителями РП для учёта их потребностей и «Родной партией».
2. Поддержать инициативу создателей РП ЦФО по организа-



ции оперативных рабочих групп в масштабе всей страны по направлениям: узаконивание земель Родовых поместий; создание условий по принятию Закона о РП; экономика развития РП — массовое и коллективное участие в госпрограмме развития сельских территорий; культура и экотуризм в РП; образование и спорт; военно-патриотическое воспитание молодёжи; разработка мероприятий по массовой пропаганде национальной идеи РП.

3. Сделать инициативные группы представительными от регио-

нов с обязательным включением в них делегатов от местных поселений.

Принято решение о формировании постоянно действующей структуры координации взаимодействия создателей Родовых поместий в ЦФО на единой платформе. Кроме этого в рамках данной структуры начинают действовать инициативные группы для работы по направлениям: узаконивание земель Родовых поместий; создание условий для принятия Закона о РП и информационной пропаганде; экономика развития РП и



массовое коллективное участие в госпрограмме развития сельских территорий; культура и экотуризм в РП и другие.

Подводя итоги встречи, можно с уверенностью сказать, что в Центральном федеральном округе созрела необходимость перехода к конкретным совместным делам и проектам, и толчком этому послужила наша встреча. Намеченные планы говорят о серьёзности намерений и способности людей брать ответственность не только за себя, свою семью, но и за всю страну.

Благодарим за помощь в организации Круга Людмилу Белопицкую и представительниц региональных отделений «Родной партии» Тульской области.

Особая благодарность Дану Зенину и редакции газеты «Родовая Земля» за организацию и помощь в предоставлении помещения для проведения Круга.

Также благодарим всех участников за единение и взаимопонимание.

Александр и Надежда Кудиновы,

организаторы Круга создателей РП ЦФО, представители политического и информационного отдела Регионального отделения «Родной партии» Орловской области.

Фото Дана Зенина





Пространство ждёт добрых людей



да, научился рубить и строить дома. Сам, своими руками построил нам дом, баньку, где родился наш младший сын Егорушка.

Бывают, конечно, и трудности, как же без них-то! Но мы очень рады, что выбрали для себя такой образ жизни, в живом Пространстве Любви, которое чутко реагирует на наше состояние, настроение и даже начинает звенеть, когда на душе у кого-то из нас что-то не так, пытаюсь сгармонизировать нас.

Мы учимся здесь жить в гармонии с самими собой и окружающим миром. Открываем в себе творческие способности. Тут я нашла себя, свой путь, своё предназначение. Начала писать песни, и здесь же родилась наша вокально-инструментальная группа «Крылья Мечты».

Приезжайте к нам в гости, мы будем рады поделиться с вами своим опытом и душевной теплотой!

Сергей и Наталья КОТОВЫ

Поселение Радосвет,
Свердловская область

https://vk.com/radosvet_ural

Дорогие друзья, мы с радостью ждём вас к нам в гости, в наше Родовое поселение Радосвет, что в Свердловской области (в 30 км от г. Каменск-Уральский)!

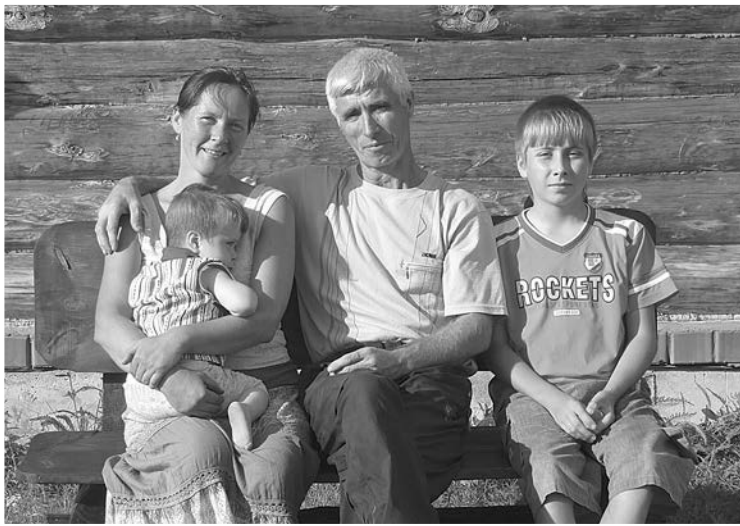
Создавать своё поместье мы начали с мужем 11 лет назад. Первые пять лет жили там сезонно, с апреля по октябрь. Муж Сергей тогда работал на заводе и приезжал на выходные, а я с нашим сыном Даниилом жила постоянно сначала в палатке, а потом во времянке, которую построил Сергей.

Переезжали в поместье в апреле, так как начинались пожары. Это сейчас у нас есть пожарная бригада, ранцевые огнетушители, рации, спецодежда. А тогда мы бегали по лесам и тушили огонь вениками, завязывая лицо мокрыми платками, чтобы не задохнуться от дыма. Обгорали брови и ресницы.

Нужно сказать, что, когда мы приехали на землю, Пространство встретило нас не очень дружелюбно, я бы даже сказала, враждебно. Видимо, мы настолько отделились от Природы, что она воспринимает нас как чужеродный элемент. Армия комаров, мошек, клещей! Ночью, если нужно было выйти из дома, на меня накатывал необъяснимый животный страх.

Однажды произошла ситуация, которая всё изменила. Случилось это во вторую весну. Начался пожар. Сильный ветер гнал огонь прямо на наше поместье, оставалось метров сто до него. Мы с друзьями выстроились цепочкой на пути огня, вооружившись толь-

ко вениками и молитвами. Пламя высотой в человеческий рост шло прямо на нас, но отступать было некуда. Там, за моей спиной, было наше поместье — саженцы, посаженные с любовью, маленький домик-временочка, улики с пчёлками... мой маленький кусочек Ро-



дины. Тогда я поняла, что испытывали на войне наши прадеды. Это чувство — стоять до конца! Во что бы то ни стало остановить врага, ценой своей жизни отстоять Родину! Мы встретили стену огня молитвой. Кто как умел, кто как привык, каждый по-своему. И произошло чудо: ветер поменял направление! У нас появилась возможность загасить огонь вениками. Мы хлопали сосновыми ветками. Когда кончались силы, я вставала на колени и так, ползком на коленях, отвоёвывала у стихии метр за метром живой, не сгоревшей земли... До темноты мы туши-

ли этот пожар и победили.

А когда вернулась в поместье, села на скамейку, обнаружила, что куда-то исчезли комары, мошки... И появилось чувство, что что-то Доброе, большое и нежное гладит меня, успокаивает, снимает усталость. Я физически ощутила покой и умиротворение. Пространство обнимало меня, обволакивая своей Любовью! Вот тогда поняла то, что давно было прочитано в книгах: Пространство живое, осознанное! И что Пространство приняло нас!

Мы уже шесть лет живём здесь постоянно. Сергей ушёл с заво-



«Веснянка» в Ключёвском!

Дорогие друзья!

Рады вас пригласить на ежегодный праздник весеннего равноденствия «ВЕСНЯНКА», который состоится в нашем поселении Ключёвское (Ставропольский край, Труновский район, с. Ключёвское) 23 марта 2019 года.

Программа праздника:

- 11:00 — начинает работать ярмарка, на которой можно будет приобрести продукцию из Родовых поместий;
- 12:00 — театральное представление;
- 13:00 — перерыв на чай, общение;
- 15:30 — игры, хороводы, песни, пляски.

Мероприятие будет проходить в Доме культуры с. Ключёвского.

Вход на праздник СВОБОДНЫЙ.

Ярмарка будет действовать в течение всего праздника.

Захватите с собой обед и вкусняшки к чаю, а ГОРЯЧИМ ТРАВЯНЫМ ЧАЕМ мы вас угостим! После праздника возможно проведение экскурсий по Родовым поместьям! (ТОЛЬКО по договорённости). Для записи на экскурсию писать сообщения администратору в группу в ВК: <https://vk.com/kluchevskoe>

По всем вопросам обращаться к любому администратору группы: <https://vk.com/kluchevskoe>

До встречи в ПРП Ключёвское!

Тел.: 8-905-415-5207 — Ксения, 8-906-472-3439 — Александр.

Эл. адрес: Ginzburgg@mail.ru



Семейный лагерь в Чик-Елга

Какой отдых предлагает детям город? Аниматоры, шумные, громкие праздники в игровых центрах и на детских площадках, всевозможные развлечения, игровые автоматы, качели-карусели, кинотеатры, гаджеты...

Возможно, это не такой уж плохой формат, ведь, как говорится, на вкус и цвет... Если бы не одно «но»: всё перечисленное — это беззастенчивая гонка за ПОТРЕБЛЕНИЕМ.

Современные городские дети привыкли всё потреблять и мало что умеют создавать. Наблюдая всё это, я уже далеко не первый год раздумывала, где бы мне найти такое место, чтобы пожить с дочкой на природе, показать, как это прекрасно — жить на земле, слушать пение птиц ранним утром и перед сном, встречать и провожать солнышко, слушать шелест ветра в листьях деревьев... Ведь в городе все эти волшебные моменты заглушаются суетой и шумом. Наконец, чтобы кто-то умелый и опытный взялся показать дочке, насколько может быть интереснее жизнь, когда ты не только потребляешь, но и отдаёшь. Плюс к этому мне не хотелось отправлять ребёнка в традиционный детский лагерь, где бы ей пришлось 20 с лишним дней жить без своей семьи, среди чужих людей, в жизненных ценностях которых я не вполне уверена. Поэтому семейный формат лагеря — это то, что я искала.

Видимо, Вселенная услышала мои мысли, потому что совершенно неожиданно мне на глаза попало объявление о семейном лагере в Родовом поместье Чик-Елга (Башкирия). Объявление «зацепило» меня сразу же: с первого и до последнего слова там описывалось всё, что хотела для себя и дочери. Так мы и попали летом 2018 года в Чик-Елгу.

Лагерь не только оправдал мои ожидания, но и подарил такие моменты и открытия, которых даже не ждала. Думаю, будет правильно перечислить.

- Конечно же, мы влюбились в природу! Нет таких слов, чтобы передать, как же там красиво! Какое это было счастье — по дороге на речку любоваться безкрайними просторами полей, величественными очертаниями леса и гор, вдыхать ароматы луговых трав и цветов, подставлять щёки ласковым солнечным поцелуям. Эти воспоминания согрели нас долгими зимними вечерами.

- Мы однозначно закапались: ходили босиком по траве, а утром и по росе, обливались роднико-



вой водой, купались в горной речке, парились в бане.

- Узнали так много прекрасных, душевных людей, со многими из которых по-настоящему подружился.

- Ребёнок открыл для себя массу новых занятий: плетение из верёвочек, лепка из глины и расписывание глиняных изделий красками, постройка шалаша, несколько видов добывания огня, собственноручное изготовление экокрема и многое другое.

- Старшие дети в лагере могли активно участвовать в хозяйственной жизни: носили воду, кололи дрова, косили траву, разжигали костёр, мыли посуду, убрали за собой поляну.

- Чудесные и очень глубокие по содержанию уроки мудрости приготовили организаторы нашим детям. Это был такой вклад, который, может быть, не даст быстрых всходов, но станет надёжным капиталом в будущем. Во всяком случае, мне моя дочка время от времени цитирует некоторые мудрые высказывания и поясняет, что они значат.

- У нас были такие замечательные вожатые, что мы по ним до сих пор скучаем!



- Лично я открыла для себя во время лагеря хороводы. Совершенно не понимала, зачем люди водят хороводы, и считала это чудачеством. Но Валерия Радужная познакомила меня с этим миром, и я поняла, что это ещё один источник силы и вдохновения. Это потрясающий опыт, который желаю пережить каждому.

- Мастер-классы для взрослых и детей по ТРИЗ (теории решения изобретательских задач) и танцам



— новый опыт, новые знания, которые пригодятся в будущем.

- Ребёнок целую неделю провёл без искусственных сладостей — мороженого, шоколада, конфет и прочего, а также без телевизора, компьютера и гаджетов. Это ли не мечта любого городского родителя?!

- Чудесная банька — скромная снаружи и горячая и гостеприимная внутри — подарила минуты истинного блаженства. А тандем баня — речка буквально возродил душу и тело.

- Нас так вкусно кормили эту

неделю! Еда, приготовленная на живом огне, парное молоко, деревенская сметана, свежие овощи и фрукты — это была райская неделя! А каждый приём пищи мы начинали с песенки-благодарности. И этот своеобразный ритуал тоже глубоко запал мне в сердце и незаметно что-то изменил, перестроил в душе.

- Несколько раз в день мы разводили костёр, я и дочь обожаем огонь. Для нас это был лучший отдых.

- Добрые, душевные песни у костра, вечерний «якорёк» у детей с подведением итогов дня, потрясающий закат и трели соловья всю ночь — это поистине безценные воспоминания!

Опыт такой жизни, хоть она и длилась всего одну неделю, запал моей дочери в душу надолго, а может быть, и навсегда. Она взяла с меня честное-пречестное слово, что мы обязательно ещё приедем в Чик-Елгу!

А в первый вечер после возвращения домой, когда воспоминания ещё не стали воспоминаниями, а мы всем сердцем были там, в лагере, она по привычке включила телевизор, но, посмотрев в экран 10 минут, выключила и грустно сказала: «Как же скучно смотреть телевизор!» И тогда я поняла, что у организаторов лагеря и у меня самой всё получилось:



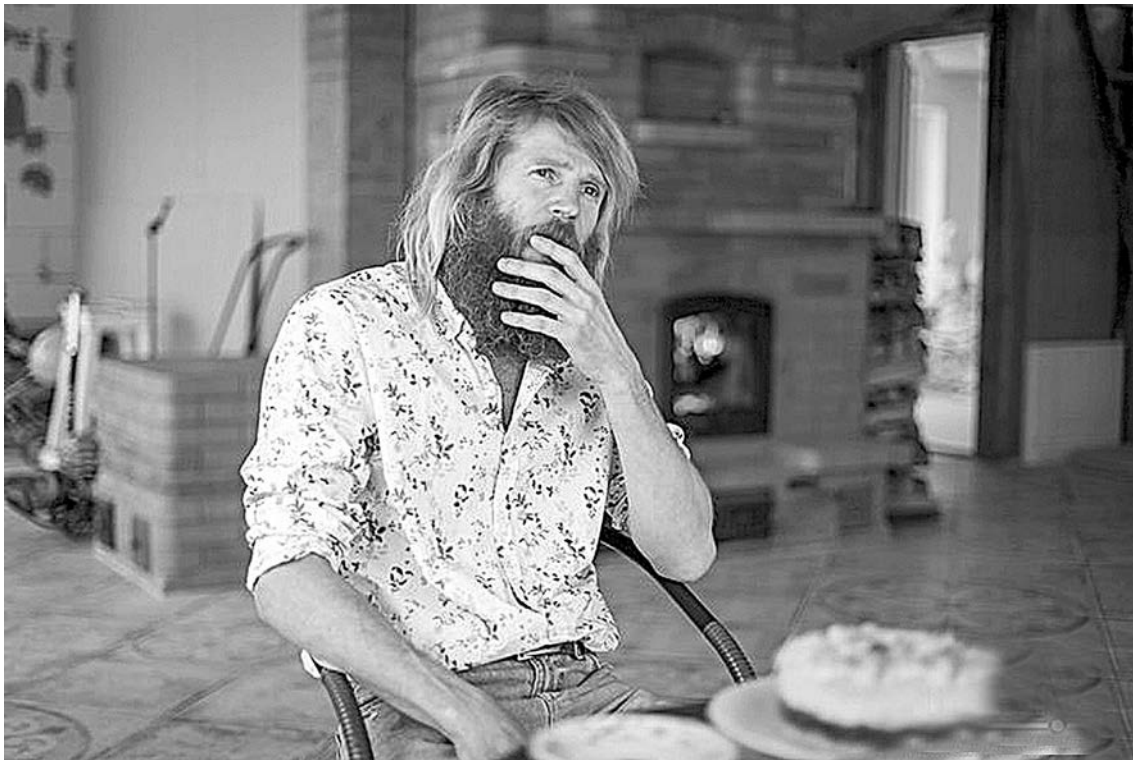
мы дали ребёнку альтернативу, и теперь есть из чего выбирать, она знает, что может быть и другая жизнь, жизнь не ПОТРЕБЛЕНИЯ, а СОЗИДАНИЯ, которая во сто крат интереснее!

Я много думала на тем, как же получилось создать такую атмосферу, которая сроднила нас всех и сделала эту неделю какой-то даже волшебной, и пришла к выводу, что секрет этой атмосферы в со-творчестве организаторов, вожатых, детей и родителей. Глубокая, насыщенная программа многогранно развивала детей: тело и дух, фантазию и творчество, умение выстраивать отношения в детском и во взрослом коллективах. И всё это было как-то естественно, просто и гармонично, как и сама природа, на фоне которой всё происходило.

Я благодарю Бога за это время, за этих людей, за эту природу и эти воспоминания. Они останутся в моём сердце навсегда!

Юлия АКШЕНЦЕВА

с благодарностью от себя
и дочки Леры
г. Мелеуз, Башкирия



«Любой может продать «однушку» в Минске и построить на земле»

Владимир Чернушевич занимается проектированием и планировкой домов с печами. На его канал в YouTube подписано более 60 тыс. человек. Основная тема роликов — строительство домов и возрождение Родовых поместий.

\$1 тыс. за гектар земли

В жизни Владимира было всякое — алкоголь, наркотики, тусовки. К 29 годам «грехи» молодости дали о себе знать. Пережив проблемы с сердцем, мужчина осознал — пора всё менять:

— Мы с друзьями «хороший» такой образ жизни вели до 29 лет. Всё перепробовали. У меня уже и сердце останавливалось, и чего только там не было. Жили по-настоящему — тогда нам так казалось. 15 лет назад как-то осознали, что идём не туда, здоровье начало кончаться. Сначала пить бросили, потом курить, а сейчас я почти сыроед и живу в глуши, — улыбается хозяин дома, выглядящий вполне здоровым.

Вместе с отказом от вредных привычек пришло «прояснение мозга, и захотелось чего-то иного», признаётся Владимир:

— Уже тогда начали поиск участка для строительства дома, ездили по деревням, присматривались к хуторам, думали. Желание уехать укрепили и книги Мегре о создании Родового поместья. Суть в том, что человеку для жизни нужно не меньше гектара земли, где можно разместить всё необходимое. Это направление уже тогда было популярно в России, начало зарождаться и у нас. Так вышли на экопоселение Росы. На тот момент здесь было всего три хутора, сегодня — 30. У каждого 1–2 гектара земли. Так произошло возрождение деревни.

Участок 25 соток в 50 км от МКАД Владимир купил с аукциона за 1 тысячу долларов, ещё 75 соток получил как личное подсобное хозяйство бесплатно. Мужчина уверяет: любой может сделать так же, законодательство в этом ключе лояльно: «Некоторые из соседей и вовсе землю по очереди нуждающихся получили». В



общем, публика в посёлке разношёрстная.

— Здесь живут и айтишники, и музыканты, и бизнесмены. Люди очень интересные, большинство городские, как и мы. До переезда вообще понятия не имели, как на земле работать, а после всё по дому своими руками начали делать. У меня мурашки по телу от того, как жизнь на природе меняет. Есть сосед-музыкант, приехал из города, а потом взял и всю электрику по дому развёл, сам что-то пилит, мастерит. Каждый здесь начинает ремеслом заниматься. И обязательно косу в руки берёт — не объяснить, какой кайф на заре с косой на участок выйти. Пусть сначала и не получалось, но эмоции необыкновенные.

Вообще в деревне начинаешь видеть и любить то, что в городе даже не замечал: как птицы поют, как времена года меняются. Если раньше круг интересов замыкался квартирой, машиной и новым телефоном, как у соседа, то здесь горизонты разомкнулись, с каждым годом в деревне становится только интересней. Многие ежедневно ездят в Минск на работу, отвозят детей в школы и сады, но каждый день возвращаются обратно. График, конечно, суровый: подъём в 6, отбой в 9. Но людям нравится.

До переезда в экопосёлок Вла-

димир до дикорастущих! — со знаётся хозяин.

Продукты привозит «Евроопт», в школу детей доставляет автобус

Отсутствие инфраструктуры — основной стопор для многих, кто ещё не решился переехать в деревню. А зря. Со слов Владимира, на селе всё проще, чем в Минске.

— Если старших детей из Колодищ в школу приходилось возить в Минск, то здесь детей школьный автобус забирает чуть не с участка. Детей в посёлке много, здесь хорошая рождаемость. Дети ходят друг к другу в гости, на кружки, занимаются спортом. Заняты с утра до вечера, как и в городе. Что касается продуктов, то всегда есть «Евроопт», который доставляет продукты прямо домой. Кроме того, три раза в неделю в посёлок ездит автолавка. Это достаточно

прикольно и романтично: «динь-динь» сигналит, и все собираются. В городе такого, конечно, нет.

Многие считают, что на хутора уезжают отшельники, на деле всё иначе. Социальная жизнь взрослых здесь тоже не страдает: летом соседи играют в волейбол, зимой — в хоккей. Наиболее активные проводят праздники и мероприятия, устраивают турниры с другими экопоселениями.

— Город мне тоже нравится, и мы часто туда ездим в кино или погулять. Когда сидишь тут дня три-четыре, то хочется активности, картинок ярких, движения. На работу ездить классно, но но-



дмир жил в частном доме в Колодищах. Говорит, как строились, там такая же глушь была, а потом посёлок разросся, транспорт пустили, асфальт проложили, и надежды на тихую загородную жизнь не оправдались.

— Да и земли было мало — сначала 9 соток, потом 20. Только и делай, что за детьми следи. Здесь же — раздолье. Ребёнок добежал до батута и уже набегался, территория большая — детям очень интересно. Мы же, как приехали, думали: «Зачем нам столько земли?», а потом, как любые дачники, только к земле прикоснулся — уже хочется своей ягодки. Некоторые здесь огород сажают, едят только со своего участка. Мы к такому не стремимся, но пару парников поставили. Любим сажать деревья, места здесь много, сажаем разные деревья — от

чевать всё равно домой возвращаемся. Какой бы ты ни был, приезжаешь, в прудике окунулся — и хорошо. Раньше считал, что это какое-то безумие — ездить каждый день по 80 км на работу, а сейчас ездю и думаю: вроде ж и нормально.

Блог и стройка

Проектированием домов Владимир увлеклся всегда, а вот блогером с 60 тысячами подписчиков стал относительно недавно. Говорит, сам не ожидал, «с детьми поспорил, так всё и завертелось»:

— Начал выкладывать первые ролики о строительстве, печках, ремонте — оказалось, людям такое интересно. Получил отклик — решил продолжать. У меня жизнь такая цыганская последние пару лет: построю дом, поживу, продам, новый строю. Постепенно ув-

лечение переросло в хобби, потом в дело жизни. Смотрят канал такие же «сумасшедшие», вдохновляются, а потом пишут мне: «Владимир, продали квартиру, уехали в деревню — счастливы!» Есть в нашем народе эта любовь к земле.

Отдельное «спасибо» руководству нашей страны за принятие важного решения для судьбы человека — назвать 2018–2020 годы «годом малой Родины». Это очень мощный вклад государства в осознание красоты и уюта нашей Беларуси. Слова президента «...нашей родной земле нужна энергия любви каждого жителя, его вера в собственную страну и забота о ней» трогают до глубины души.

Свой первый дом Владимир построил 15 лет назад в Колодищах, там впервые и применил печное отопление. С тех пор мужчина строит дома только с печами.

— На нашей улице газа не было, электричество с перебоями, для отопления использовали твердотопливный котёл, который надо было круглые сутки топить и без конца чистить. Подсмотрели, что сосед камин себе сделал, пригласили, чтоб печник этот и нам с товарищем в бане с печью помог. Как затопили, поняли: это кайф! Тут же решили печь и в доме делать. После этого я котёл вообще выбросил.

«При желании на отопление дома можно вложиться в 50 руб. в год»

По мнению Владимира, печь — это не только красиво и практично, но и экономно. В зависимости от зимы и площади дома за год на отопление уйдёт от 5 до 10 кубов дров. В условиях Родового поместья лес можно выращивать самому, если нет, то за дешёво приобрести в лесхозе и забирать самому из леса. Это стоит около 10 руб. за 1 куб.

— У меня в год уходит порядка 200–300 руб. на дрова. Нам привозят либо колотые, либо в чурках. Идти в лес заготавливать самому нет времени. Электричество используем только для бойлера и готовки. Вообще идея печи мне кажется очень белорусской: с учётом пониженных тарифов на электричество, грамотной планировки и хорошего утепления дома газ в Беларуси вообще не нужен. Разве что электрод котёл удобен для подстраховки, чтобы не дать дому разморозиться, если уехал в путешествие. Во всех других случаях достаточно печи.

Самое главное, что печь — это сердце дома, место, где собираются близкие. Ведь дом — это твоя крепость, он должен защищать и оберегать. Вон Хавьер прошёл, провода оборвал и кучу населённых пунктов обесточил на неделю. Если дома печь, то никакой Хавьер не страшен. Зажёг огонь, поставил свечи и живёшь, как раньше. Сейчас всем друзьям строю дома обязательно с печами в центре. Хорошо ещё, если колодец есть, тогда и водой в любой непредвиденной ситуации ты обеспечен.

Строительство печи «под ключ» обойдётся в районе 6–8 тыс. рублей. Около 3–4 тыс. уйдёт на материалы, столько же — на работы. Мастеров, со слов Владимира, сегодня предостаточно. В стране открыты целые печные центры, ведь направление пользуется спросом. При желании собрать печь можно и самому:

— В экопосёлок переехали с другом Эдиком. Так вот он почитал, посмотрел и сам себе печь сложил. Потом друзьям, одному другому, сейчас полноценный ре-



месленник. И так делают многие. В принципе, ничего сложного в этом нет, в интернете полно руководств, как собрать печь самостоятельно. Самое главное — эксплуатировать верно, соблюдать меры безопасности, предусмотренные РБ (дымоход чистить в срок, сажу убирать и т. д.).

«Газосиликат — лучший вариант для Беларуси»

Свой дом Владимир построил из газосиликата, мужчина уверен, что «нет ничего проще, дешевле и быстрее этой технологии»:

— Мы перепробовали всё, но лучше газосиликата в условиях Беларуси технологии нет. Ни один каркасник, который я строил, не был таким же тёплым, как газосиликатный дом. В каркаснике больше стыков и моментов, где можно «накосячить», и я бы не рекомендовал эту технологию людям, строящим дом в качестве основного жилья. Если грунт нормальный и условия позволяют, то лучше потратиться на нормальный фундамент, сделать газосиликатный дом и жить спокойно.

Самое главное, что не так давно понял Владимир, — не скупиться на утепление. Лучше дополнительно утеплить стены, пол, потолок, чем потом мёрзнуть. К слову, отопление в доме блогера печное. И на первом, и на втором уровнях держится примерно одинаковая температура в 22°C, всё благодаря герметичной крыше и дополнительному слою утеплителя по всем контурам. Владимир уверяет: печи достаточно, чтобы во всём доме было тепло.

Ещё один важный момент, на котором акцентируется хозяин, — окна. Здесь тоже экономить не стоит.

— На природе всегда хочется чувствовать присутствие на участке. Добиться этого можно за счёт окон, но как при этом не потерять тепло? Совет — не экономьте. На такой дом, как мой, окна обойдутся примерно в 16 тысяч рублей. Это немало, но оно того стоит. Мне помогли друзья — поставили трёхкамерные стеклопакеты BluEvolution с профилем в 92 мм. При грамотной установке такой стеклопакет сохранит тепло дома, даже если остекление чуть не панорамное, а из отопления — только печь.

В остальном, уверяет Владимир, проект простой и недорогой. На коробку ушло всего 42 куба блока, или 5 тысяч рублей.

— Если не мудрить и делать просто для жизни, то такой дом можно построить за 80 тыс. рублей со всей отделкой, если многие работы делать самому. Ремонт ещё не закончен, но, по моим подсчётам, всё встанет в эту сумму. Конечно, тут всё достаточно дешёвое: на полу обычный ламинат и отечественная плитка, стены покрашены. Зато какая альтернати-

ва «однушке» в Минске! Вместо 35 «квадратов» в многоэтажке можно построить четырёх- или пятикомнатный дом на земле.

В новом доме Владимира 5 комнат, гостиная, кухня и санузел. Самая большая и светлая — гостиная, по центру установлена печь. На втором уровне ключевое место занимает детская — комната просторная, большинство стен из стекла.

Для себя хозяин выделил небольшую спальню площадью 9 м². Говорит, хватало бы и 7, но жена настояла:

— Уверен, что многим не понравится такая маленькая комната, но для меня в самый раз. В деревне спальня нужна только, чтобы поспать и переодеться. Основная жизнь проходит в гостиной или на участке, поэтому комнаты в 15 «квадратов» тут ни к чему. Но вообще такой проект можно «миксовать» по-разному. Мы хотели воздуха и объёма, поэтому реализовали идею второго света и внутреннего остекления верхнего этажа. Любой другой может перепланировать пространство на свой вкус.

«Обязательно напишите, чтобы люди страховали дома»

В финале разговора Владимир попросил: «Обязательно напишите, чтобы люди страховали дома». Выполняем:

— Дело в том, что прошлой весной у меня сгорел дом, сейчас я строю новый. И удивительно, что это произошло именно с человеком, который ведёт канал «Дом на печи» на Youtube. Часто в своих видео я говорил о безопасности эксплуатации печей в домах и особенно — как опасно использовать для дымохода сэндвич-трубу из нержавеющей стали. Невосприимчивая к коррозии сэндвич-труба не предназначена для такой температуры. У нас была оформлена простая обязательная страховка. После пожара мы получили 9 тысяч рублей, считай, на окна. Страховщики ходили за нами по пятам и буквально заставили застраховать старый дом. Если бы страховка была солидней, может, и весь дом окупился бы. Поэтому напишите, что страховка жилья — важный момент, о котором вообще никто не думает. Взносы там минимальные, а гарантии есть. Каждый считает, что с его домом ничего не случится. Мы тоже так считали... В итоге страховка здорово помогла, поэтому я стараюсь об этом всем говорить. И хотелось бы поблагодарить всех наших друзей, подписчиков и родственников за их поддержку и помощь нам!

Р. С. По тексту рубли белорусские.

realt.by

Фото: Павел Садовский



Как меняется представление о комфорте в деревне



Иногда мне кажется, что существует мировой заговор. И он заключается не в идее «золотого миллиарда», а в мысли, что настоящий комфорт может быть только в городе. Я была частью этого «заговора» и была уверена в том, что на природе жить просто невозможно.

А если серьёзно, то расширила своё понимание комфорта, пожив в деревне. Теперь мне кажется, что качество жизни зависит прежде всего от таких аспектов:

• Тишина.

В деревне вы понимаете, что такое настоящая тишина. Особенно в сумерках, когда все деревенские заканчивают работу, и вы слышите пение сверчков, шум листвы, треск полешек в печке. Да и днём тишину нарушают только редкие газонокосилки и лай собак. Чем меньше деревня, тем больше вы будете наслаждаться тишиной. Это так благотворно действует на нервную систему! Вас словно обнимает эта тишина.

• Отсутствие рекламы.

Этот пункт уже про «информационную чистоту». Может показаться мелочью, что в городе отовсюду на вас наваливаются рекламные предложения, но подумайте вот о чём. Лучшие специалисты в сфере дизайна, музыки и филологии объединяют свои та-

ланты, чтобы создавать логотипы и слоганы. Они опираются не на свой личный вкус, а на фундаментальные исследования человеческого мозга. Почитайте о нейромаркетинге, чтобы лучше понять, как реклама добирается до вашего «нутра». В деревне вас никто не дёргает, не призывает совершить покупку, не говорит о вашем несовершенстве, не сообщает, что только через покупки вы обретёте себя и своё счастье. Здесь с вами общаются чистые краски природы, и они говорят, что с вами всё в порядке, что быть несовершенным — нормально, и пусть все мы умираем, но тем ценнее каждый прожитый день.

• Чистый воздух.

Ну, тут и объяснять нечего. Каждый, кто выезжает за город, по возвращении в мегаполис понимает, насколько загажен там воздух. Но человек ко всему привыкает и перестаёт замечать... до следующей поездки на природу. Я предпочитаю жить в чистоте и дышать воздухом, наполненным запахом трав. Когда ко мне приезжает мама, она просто не может насытиться этим воздухом, он прямо-таки вкусный, хочется его «ложкой есть».

• Большое личное пространство.

Я жила в городе с рождения и

до 26 лет. И мне в нём всё нравилось, кроме человеческой скученности. Даже на городской праздники не ходила — меня толпы раздражали. И чем взрослее становилась, чем лучше понимала себя, тем больше мне хотелось большого личного пространства. Городская квартира изображается как пик комфорта, но не учитывается, что на самом деле ты живёшь как в муравейнике, и даже хорошая звукоизоляция не позволяет тебе забыть о том, что за твоими стенами, полом и потолком кипит чужая жизнь. Попробовав жить на большом участке в просторном доме, не захочется возвращаться к давящим стенам квартиры. Кстати, мы до сих пор с мужем иногда напрягаемся, когда включаем вечернюю музыку или пелесосим: а вдруг уже больше 10 вечера! А потом вспоминаем, что это никому не может помешать, и радуемся, как дети.

Конечно, блага цивилизации, такие как канализация, стабильное электричество, качественная связь, доступность товаров, — это тоже очень важные составляющие комфорта. И в деревне их можно создать без проблем, были бы деньги и желание.

А вот в городе ты ни за какие деньги не купишь то, что даёт деревня. Так что мы решили, что лучше потратим несколько лет на создание «цивилизованного» дома на лоне природы. И потом будем наслаждаться полноценным комфортом, сочетающим в себе деревенские и городские плюсы.

Татьяна ХРОМОВА

Блог «Взор с гор»

Краснодарский край,

Апшеронский район

<https://vzorsgor.com/2016/10/30/komfort-v-derevne/>

Милосердие. Добрые соседи

Здравия! Мира и добра, дорогие читатели газеты «Родовая Земля»!

Наступило время чудес, сказки оживают. Волшебные сны сбываются, и гусеница превращается в прекрасную бабочку. Многие из нас после прочтения книг В. Н. Мегре стали художниками, поэтами, и чудеса продолжаются.

Люди просыпаются, создаются поселения Родовых поместий. Девятая книга пишется в каждом поместье длиной в жизнь, прекрасную жизнь в своём Пространстве Любви!

Но не всё так сказочно. Есть такие слова — сосед, милосердие. Какие образы, чувства вызывают эти слова у вас? А у меня сосед — это близкий человек, добрый друг. Когда в 1983 году выходила замуж, то крёстная говорила мне: «С соседями дружи, относись уважительно к тем, кто рядом». Соседкой оказалась бабушка Маша, вот мы с ней жили дружно.

А вы, дорогие единомышленники, книги-то все прочитали и перечитываете постоянно? А думаете ли вы о своём соседе с уважением? Какой этот человек, какими творческими качествами обладает? Почему именно он оказался вашим соседом?

Вы сидите дома, пьёте чай, размышляете о прекрасном, о сотворении... А может быть, в это время ваш сосед сознание потерял и лежит на улице на морозе. Хорошо, что верный пёс прибежал и рядом сидит, пока его хозяин в сознание придёт. Есть такая фраза: «Как ты хочешь, чтобы к тебе относились, так же и к другим относись».

У сетевиков говорят, что по одному человеку судят о лице всей компании.

А как в вашем сердце отзывается слово «раскол»? Когда я услышала это слово в поселении...

Дорогие единомышленники, как же мы можем друг другу в глаза посмотреть? И как нашим детям в глаза посмотрим и что напишем в Родовых книгах? Я уже не говорю

о прекрасной национальной идее — Родовых поместьях.

А ведь каждый, наверно, писал декларацию о своём поместье, внося важные пункты!

Так давайте же склеивайте, сшивайте свои отношения, и так, чтобы «швов» не осталось! И живите в ладу с Матушкой-Природой, сами с собой и окружающими людьми!

Соседи — ваши ангелы, помните об этом всегда!

И ещё, дорогие единомышленники, поделитесь, может, у кого опыт есть: можно ли выделить землю в поселении ребёнку из детского дома?

Наталья Геннадиевна САДЧИКОВА,

организатор поселения в Ростовской области

Приглашаем на ПРАЗДНИК ДРЕВОНАСАЖДЕНИЯ!

21 апреля 2019 г.

Поселение Родовых поместий Гармония, Ростовская область, Усть-Донецкий район

Время сбора — 9–10 утра, до 17 часов.

С Шахт идёт автобус «Шахты—Тереховка», остановка «Хутор Мостовой» (где мост). Питание вегетарианское.

Контактный тел. 8-938-125-7871 — Наталья Геннадиевна Садчикова.



Что русскому хорошо, то немцу...

Смотря какой немец

С Эриком фон дер Декеном мы познакомились случайно, на заправке. Он тогда гордо сообщил, что уже три месяца работает на ферме в Палкинском районе Псковской области.

Эрик ответил на наши вопросы.

— Почему молодой немецкий парень решил стать фермером и выбрал Россию для бизнеса?

— Я вырос на ферме, мой папа тоже фермер. Родился я в деревне на Балтийском море, севернее Гамбурга. После школы шесть лет учился агроэкономике в университете. Во время учёбы впервые посетил Калининград. Месяц был на практике, работал на комбайне на ферме моего дяди Тассило фон дер Декена. Больше 20 лет он женат на русской женщине. Моя российская карьера продолжилась в Курской области и Воронеже, где я был три месяца на практике, но уже у известного немецкого фермера Штефана Дюрра.

— Как в твоей истории появилась псковская земля?

— Однажды на празднике по случаю дня рождения одного друга я встретил своего нынешнего партнёра. Он тогда сказал: «Я уже 5 лет в России, есть опыт, давай!» Ульрих 5 лет отработал в Литве, теперь уже несколько лет работает в России главным агрономом, в его ведении 3 фермы в Ленинградской и Псковской областях. Ульрих со своим опытом давал исключительно положительные отзывы. Я тогда понял: это твой шанс, Эрик.

— Почему выбор пал на деревню Родовое в Палкинском районе?

— Прежде всего мы искали хорошую почву, но место должно было соответствовать трём критериям. Должна быть производственная база недалеко от полей, мелиорация, сохранившаяся с советских времён, ну и хорошая почва. Конечно, мы рассчитывали найти бывший колхоз. На этой земле работали до 2000 года, с того времени земля отдохнула. Сейчас мы обрабатываем 600 га.

— Германия или Россия? Почему не создать ферму в Германии?

— Конечно, Ульрих и его опыт сыграли роль. Также в Германии сейчас практически невозможно

найти свободную землю и всё дороже в разы. Но в Германии, к примеру, запчасть на трактор ты можешь получить в течение 24 часов, а здесь минимум за 2–3 дня. Это, конечно, усложняет работу, мы не можем чётко планировать. Логистика в большой стране также забирает много времени.

— Но ведь у твоего папы то-

— Насколько удачным был первый год?

— Мы собрали первый урожай рапса и посеяли озимую пшеницу. В агрономии важна ротация культур. В целом прошлый год был продуктивным, но стояла жутко сухая погода, что сказалось на урожае, поэтому первый сезон вышел тяжёлым.



же опыт — ферма в Германии, можно было работать там.

— Я познал на практике, что люди в России открыты и дружелюбны. За последние полгода, что я в Родовом, уверился, что местные жители любят и могут работать в команде. По крайней мере, те, что трудятся со мной. Здесь также намного больше возможностей, в Германии всё строже.

— Русский язык кому-то даётся легко, кому-то не очень. Как происходит общение с рабочими?

— Я начал изучать русский язык в университете, а дальше, что называется, учусь на практике. И когда ежедневно нужно изъясняться по-русски, понимание языка приходит быстрее. Мне пришлось выучить русский мат, чтобы понимать каждое второе слово. И, конечно, самое сложное — это технические слова: подшипник, фаркоп, прицеп, опрыскиватель, комбайн...

— Удалось ощутить особый романтизм русского поля?

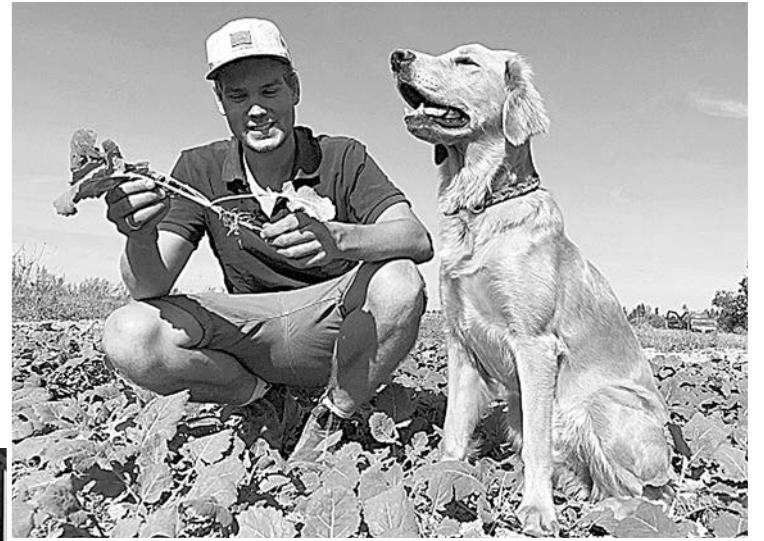
— Я родом из региона, где малые поля, где всё миниатюрно, у тебя небольшая техника, маленький трактор, чтоб ты мог обрабатывать каждый уголок земли, а здесь гигантский размах. Я был под особым впечатлением от русских полей, одно поле примерно 60 га.

— Как обстоят дела с конкуренцией?

— Мы хотели взять в работу соседние поля, но их выкупил другой предприниматель. Теперь нам предстоит много работы по введению других земель в сельхозоборот: придётся расчищать, вырубать кусты и т. д. Несмотря на конкуренцию, возможность расти есть.

— Ты женат? Разделяет ли жена твою увлечённость Россией?

— Я женился до отъезда в Россию. Жена поддерживает меня во всём и навещала меня несколько



на месте. Шесть моих друзей уже навестили меня, и их мнение изменилось. Лучший путь узнать страну — в ней побывать, пообщаться с людьми. Друзья до последнего не верили, что я уеду.

— В России наверняка ты слышал тот же вопрос: «Что ты здесь забыл?»

— Да, меня постоянно спрашивают об этом новые знакомые. Я сначала отвечал, что это для меня челлендж, но это не так, всё серьёзно, мне интересна эта страна и возможность работать здесь в моей сфере.

— И всё-таки нельзя сказать, что ты здесь один?

— Я привёз с собой собаку, её зовут Лона. Это мой друг. Она уже стала местной знаменитостью. На днях подъехал к магазину в Палкино, дети выбежали и кричали: «Это Лона, это Лона!»

— Семейная приставка фон дер вызывает интерес спросить об истории семьи?

— Больше сотни лет назад фамилия фон дер Декен принадлежала знатным помещикам, во владении были большие земли, лошади, фермы. Я не случайно занимаюсь агрономией, я — потомственный фермер.

Досье

Эрик фон дер Декен родился в 1990 году в деревне Бенц близ Гамбурга (Германия). Окончил Гёттингенский университет имени Георга-Августа, кафедру агроэкономии. Магистр наук. С весны 2018 года руководит сельскохозяйственным предприятием в Палкинском районе Псковской области.

Анна БЕШОТЕН

«ДиФ», Псков
pskov.aif.ru

Фото из личного архива
Эрика фон дер Декена

В городе такого нет

Два месяца жил в деревне. Вот там на своём месте себя чувствую. У нас дом прямо на границе заповедного леса. Воздух. Видны. Далеко от трассы.

Для меня деревня идеально подходит, и вот почему:

1. Баланс движения. Работаю удалённо за компьютером, через Интернет. Делаю перерыв от работы: колю дрова или чищу снег — движение, так необходимое компьютерщику. Главное, что такие перерывы можно делать часто и регулярно. В городе же мож-

но в спортзал ходить, но это совсем не то.

2. Экономия. В городе хочешь подвигаться — иду прогуляться. Захожу в магазин: даже не хочу ничего, а всё равно что-то покупаю. Маркетинг на меня влияет. За месяц таких непонятных покупок прилично набегает. В деревне есть один магазин продуктовый, но там не особо хочется покупать.

3. Нравится просто гулять, смотреть на пустые улицы, смотреть на природу вокруг. Иногда приятно перекинуться парой слов

с деревенским человеком, идущим по своим делам.

4. Нужность. В деревне ощущения нужности больше: много мелких полезных дел, которые можно поделаться своими руками. И думаешь: «О, молодец, пользу принёс». В городе больше каких-то пустых движений, прогулок, болтовни. Не даёт это силы. В деревне же задачи осмысленные, греют душу.

5. Самое приятное — можно не бриться и не стричься. Всё равно, как выгляжу. Я отшельник. Мне можно.

В городе, конечно, свои плюсы: больше работы, больше возможности пообщаться с людьми, больше симпатичных девушек,

Интернет мощный, друзей много, знакомых. Но, как ни крути, город расслабляет. Большой комфорт меня размягчает.

В деревне же больше ощущения себя как хозяина на своей земле, в своём доме, больше ответственности. Если вода перестанет идти, выйдет из строя газовый котёл, возникнет разногласие из-за воды с соседями — никто не придет, самим надо будет заниматься, обсуждать, как быть.

Возникают задачи — занимаемся. Какая-то увеличенная скорость прокачки персональной силы происходит. Деревня делает человека сильнее.

<https://vk.com/citylifeout>





Не ахти курорт...

Бывает и такое: человек построил дом в деревне, перевёз туда всю семью, начал работать — и тут его настиг инсульт...

Мне нравится к нему заезжать: всегда тебе рады, постоянно горячий чай, печка тёплая. А иногда и баня есть. Бывало, с мороза рванёшь в баню, потом по снегу побегаешь, разотрёшься, поорёшь как следует и снова в баню, а потом уже обратно в дом, где не только чай, понятное дело: если себя хорошо ведёшь, могут и пирог из печи вынуть, рыбник какой-нибудь. Сидим, в окно смотрим, умным взглядом гордимся, иногда и беседуем, если детей угомонит, — те у него с женой шустрей. Бегают вокруг печки, радуются.

В этот раз что-то затихли. Странное дело. Громко спрашиваю:

— Андрей, где твои чудища?

А из-за печки возмущённый шёпот детский:

— Цыц, дядька Пётр! А ты не мог бы помолчать? Мы тут цыплятов кормим!

Соблюдая правила русско-го языка, как цыган, на цыпочках обхожу вокруг печи, а там и правда «цыпляты»: блондинчатые дети сидят и глядят уже довольно уверенно марширующих по окружающему миру жёлтых пушистых. Притих я от такой идиллии.

За всю свою жизнь Андрей Хабаров из Вологды был безработным ровно сутки, и то не по своей вине: оформлял документы после прихода из армии для устройства на работу. На следующее утро сел за баранку, с тех пор водителем и трудился. Потому что не трудиться для мужика позорно, считает он. И удивляется, а то и сердится, когда слышит рассказы о способах «отъёма денег у государства»: там встать на учёт по безработице, там подкальмить, а тут, глядишь, и пособие подоспело. «Ну позорище же! Зачем врать? Почему нельзя просто честно и на совесть работать?»

Можно. Очень даже можно: в свои почти сорок Андрей это доказал себе, своей семье (она, впрочем, нисколько и не сомневается в этом) и окружающим. Конечно, мечталось о жаловании повыше, как и о жильё получше.

Кстати, о жильё. Наскрёб Андрей денег, помогли родственники, купил домик в Прилуках Вологодской области, неподалёку от одноимённого монастыря.

— Дом — это тебе не конура в многоэтажке. Дом — там ты хозяин, а не этот — «квартиросъёмщик»! А участок! Какая ещё магазинная картошка, когда своя есть,



родная?! Ладно, в этом году картошка больше смахивает на горох, мы её «картофель черри» прозвали, но всё равно своя же. А баня! Настоящая русская баня, не тазик в ванной. Печка русская опять же — не лучше ли она всяких там электро- и газовых плит?! И еда вкуснее в ней получается, — утверждает Андрей.

Так что ничуть Андрей о покупке дома не жалеет, несмотря на прибавившиеся хлопоты. А семья — та вообще счастлива.

Недавно он отправил своих в деревню к бабушке, а сам занялся благоустройством дома. С таким рвением занялся, говорит, что, увидев, в каком состоянии находятся некоторые брёвна, дом решил перебрать. Вот-те и отпуск. С другой стороны, не привык Андрей тратить свободное время на курорты: «Пузом кверху валяться, в идиота превращаться? А смысл? А польза?» Так что, хоть и вздыхая, хоть и поругиваясь иногда, но дело своё делал, дом перебирал, чтобы как новенький был.

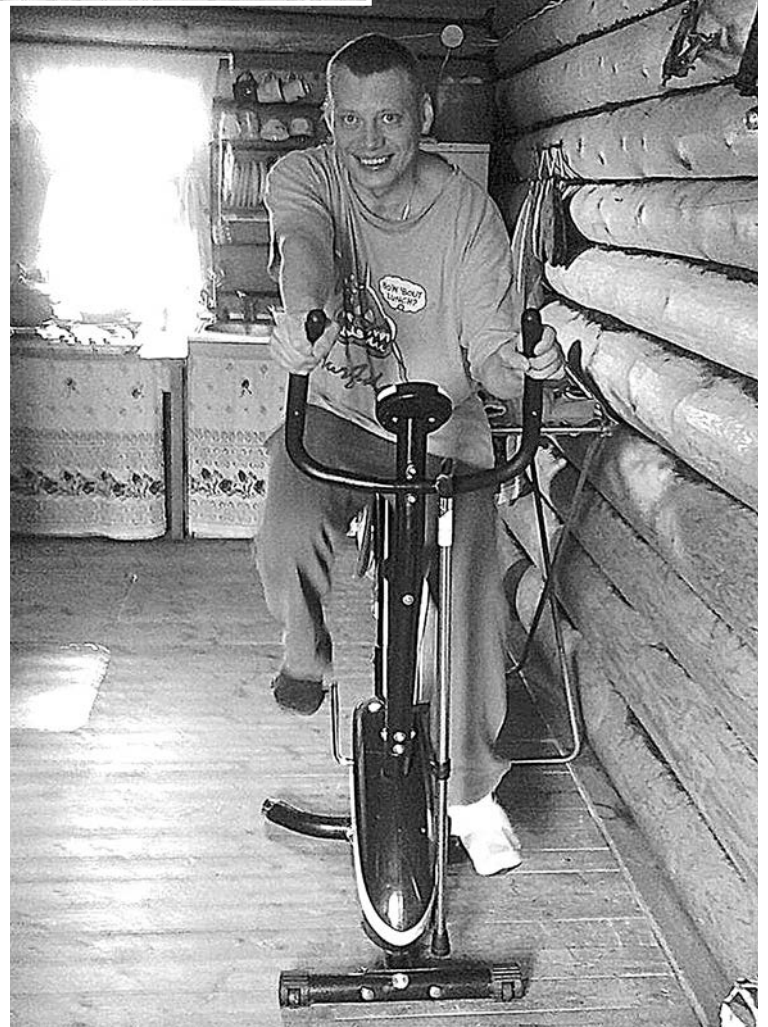
Звонит как-то:

— Подсоби, будь другом, брёвнышко с земли на второй этаж заволочь, — говорит. — А то я в одиночку не справляюсь. В четыре-то руки всяко доквартетим!

Ладно, чего там, взялся помочь. «Брёвнышко», ага. Давненько сельские просторы таких стонов не слышали. Не просто усталость — полное изнеможение. Не так-то просто всё это счастье вынести, да ещё с улыбкой, но вынесли.

А в этот раз, когда мы с ним за осенним столом сидели, поделился новостью. Нашёл, говорит, кое-что, способное не только настроение улучшить, но и в историю поглубже заглянуть.

— А именно: разбирая последний венец дома, под одним из углов я обнаружил монету. Был ведь такой обычай: когда строили дом, клали под его углы монеты, а то и целый клад закапывали. Ну, с кладом пока не очень повезло, зато монета лежит, на солнце сверкает себе спокойно. Не просто монета, а 5 рейхсмарок чеканки 1936 года диаметром 29 мм из серебра 900 пробы, о как! На гурте надпись: «GEMEINNUTZ GENT VOR EIGENNUTZ» («ОБЩЕСТВЕННОЕ БЛАГО ВЫШЕ СОБСТВЕННОГО»), на аверсе изображён Пауль фон Гинденбург, рейхспрезидент Веймарской республики, а задно и фельдмаршал, который до того, как стал президентом, попортил нашим войскам крови на Первой мировой войне в качестве фельдмаршала, командующего германским Восточным фронтом. Правда, после триумфальной для немцев Восточно-Прусской операции, принёсшей Гинденбургу славу и почёт, наши в долгу не остались, и два последующих немецких наступления — Варшавско-Ивангородская и Лодзинская операции — закончились для них полным провалом. Так что, если бы не революция, свиделись бы, наверное, по старинке, в Берлине, что потом и подтвердилось. Но это я так, предполагаю только, рассказывает хозяин.



Как попала германская монета 1936 года (Гитлер уже был у власти) под венец скромного сельского дома, где нынешние дети кормят «цыплятов»? Андрей размышляет:

— Скорее всего, трофейная. Дом был построен в 1946 году. Сомневаюсь, что до войны жители нашего села спокойно ездили в фашистскую Германию, брали там серебряные пятак и спокойно же возвращались домой. Нет, думаю всё-таки трофейный пятак. С 1945-го визиты в Германию облегчились (сами немцы виноваты), как и вывоз трофеев из неё. Вернулся солдат с войны, привёз трофей. Всем показывать-рассказывать да хвастаться не будешь, не то время. Вывод: не проще ли и не безопаснее ли положить этот пятак под

венец строящегося дома?

Куда девать монету?

— Продавать? Э, нет! В рамках этот пятак, в рамках, детям и внукам на память. Пусть смотрят, историю учат, как семейную, так и отечественную!

А недавно у Андрея случился инсульт. Поначалу чуть ли не паника, не отчаяние: как так — молодой мужик, а тут без движения чуть не месяц пролежал. Повторяю, об этом мы рассуждаем, уже сидя за широченным столом в его горнице, которую обогревает новая, построенная Андреем печь. Знаете, чем он победил болезнь? Во-первых, говорит, заботой мамы, супруги, сестры и друзей, которые ни на минуту его одного не оставляли, детей и дом под надзором держали. Во-вторых, какой-то здоровой злостью, что ли: чай, мир — не курорт, не для постоянного отдыха жить сюда явился, так не пора ли поправиться? В-третьих, спокойной уверенностью в том, что Бог не оставит, и постоянным трудом. Начал с маленьких упражнений, потом плавно перешёл к простой работе по дому, а сейчас почти вернулся к прежним способностям.

— Вот только избыточно надеяться на собственные силы не стоит: с умом, с осторожностью надо к здоровью относиться, — смеётся.



Пётр ДАВИДОВ.

<https://vk.com/citylifeout>

Вред влажных салфеток

Современные технологии и успехи различных отраслей промышленности предлагают нам множество новшеств, они постепенно входят в нашу жизнь, и спустя какое-то время уже становится непонятно, как раньше люди жили без этих нововведений. К примеру, сейчас уже сложно представить себе человека, который не пользуется интернетом или мобильной связью. Даже в отдалённых глухих деревнях уже постепенно осваивают эти «блага цивилизации». Однако если без интернета и мобильной связи в современном мире действительно может стать грустно, то существует множество других новшеств, без которых мы, казалось бы, могли вполне обойтись. Одно из таких изобретений — влажные салфетки. Почему они обрели такую популярность? Быть может, люди стали ленивы настолько, что лишний раз сходить и помыть руки стало проблемой? А может быть, влажные салфетки — это на самом деле панацея от многих вирусных заболеваний и патогенных микроорганизмов, которыми кишат общественные места? Попробуем разобраться, чего же здесь больше — вреда или пользы. Или польза, как обычно, исключительно для тех, кто этими салфетками успешно торгует?

Влажные салфетки в современном мире весьма популярны. Родители, озабоченные наличием на руках своего ребёнка микробов и бактерий, буквально готовы каждые две минуты использовать влажные салфетки. Это кажется очень удобным, а самое главное — позволяет обезопасить неокрепший организм ребёнка от атак различных микробов. И просто удивительно, как ещё совсем недавно детям хватало обычного мытья рук после улицы и перед едой? Влажные салфетки так же популярны в различных заведениях общественного питания, в медицинских учреждениях и особенно среди путешественников,

которые не имеют возможности в любой момент помыть руки. На продаже влажных салфеток делается миллиарды ежегодно. К примеру, в Великобритании от продажи влажных салфеток производители получили прибыль более 500 миллионов фунтов. Оказывается, на заботе о чистоте кое-кто неплохо зарабатывает.

Впрочем, забота о чистоте может быть и в гипертрофированной форме. К примеру, есть такое заболевание — обсессивно-компульсивное расстройство, когда человек по причине беспокойства в своём уме вынужден совершать одни и те же «ритуальные» действия, чтобы это беспокойство устранить. И наиболее частая форма расстройства — постоянное мытьё рук по причине страха заразиться чем-либо. Вот уж на ком можно заработать, продавая таким людям влажные салфетки. Если заядлый курильщик может за день выкурить пачку сигарет, то человек, страдающий обсессивно-компульсивным расстройством с навязчивым мытьём рук, может за день использовать до пяти пачек влажных салфеток. И это не преувеличение — есть тяжёлые формы заболевания, при которых человек моет руки каждые 10–15 минут. А теперь посчитайте, какую прибыль один такой «чистюля» может принести производителю влажных салфеток. Это, конечно, больше частный случай.

Но стоит отметить, что в большинстве своём использование влажных салфеток неоправданно. К примеру, придя в кафе, человек всегда имеет возможность сходить в уборную и вымыть руки. Но зачем, если можно вытащить салфетку, размазать грязь по рукам и приступить к трапезе? Так что мы в этом случае очищаем? Свои руки от грязи? Или свой ум от беспокойства, выполняя вполне формальное действие?

Таким образом, польза от салфеток весьма сомнительна. В 9 из 10 случаев, когда нужно вымыть руки, есть возможность сходить и

полноценно их вымыть, то нет необходимости прибегать к влажным салфеткам. А вот что касается вреда салфеток, то он вполне ощутимый.

Влажные салфетки вредны по нескольким причинам.

• Вред окружающей среде

Влажные салфетки содержат в своём составе пластиковые волокна. Распасться такая салфетка будет примерно столько же, сколько пластиковая бутылка, —

ют их, принимая за медуз или других животных. Что потом происходит с таким животным, можно себе представить.

• Засорение канализационных систем

Многие люди, ошибочно полагая, что состав влажных салфеток немногим отличается от состава туалетной бумаги, думают, что салфетки так же беспрепятственно пройдут по канализационным трубам. Но это заблуждение.



десяти лет. Большинство из нас не задумывается об этом, но продукты нашей жизнедеятельности вроде таких вот салфеток никуда чудесным образом не испаряются после того, как мы их бросаем в мусорный бак возле дома или в урну на улице. Эти отходы просто свозятся в специальные места и там накапливаются. И жизненное пространство нашей планеты не безлимитно. Что же касается салфеток, то, попадая в окружающую среду, они часто становятся «пищей» для животных. Животные, по ошибке принимая салфетки за продукт питания, поедают их и погибают в страшных мучениях. К примеру, если салфетки попадают в водоёмы, то обитатели рек, морей и океанов часто поеда-

ют их, принимая за медуз или других животных. Что потом происходит с таким животным, можно себе представить.

• Вред для организма человека

Влажные салфетки содержат ряд консервантов, ароматизаторов и т. д., которые могут причинить серьёзный вред коже, а проникая сквозь поры, отравить организм. Особенной опасности подвергаются дети, организм которых очень чувствителен к разного рода интоксикантам. Химические вещества, которыми богаты влажные салфетки, являются сильнейшими раздражителями для кожи и могут спровоцировать такие болезни, как хроническое раздражение кожи, аллергические реакции и контактный дерматит. Влажные

салфетки содержат в своём составе такой компонент, как метилизотиазолин, который и способствует развитию дерматита у тех, кто регулярно пользуется влажными салфетками.

Особенно он губителен для восприимчивой детской кожи. И если уж нужно срочно помыть руки, то лучше использовать простой смоченный платок — от него будет намного больше пользы, а вреда не будет вовсе.

Достаточно изучить состав, который подробно изложен на упаковке салфеток, чтобы понять, насколько это сомнительный способ для очищения. В составе присутствуют этиловый и изопропиловый спирты, которые оказывают крайне разрушительное воздействие на кожу, а при высокой концентрации могут даже нанести ожоги. Фталевая кислота, которая также содержится в составе салфеток, способна проникать через кожные покровы и накапливаться в печени и других органах. Лаурил сульфат натрия, без которого часто не обходится производство влажных салфеток, также оказывает разрушительное воздействие на кожу, вызывая зуд и сухость.

• Распространение бактерий

Как ни странно, но салфетки не борются с бактериями, а, наоборот, способствуют их распространению. После того, как мы вытерли руки или какую-либо поверхность, все бактерии остаются на салфетке и чудесно размножаются в благоприятной влажной среде. Как показывают исследования, состав салфеток вовсе не убивает бактерии, а, наоборот, создаёт благоприятную среду для их размножения.

Таким образом, вред влажных салфеток весьма очевиден, а вот польза — довольно сомнительна. Гораздо эффективнее и безопаснее просто помыть руки с мылом, а если нет такой возможности, то хотя бы просто вытереть платком. Это будет гораздо более эффективно и безопасно для здоровья.

www.oum.ru

Добрая обертка



Eden's Paper — обёрточная бумага для подарков, которая призвана хоть немного послужить природе.

Во-первых, изготавливается из вторичной бумаги, а во-вторых, в «тело» бумаги вшиты различные семена. После использования её можно посадить и вырастить себе пучок помидоров, салата или что приглянется (рисунок обёртки подскажет то, что должно вырасти).

Бумага послужит семенам защитой и удобрением.

https://vk.com/eco_sfera



9 способов

использовать меньше пластика

Пластик — самый распространённый вид мусора на планете. В Тихом океане существует дрейфующее мусорное пятно размером с Австралию.

Вот несколько простых способов уменьшить количество пластика:



1.

Пейте из стеклянных или металлических стаканов или чашек.



2.

Используйте фляги или термобутылки (как у велосипедистов). Перестаньте покупать воду в пластике!



3.

Ешьте металлической или деревянной ложкой и вилкой. Носите их с собой.



4.

Покупайте игрушки из натуральных материалов.



5.

Ешьте из обычной посуды (стекло, керамика) или одноразовой бумажной.



6.

Повторно используйте стеклянные банки вместо пластиковых лотков.



7.

Используйте многоразовые тканевые сумки или авоськи для покупок. Откажитесь от одноразовых полиэтиленовых упаковочных пакетов.



8.

Сортируйте отходы.



9.

Покупайте продукты в стеклянной или бумажной таре. Избегайте пластиковой упаковки.



«Пьяный» лес в Рязанской области

На окраине Шиловской земли среди дородных боров прячется необычный лесок, где каждая сосна кривит стволом на север. Исследователи аномальных явлений на что только не грешат.

За скрученные будто в петли стволы заезжие туристы дали лесу преобидное название. Даже на Куршской косе в Калининградской области схожую аномалию нарекли танцующим лесом, рязанские же сосны прозвали не иначе как пьяными. Видимо, не в последнюю очередь ещё и за то, что Пьяный лес зажиточный горожанин вряд ли обнаружит без проводника.

Верную дорогу к месту знает рязанский краевед Андрей Гаврилов: покидаем Шилово в направлении Касимова, проезжаем насквозь Борок, Иньякино, Сельцо-Сергиевку и поворачиваем по указателю влево на Дубровку, на окраине которой сворачиваем на юг. Дорога режет лесной массив, по правую руку в котором предстаёт удивительная картина. Сосны, будто подкошенные, стволами стелются по земле, изгибаются в дугу и, как по команде, в полутора метрах от поверхности устремляются вверх.

Гаврилов поведал, что сия посадка появилась здесь не так давно — сосенки и берёзки высадили 50 лет назад. Пьяным лес сделан на трёх участках, и, по словам краеведа, местные придумали простое и самое популярное тому объяснение — невероятной силы вихрь 1971 года. Только почему ураган тот согнул, а не поломал несчастные деревца, сельчане помалкивают. Прознали про чудной бор и столичные искатели паранормального.

Гаврилов помнит, как московские гости расчленили аппаратуру и деловито достали электронный компас. Выхлопом, как и полагаются у телевизионщиков, явилась очередная сенсация: как бы трезво оценивая загадки Пьяного леса, заезжие экстрасенсы наказали чистить энергетику этого мёртвого места, ведь якобы здесь и техника отказывается работать, и голова. Собрав сливки истории в сюжет-шумиху, столичные журналисты ни на шаг так и не приблизились к разгадке тайны.

Тем временем лес продолжает свой кривой рост, будто и не заметив приезда гонцов за сенсациями. Но вырасти такой лес две тысячи лет назад, без внимания не остался бы. В те времена Рязанскую землю населяли языческие племена финно-угорских народов. Это они оставили нам в наследство живучие имена рек и озёр — Ока, Пра, Ермишь, Мокша, Унжа.

Народы эти вели с лесом свой разговор, развешивая на ветвях вековых берёз ленты-узелки.

Вот что говорит краевед Гаврилов:

— Стволы деревьев в Пьяном лесу изгибаются под воздействием вполне известных причин: мыто с вами знаем, что в нём скакала Бура-Яга, — хитро улыбается специалист по лесным духам, руководитель шиловского этнокультурного центра «Заряна».

В рязанском эпосе Бура-Яга (не путать с Бабой-Ягой) сохранилась как злобная и крайне опасная старушонка, сеявшая смерть, безжалостно пожирая несчастных живых. Она появлялась на огнедышащем коне, прыжки которого порождали огненный вихрь. Поговаривают, что и между словами «Бура» и «буря» существует прямая связь.

Древний житель Прарязанщины, если верить историку Даркевичу, леса боялся и по возможности рубил, расчищая на месте уны-



лых чащоб светлые поляны. Приговаривали, что в берёзовом лесу хорошо веселиться, в сосновом — молиться, а в еловом — удавиться. Лес одаривал людей дровами и стройматериалом, но при этом таил немало опасностей. Славяне причисляли лесу колдовские силы: мол, укрывались в нём Соловей-разбойник, рыскали волки, хозяиничал косолапый.

Славяне верили, что в дремучих лесах скрывались враждебные силы. Совсем недоброе чудилось им в чащобах, среди вывороченных корней-искорей. Историк Василий Ключевский утверждал, что русский человек «никогда не любил своего леса»: «Безотчётная робость овладевала им, когда он вступал под его сумрачную сень».

Сонная, дремучая тишина леса пугала его; в глухом, беззвучном шуме его вековых вершин чудилось что-то зловещее; ежеминутное ожидание неожиданной, непредвиденной опасности напрягало нервы, будоражило воображение. И древнерусский человек населил лес всевозможными страхами. Лес — это тёмное царство одноглазого Лешего, злого духа-озорника, который любит дурачиться над путником, забредшим в его владения».

И лишь умелые охотники, лесорубы и углегожи знали к лесу подход. Лесом жили, лесом ходили: враждебная глухомань превращалась для знающих людей в живой сложный организм. Многовековая война закончилась победой людей за явным преимуществом. Доказано, что во времена Киевской Руси заливные луга Оки были покрыты непроходимой дубравой, на месте которой сегодня безкрайнее поле. Увидеть



его можно на всём протяжении от Рязани до Полян.

Лес рубили нещадно: сосну на избу, берёзу на дрова, липу на ложки, дуб на мебель, древесину пережигали на золу — поташ, а из комлей гнали дёготь, который в эпоху до открытия нефти служил предком машинного масла. Дёгтем смазывали ступицы колёс телеги, натирали кожаные сапоги и мазали раны.

В современный век тонкой химии и синтетических лекарств народная медицина всё ещё проникает в официальную — зловонный дёготь придаёт особый аромат мази Вишневского. Так или иначе, но дёготь и поташ довершили процесс тотальной вырубке леса.

В XX веке появился грандиозный проект по спрямлению реки Пры: предлагалось прокопать единый канал с целью безпроблемного сплава древесины. И если бы этот план был претворён в жизнь, удивительная река с водой цвета крепко заваренного чая была бы уничтожена навсегда.

После долгих веков нападков и гонений рязанский лес заметно поредел и помолодел. В 1388 году митрополит Пимен описал местность на западе Рязанщины как безлюдный лес, где «зверей множество — лоси, волки, медведи, лебеди, бобры». На их месте сегодня сплошь распаханное поле.

Современная наука Пьяный лес вниманием не обошла. Учёные-географы Рязанского госуниверситета имени Есенина взяли поразмыслить и приблизились к разгадке тайны шиловского криволеся. Чтобы понять суть явления, нужно познакомиться с сосной поближе. Сосна свой возраст

не скрывает, и пилить её ради этого не нужно. Достаточно посчитать число мутовок, то есть мест на стволе, откуда дружно во все стороны растут ветки. Каждый год у сосны вырастает прямой участок ствола с мутовкой веток на верхушке.

Если у вас дома стоит искусственная «ёлка», вы тоже теоретически можете подсчитать её возраст — он равен общему числу уровней веток. Как правило, их от четырёх до семи. Правда, у искусственной ёлки все пролёты на стволе одинаковой длины, чего в природе, конечно же, не бывает. В естественной среде длина каждого участка ствола между ветками разная и строго зависит от качества роста верхушкой на запад.

Вот и приглядевшись к соснам криволеся, специалисты кафедры физической географии РГУ обратили внимание, что с высоты двух с половиной метров гнутые стволы сосен дружно выпрямляются, выдавая серию из тридцати пяти мутовок.

Отсюда учёные делают вывод, что примерно с 1980 года в жизни Пьяного леса наступил период трезвости. Нижняя искривлённая часть ствола содержит запись о пяти-шести необычных годах в жизни леса, когда невероятная по мощности сила заставила молодые деревца расти верхушкой на запад.

Подозрительным оказался и другой факт: самые старые деревья в кривом лесу имеют здоровые, правильные прямые стволы. Значит ли это, что стихия коснулась только молодых деревьев возрастом до пяти лет? Именно такое подозрение озвучивают учёные. Географы подняли данные о климате конца 1970-х и результа-

ты геологического бурения в районе Дубровки. И тогда сомнения отпали. За несколько лет до московской Олимпиады погода сотворила несколько аномально влажных лет, чередуя снежные зимы с дождливым летом.

Пьяный лес на тот момент представлял собой молодую посадку сосен с короткими корнями, которые не были способны противостоять стихии. Под ногами у сосен лежит толстый слой песка, а под ним непроницаемые для воды глины. Серия влажных лет пропитала песок водой, и в один момент началось скольжение.

Участок леса площадью с футбольное поле пришёл в движение и принялся медленно соскальзывать, делая перерывы в сухое время года. Стволы молодых сосен склонились на запад. Процесс несколько раз повторялся. За короткие периоды покоя вершины сосёнок успевали направить ствол вверх. Так, по разумению учёных, и возник Пьяный лес.

Пьяный лес сегодня рассматривается как претендент на включение в перечень объектов природного наследия Рязанской области со статусом «памятник природы». Лесорубы не особо зарятся на извилистые стволы, из которых ни избы не сложить, ни горбыля напилить. Правда, лес этот могут просто спилить, а на расчисти высадить новый, по возможности прямой.

Потому учёные и озаботились вопросом охраны гнутого бора, кривыми стволами запечатлевшего информацию об изменении климата в XX веке. Если загадочный лес наделит статусом памятника природы, тогда уж точно можно будет не беспокоиться, что Пьяный лес на Шиловской земле когда-нибудь окажется в дровах.

Версия учёных, конечно, убедительна, однако до конца не объясняет, отчего у некоторых в Пьяном лесу заряжаются безнадежно севшие телефоны, проходит головная боль, теряется чувство времени и пропадают лучшие кадры с фотоаппарата. Может, потому, что, впервые оказавшись среди сосен, согнутых в рюмку, становишься немного рассеянным, а может, и впрямь что-то есть. Леший его знает.

Людмила РУБЦОВА,
Алексей ВОДОРЕЗОВ
<http://dostoyanie.info>



Фото 1. Здесь через год будут грядки!

Наш лесной огородик

Мое знакомство с природным земледелием началось в 2005 году, когда в Уфе в здании Рембыттехники открылась лавка волшебных инструментов и зелий, загадочных, доселе неизвестных, за которыми выстроилась большая очередь! Мне было 15 лет, а стояла я в очереди со своей мамой.

Жили мы в Уфимском районе и начали применять некоторые техники природного земледелия, в первую очередь мульчирование. Конечно, тогда я не вдавалась ни в какие подробности, приезжала с учёбы на выходные и делала, что скажут — полоть, поливать...

Первые шаги были сделаны: мы не пахали. Но только сейчас поняла главную истину природного земледелия: его нужно применять только комплексно, чтобы получить максимальный эффект — здоровье для земли и большой урожай! А тогда мы клали слишком мало мульчи, приходилось полоть и много поливать, и совсем не сеяли сидератов.

Но вот прошли годы, я закончила учёбу, вышла замуж, и мы с мужем в 2013 году в свои 23 года бросили работу, сняли дом в деревне и уехали туда жить. Взяли участок — будущее поместье в селении Родовых поместий Чик-Елга, что в Архангельском районе нашей славной Башкирии.

Нам достался участок в лесу, но мы о таком и мечтали: 1,5 га земли, западный склон Уральских гор, позади глухой лес, а сам участок бурно зарос растительностью — вековыми дубами, липой, берёзой, ольхой, вязом, с малюсенькими не заросшими островками. Я предполагала, что с огородом будет трудно, но энтузиазм — великая сила!

Первый год

В первый год огородом даже не планировали заниматься. Мы жили далеко от участка, в деревне и только начали строиться. Зато ненароком было сделано главное — на месте будущего огородика, на маленькой полянке в окружении деревьев, были разложены стройматериалы. На следующую весну, когда стали убирать стройматериалы, увидели: на их месте была почти очищенная от сорняков земля. И у меня были первые грядки!

Пришлось срубить несколько берёз, чтобы хоть как-то пустить свет на полянку. Опытные деревенские жители меня пугали, что под берёзами ничего не растёт. «Интересно, а под срубленными растёт?» — думала я.

Думать времени у меня было много — маленькая дочка на руках, и это стало плюсом. Я изучала все вестники Клуба, читала книги, а делать быстро не могла, это уберегло от многих ошибок и лишней работы.



Фото 2. Рассада под чудесным тёплым светом

В первый год результат по урожаю был небольшой, но дал огромное количество опыта, и я изучила разные участки наших 1,5 га.

Выводы того года: морковь, посеянная без перекопки, выросла маленькая, но выросла. И она сделала главное — разрыхлила землю. Грядку после её уборки не нужно было даже плоскорезить! Морковка является отличным первопроходцем! А вот тыквы и кабачки, о которых я так мечтала, не выросли совсем. Я посадила их в кучи привезённого перегноя, а эти кучи просто пересохли — и всё. Если бы я накрыла их плёнкой, возможно, что-то получилось бы.

Главное открытие: в лесной земле, освобождённой от деревьев, ничего просто так не растёт. Земля под деревьями очень рыхлая, и ведро воды, вылитое на землю, просачивается молниеносно прямо к корням деревьев, очень глубоко! Так, видно, и задумано, деревья формируют себе такую землю!

Сложности участка

Слишком рыхлая почва в одних местах, луговина с дерниной в других. Мало света, на каждой грядке свет ложится по-разному. Огромные корни от срубленных деревьев и многолетние корневища мать-и-мачехи, сныти, папоротника...

Что делать в таких случаях?

Мы решили мульчировать землю, смешивать её с органикой, чтобы гармонизировать структуру в верхних слоях; наблюдать за посадками, что где может расти; сеять сидераты; делать бордюренные грядки, чтобы отсеять корневища деревьев и дикие растения, которые просто поглощают посеянные растения.

Следующий год был уже серьезнее

Мы жили уже поближе, и я посадила разные виды капусты в качестве первопроходцев. Выкопала лунки, посадила рассаду, пространство между растениями за-

крыла толстым слоем травы, постоянно мульчировала. И на следующий год там были шикарные грядки. Сделала первые стационарные грядки из досочек своими руками. Именно там получилось вырастить немного овощей, зелени.

Высадила рассаду помидоров без всяких укрытий, просто так, «в лесную землю». Именно тогда поняла, что «просто так» ничего не вырастет. Помидорок я не дождалась, это был 2016 г., год засухи. Картошка пропала без вести в посаженных лунках. Зато узнала несомненный плюс нашего огородика — деревья не дают вымерзнуть растениям в возвратные заморозки весной.

Весна 2017 г.

Мы уже жили в своём доме на участке. Настал звёздный час использовать все знания, руки чесались. Корпела над видеосеминарами, делала конспекты. Урожай начинается с семечка, поэтому я, вдохновенно прочитав лекцию об этом своему мужу, получила лампу для досвечивания рассады «Рефлекс». Думаю, что это один из ключевых факторов урожая того года. Получилось вырастить

рассаду, которой никогда доселе не видела.

Томаты переросли в ту затаенную весну, но не падали, стояли «на своих ногах». Баклажаны и перчики, бархатцы и базилик чувствовали себя очень хорошо под чудесным тёплым светом!

Места хватило всем: 24 корня томатов, 8 перцев, 8 баклажанов, базилик, цветы, а в конце апреля поставили рядом с досветкой ещё и саженцы, и даже им было хорошо.

Ну и, конечно, эксперимент (фото 3). Перчик слева рос на подоконнике без досветки. Результат налицо!

Конечно, всему виной ещё и биопрепараты. Замачивала семена и регулярно опрыскивала растения биоккоктейлем. Всё лучшее — «детям»!

Затяжной весной 2017-го, когда остальные огородники уже сеяли-сажали, на нашем огороде лежал ещё метровый слой снега, поэтому рассада переросла. Пришлось у половины томатов отрезать верхушки. Только оставила я не корни, а именно верхушки! В воде с препаратом «НВ-101» верхушки томатов очень быстро нарастили корни, и я их снова посадила, они быстро отросли, благодаря чему помидоры у меня потом в грядке были с самого низа!

Но нужно отметить, что те помидоры, которые я не обрубала и высадила полуметровыми, скручивая длинную нижнюю часть, дали помидорки раньше. Перцы и баклажаны начали зацветать дома, я убрала все первые цветочки, тем самым растения продолжили рост и дали потом хороший урожай.

В общем, лампа «Рефлекс» — это чудо. Делает растения невероятно сильными, красивыми! А ещё мы посчитали и поняли, что расход у неё почти как у обычной лампочки, поэтому в 2018 году она у нас заступила на пост уже в феврале, ещё и вместо света на кухне (в связи с этим мы не обрачива-

ем место с рассадой фольгоизолированным для отражения).

Пока нет рассады томатов, лампа светит земляничке, прекрасно взошедшей в торфяных таблетках, зелени, розам, гороху и бобу, посаженному дочкой, базилику, пересаженному с осени из открытого грунта. И нам просто нравится её свет: он живой, на кухне всегда светит маленькое солнышко и поднимает настроение в пасмурные дни! Когда высажена рассада томатов весной, подсветка продолжает работать. Кабачки и тыквы, фасольку и горох тоже выращивала рассадой, и до высадки они также стояли под досветкой.

Итак, наступила весна. Наконец-то растаял снег, и я приступила к самому значимому. Из семинаров поняла, что, если у тебя нет теплицы, но хочется получить урожай, нужны тёплые грядки. Это просто волшебная технология. Если вы ещё их не делали, то сделайте обязательно. Муж сделал два короба-грядки из плоского шифера, и я выделила их под тёплые.

Сначала это выглядело вот так некрасиво (фото 4), несмотря на то, что вниз был уложен дренаж, в грядке стояла вода. Наполняла отходами с кухни, сухими листьями и «расковыряла» старую липу. Надо сказать, у меня были сомнения, когда разгребала лунки среди куч неперепревшей органики и «брусков» липы, что это всё даст питание растениям уже в этом году.

Но благодаря чудесным микроорганизмам органика «растаяла» и успела дать питание растениям. Главное — не забывать пересыпать слои органики микробиологическим препаратом «Сияние» (фото 5), да и потом, высаживая растения, пролить водой с «Востоком».

Высадила рассаду томатов и базилика на одной тёплой грядке, а баклажанов и перцев — на другой, сделав в массе органики лунки и наполнив их обычной землёй. Хорошенько замульчировала. Дорожки позже тоже хорошенько замульчировала. Лучше всё это сделать заранее и дать грядке прогреться, накрыв её парником, но я и так запоздала и высадила рассаду через пару дней.

Ещё один потрясающий приём, который оценила, — это аккумуляторы тепла. Плакали бы мои помидоры в минусовую температуру мая, если бы не рукава, разложенные по центру парника, и куча бутылок с водой (фото 6). Бутылки заливала водой не полностью, чтобы оставить их так зимовать и не наполнять заново на следующий год.

Когда томаты выросли и их пора было подвязывать, а на улице стояли холода (был холодный май) и убирать парник было рано, бутылками подпирала растения. В какой-то момент некоторые то-



Фото 3. Эксперимент



Фото 4

только узкие грядки, но ввиду ограниченного места под огород не удержалась и сделала первые грядки широкие. А ещё для того, чтобы менять местами тёплые грядки, ведь размер парников регламентирован. Но в этом году хочу сделать побольше узких гряд под овощи.

Морковь

Посеяла морковь, хорошо приминая бороздки и проливая их водой до посадки семян. Мор-



Фото 9. Грядка моркови с луком



Фото 5



Фото 6.



маты всё-таки посинели, но опрыскивание биоккоктейлем («Здоровый сад», «Экоберин», «Восток») творит чудеса!

Урожай

Так выглядела тёплая грядка с томатами в конце июня (фото 7). Весь июнь трепались томаты на холодном ветру, поливаемые ледяными дождями. Мне горестно было смотреть в окно! Но сильная рассада и тёплая грядка сотворили чудо!

В августе помидоры всё равно пришлось снять, опять начались холода, и роса в лесу была, словно прошёл дождь. Томаты стояли на «голых ногах», были замульчированы, и всё равно пошла фитофтора.

На будущее сделала вывод: горчицу как сидерат для томатов и защиту от фитофторы лучше сеять не сразу после высадки рассады, а так, чтобы в августе уже стоял молодой ковер горчицы, или сеять вторым сроком, тогда шансы фитофторы сойдут к нулю.

Томаты были собраны. Листья почернели, мне некогда было обрабатывать и спасать кусты. Но к концу августа, когда снова пошло тепло, верхушки томатов зазеленели и дали ещё два ведра (!!!) помидорчиков со всей грядки, ещё и почти все вызрели на кусту. Удивлению моему не было предела.

В общем, тёплые грядки невероятно оправдали себя. Надо ли говорить, что ко мне ходили на экскурсии, чтобы посмотреть, как могут расти томаты в открытом грунте в такое холодное лето. Все спрашивали сорта, но мыто с вами знаем, что не в них дело, а в сильной рассаде, тёплой грядке, аккумуляторах тепла, сидератах и биопрепаратах. Ещё поливала растения травяным настоем, но всего пару раз, так как лето и так было заливное.

В тёплой грядке сама взошла



Фото 7.

тыква, обогнала в росте всех своих собратьев и дала две огромные тыквы и три поменьше. Я накрыла её корни прямо в тёплой грядке полиэтиленом, чтобы она не сгнила. Одна из тыкв-гигантов хранится дома до сих пор. В этом году хочу подсадить в тёплую грядку дыни.

Базилик сажала в тёплую грядку с томатами в открытом грунте. Высаживала двухлетний базилик, зимовавший дома на подоконнике. Оставляю пару кустиков зимовать дома, чтобы в июне уже лакомиться базиликом.

Тёплая грядка с перцем и баклажанами порадовала не меньше. Я собрала ведро перцев с куста, последние аж в октябре!

А ещё в тёплых грядках в июне поселились под плёнкой мышки и начали обкусывать верхушки перцев и огурцов. Придумала приспособление: отрезаю от полиэтиленовой бутылки дно и горлышко, чтобы получился цилиндр, и надеваю на растения. Мышки больше не смогли обкусывать растения.

Кустов баклажанов осталось мало, их как раз обкусили мыши, но те, что остались, раскинулись и дали урожай. Хорошо, что я убирала все первые цветы на перцах, иначе плоды сформировались бы низко и их бы съели мыши (как было у меня годом ранее).

Была уверена, что сделаю



Фото 8: Урожай

ковь взошла очень дружно, хотя и густо, но мне понравилось (фото 9). Прореживала, когда уже наросла малюсенькая морковка, и дочка была несказанно рада сладеньким морковушкам! А деликатесная ботва вся ушла на салаты и зелёные коктейли.

Горох и фасоль

Горох и фасоль кустовую посеяла рассадой. Дала прорасти се-

менам в земле дома, а как только выросли маленькие растюшки, то их высадила. До этого весь горох и фасоль исчезали в грядках безследно. А тут мороки немного, зато готовые растения в грядочке сидят!

Гороха было очень много, а когда он отошёл, дал место разрастись и отплодоносить кустовой фасоли. В следующий раз буду сажать горох в разные сроки.

Огурцы

Для огурцов соорудила такой вот парник (фото 12), используя шпалерную сетку, чтобы не мучиться с подвязыванием. Подвязала только надёжнее саму сетку к опорам, чтобы она не провисала, а огурцы плелись сами. Огурцы посадила в перегной (коровий), и это оказалось гораздо хуже, чем тёплая грядка. Огурцами мы наелись, но ведрами не собирали.

В этом году буду сажать только в тёплые грядки, которые у меня уже готовятся с осени. Я выгребла



перегной на обычные грядки, и всю зиму мы носим пищевые отходы с кухни сразу на место тёплых грядок. Весной лишь останется сделать лунки с землёй, пролить Эмочками и посеять сидераты.

На огурцах была мраморная пятнистость, но благодаря опрыскиванию биоккоктейлем урожай мы получили. Вместе с огурцами рос корневая сельдерея, который получился средненьким.

Чеснок

Провела эксперимент с чесноком: посадила пару рядков двухъярусной посадкой. Пожалежала, что весь так не сделала. Получился двойной урожай чеснока. Вырастить что-то первый раз в жизни самой — это такое счастье, непередаваемое чувство восторга!

Картошка

Картошку проросила в кокосовом субстрате и посадила под сено. То, что выросло, было очень вкусным, остальное съели грызуны! Для картошки будем готовить обордюрные защищённые грядки, иначе вырастить картофель в нашем лесу никак не получается.

Тыква и кабачки

С тыквами и кабачками было не всё так просто в 2017-м дождливом году. Грядку у меня для них не было, и я посадила их следующим способом: выкопала небольшие ямки диаметром метр-полтора и носила туда свежие отходы с кухни, листья, траву, сверху насыпала землю, получились такие «тёплые холмики», замульчировала и накрыла плёнкой. Правда, накрыла не все холмики, всё боялась, что под плёнкой на солнце земля слишком сильно разогреется и растения там сгорят. Но через две недели разница между покрытыми и не покрытыми плёнкой растениями стала очевидной, и я накрыла все. Результатом осталась довольна: плёнка в жару образовывала конденсат и не давала пересыхать холмикам, а когда полили дожди, защитила от излишней влаги!

Вокруг разложила картон, чтобы не проросли сорняки.

Это последний сбор кабачков, тыкв и перцев в октябре (фото 13). Кабачки у меня очень сильно портили «звери», оставляли полосы зубов хомяки или кроты. В этом году хочу посадить кабачки в обордюрную грядку, снизу защитив металлической сеткой. И парочку посадить просто в землю для животных. Хочу заметить, что кабачки смогли все зарубцеваться и некоторые хранятся до сих пор.

Окончание на стр. 14.

Наш лесной огородик



Фото 13: Октябрь. Последний сбор урожая

Окончание. Начало на стр. 12.

У меня была мечта — вырастить свои тыквы и кабачки (до этого мне два года это не удавалось) и всю зиму наслаждаться своими овощами. Для меня они оказались одной из самых сложных культур. Ведь надо вырастить, чтобы не сгнили, и защитить от грызунов. Тыквы и кабачки даже биоккоктейлем опрыскивала. Но способ с плёнкой спас меня в то лето.

Случайный эксперимент

К середине лета в нижней части огорода подсохло место для ещё двух грядок. Хотя это и склон горы, но некоторые места сильно заболачиваются, особенно в зливные годы. Сделала деревянные бордюры. А в земле было так много корней, что, пока выкапывала их, получилось, что вскопала грядку почти целиком. Грядка стала высокая и пушистая.

Вторую грядку проскребла плоскорезом, не борясь с корнями.

На вскопанную грядку посеяла морковь в середине июля, думала, что урожай пойдёт на хранение. Но опять полили дожди, и морковь там выросла вся кривая, в отростках. В этой грядке стояла вода, земля уплотнилась от дождей и потом покрылась пыреем, которого я доселе вообще не видывала. В общем, увидела воочию, что бывает при копании (только хуже делаешь)!

На второй грядке, по которой просто прошлась плоскорезом, посеяла репку и свеколку. И вот на этой грядке выросли небольшие красивые овощи, как раз для хранения (фото 15). А какая шикарная была ботва! Учитывая то, что в ботве больше витаминов, чем в самих овощах, я всю её бережно высушила и использовала в зелёной кулинарии.

Прекрасная выросла морковь, посаженная весной в бордюренную грядку (фото 14). Такое ощущение, что с этой грядки три урожая сняла, пока прореживала. И последнюю морковь убрала, пока она не переросла. Сорт



Фото 14

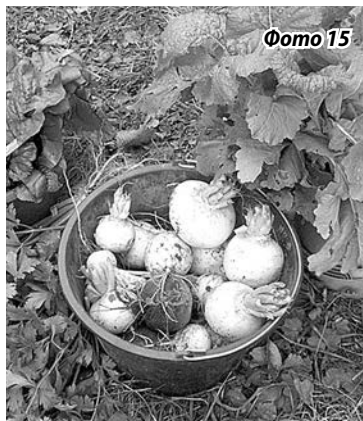


Фото 15

Карамелька меня очень порадовала, спасибо сотрудникам Клуба, что подсказали. А какая выросла красивая ботва! Её хватило на всю осень и зиму, мы делали зелёные коктейли каждый день! Морковку просто тянула рукой из земли. Пришла за морковкой и «нечаянно» собрала весь урожай, так понравился процесс.

Вместе с морковкой собра-

ла свой первый удавшийся лук со стационарной грядки. Тот, что сажала в обычную грядку, остался таким же севком к концу сезона.

Лук, кстати, — единственная культура, от которой отгребла мульчу в то дождливое лето. На остальных грядках практика показала, что с мульчой лучше, так как земля не забивается и не спрессовывается от дождя.

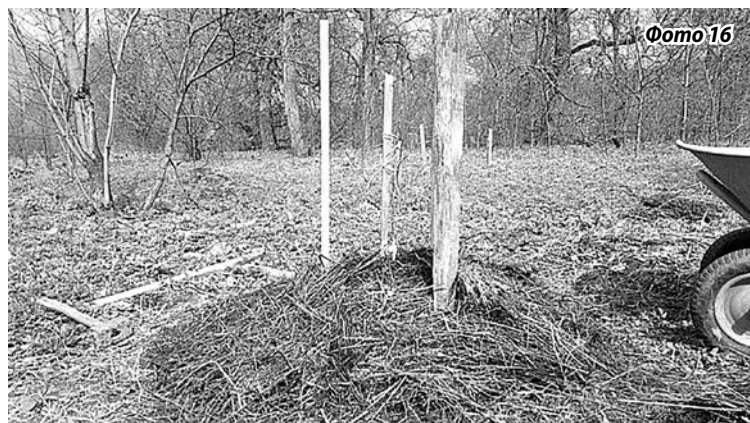


Фото 16

Ах, да, четыре грядки капусты в 2017 году у меня съели зайцы. Поэтому буду сажать капусту на гряды под укрывной материал. Ещё меня удивило, что в том году выросли прекрасные кочаны

Место под будущие грядки укладываю картоном, и за один год сорняки исчезают.

Несколько слов о саде

Все плодовые деревья, кедры, орехи мы сажаем на пологие холмы (фото 16). Землю переворачиваем дёрном вниз, укладывая в 2–3 слоя. Холмы получаются даже по полметра, но к осени оседают. Все саженцы хорошо прижились, цвели в первый же год (цвет убрали) и дали хороший прирост. Даже плодовые кустарники,

посаженные чуть выше земли, ведут себя по-другому. Вокруг всех саженцев деревьев треугольником вбиваем колышки и окутываем укрывным материалом. Так образуется микроклимат, деревца не колышутся от ветра и очень быстро и хорошо развиваются. Зимой это ещё и защита от зайцев. А справляться с вредителями нам помогают птицы и биопрепараты.

Итоги

Я очень рада, что у меня до сих пор нет теплицы, потому что есть возможность научиться получать урожаи в открытом грунте и понять растения. А ведь такие плоды вкуснее, они напитаны энергией. А о теплице, конечно, мечтаю, это будет новая глава в моём огородничестве.

Подводя итоги, хочется сказать самое важное, что поняла, — это насколько сильны природа и растения! Под зноем, холодными ветрами и дождями, битые градом с куриное яйцо, они растут, стараются! Человек и растения на самом деле гораздо сильнее, чем мы думаем.

Верьте в себя, друг в друга, в свои растения, и у вас всё получится! Применяйте методы органического земледелия, они реально работают.

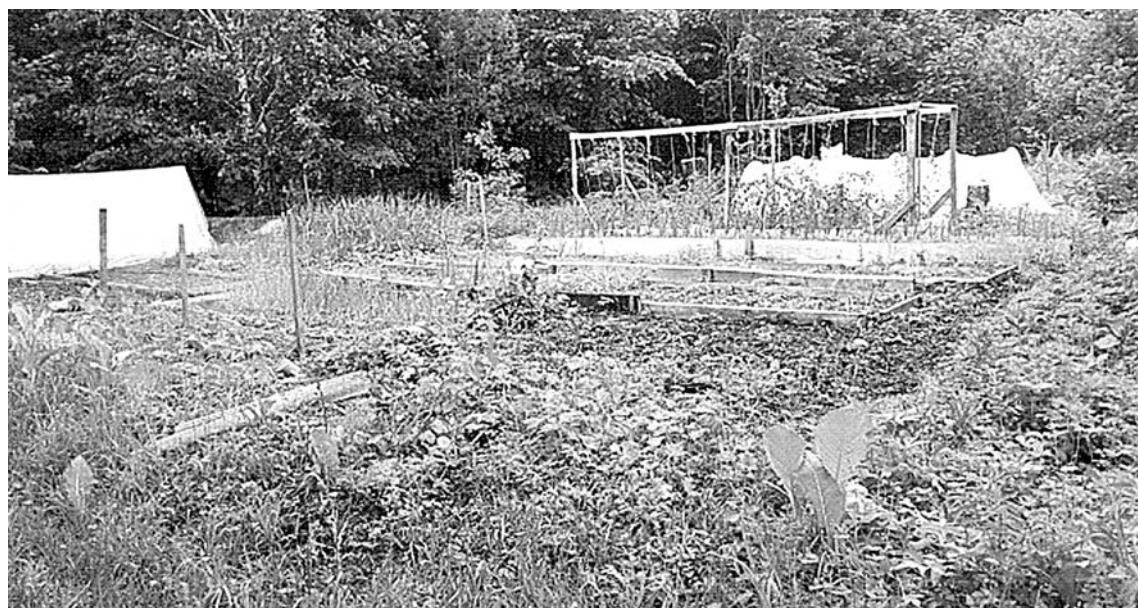
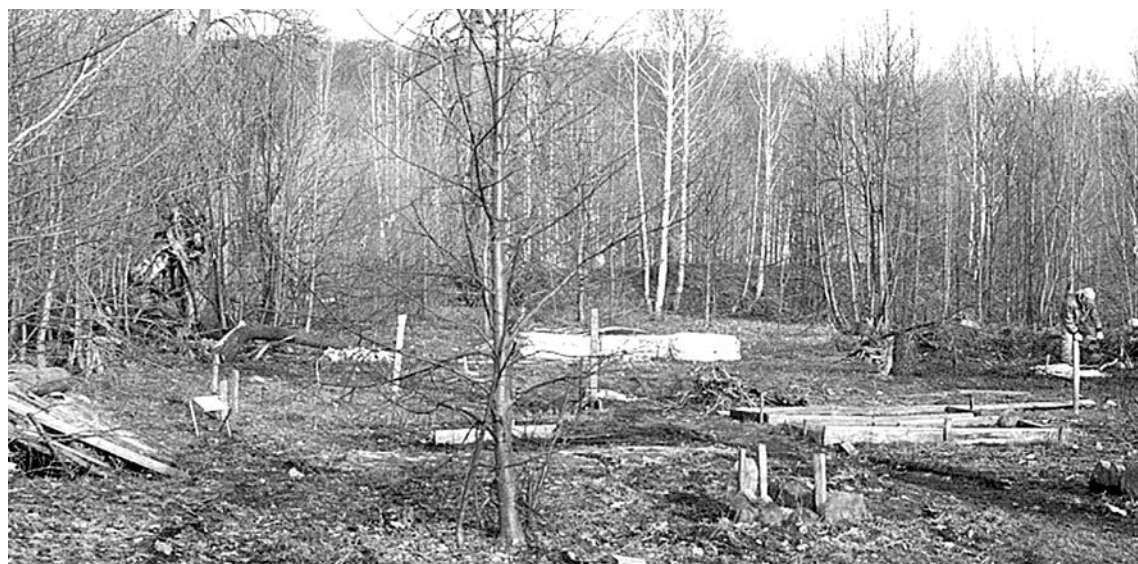
Всех вам благ, хороших урожаев и здоровья для всей Земли!

Хочу выразить огромную благодарность всем сотрудникам Клуба «Ваше плодородие» за отзывчивость, в особенности за консультации по телефону и любезность. А также моему дорогому мужу за совместное творение нашего огорода и сада!

Анастасия АРЯМНОВА

Селение родовых поместий
Чик-Елга, Башкирия

Заняла 1-е место в конкурсе
«Огород в ладу с природой»-2018
<http://konkurs.plodorodie.ru/nash-lesnoy-ogorodik>





Надёжный способ подготовки семян к посеву

«Ч то посеешь, то и пожнёшь», — гласит поговорка. Семена должны быстро прорасти и давать дружные всходы. Ведь качество семян — это 50% успеха.

Мы долго экспериментировали, как подготовить семена, чтобы рассада была здоровой, всходы появлялись дружно, имели иммунитет к различным патогенам, хорошо приспосабливались к разным условиям. И нашли такой способ, как одновременно обеззаразить семена, повысить их всхожесть и силу прорастания и получить здоровую, сильную рассаду в будущем. Способ надёжный и подойдёт для проращивания семян баклажанов, томатов, перцев, огурцов, арбузов, дынь, крупных семян цветов.

1. Рассматриваем семена. Если они окрашены зелёным, синим или розовым цветом, то такие семена уже готовы к посеву. Их можно сразу в землю сеять. Не цветные семена обязательно переберите, выберите самые крупные и чистенькие.

2. Раскладываем семена по пакетикам из хлопчатобумажной ткани (10x10 см). Сначала удобнее пакетики «смастерить» и пронумеровать соответственно сорту, а потом в них класть семена.

3. Обеззараживаем семена. Для этого нам потребуются:

- «Фармайод» — 1 мл,
- «Фитолавин» — 0,5 мл,
- вода — 200 мл,

• два шприца на 2 или 3 мл.
Эти средства должны быть всегда в нашей садовой аптечке, они эффективно борются с различными болезнями растений. Берём 1 мл «Фармайода» (природный антисептик) и размешиваем в 200 мл чистой воды. Добавляем 0,5 мл «Фитолавина» (биологический препарат, естественный антибиотик, борется с возбудителями гнилей). Хорошо размешиваем и замачиваем в этом растворе сухие семена на 30–40 минут, затем хорошо промываем в проточной воде. Шприцы для обоих препаратов лучше брать отдельные. В итоге получаем здоровые семена.

4. Напитываем семена влагой. Промыв семена, часть воды не сливаем, а выдерживаем семена 1–2 часа.

5. Будим и защищаем семена. Семена нужно разбудить, тогда они быстро и дружно всходят. «Будильник» для семян — это биоккоктейль, которого достаточно приготовить пол-литра, а защита — настой препарата «Сияние-2». Полезные бактерии «Сияние-2» повышают устойчивость к болезням не только семян, но и в дальнейшем рассады. Для растений они как полезная вакцина для человека.

Рецепт биоккоктейля:

- «Здоровый сад» — 2 гранулы,
- «Экоберин» — 2 гранулы,
- «НВ-101» — 1 капля,
- вода — 500 мл.

Смешиваем все компоненты. Биоккоктейль хранится не более

12 часов. У вас останутся излишки биоккоктейля, им можно полить комнатные растения.

Настой препарата «Сияние-2»:

- вода — 300 мл,
- «Сияние-2» — 1 чайная ложка,
- сахар — 1 чайная ложка.

В бутылку с тёплой водой (22–24°C) добавляем сахар и «Сияние-2». Плотнo завинчиваем крышкой. Даём настояться 12 часов в тёплом месте. После приготовления настой может храниться 10 дней в холодильнике.

В равной пропорции смешиваем биоккоктейль и настой препарата «Сияние-2». Заливаем полученной смесью пакетики с семенами и выдерживаем 20–30 минут, затем промываем, слегка отжимая.

6. Ставим семена в тёплое место (около батареи) на проращивание. Можно, конечно, сразу посадить в грунт, но мы всегда предварительно семена проращиваем и высаживаем только проклюнувшиеся. Так мы получаем 100% всхожесть.

ВАЖНО! Матерчатые пакетики для семян должны быть постоянно умеренно влажными (при отжимании вода не должна с них капать). Необходимо каждый день проветривать семена, что, в прин-

ципе, мы и делаем, когда проверяем, появились всходы или нет. Пакетики не должны пересыхать. Если такое произошло, их нужно снова замочить в воде на пару часов. Особенно важно при проращивании не допускать пересыхания семян баклажанов. Также для проращивания можно переложить семена в увлажнённые ватные диски.

Применяя такой метод, семена всегда дружно и быстро прорастают, а рассада получается здоровая и выносливая.

Наши результаты

- Семена огурцов проросли через 24 часа — 100%.
- Семена перцев — через 60 часов (на 3 сутки) — 70%.
- На четвёртые сутки проросли 50% семян баклажанов и 70% семян томатов. На 5 сутки проросли 90% всех семян.

Может быть, такой способ подготовки семян покажется слишком утомительным, долгим. Но мы пробовали отдельно обеззараживать семена, замачивать в биоккоктейле и в настое «Сияние-2».

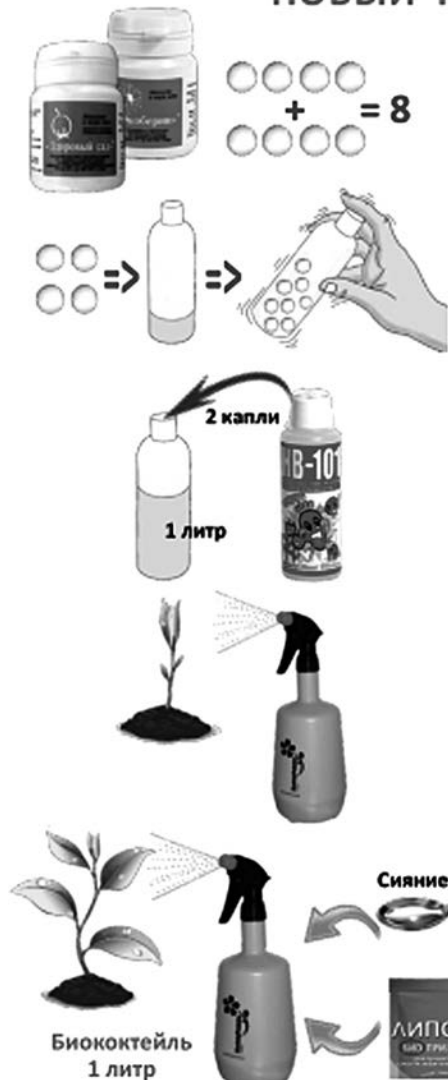
Однако лучший результат и лучшую рассаду мы получили, когда стали всё делать в комплексе.

Юлия ПРИДАННИКОВА,
ведущий специалист Центра
природного земледелия,
увлечённый садовод
г. Курган

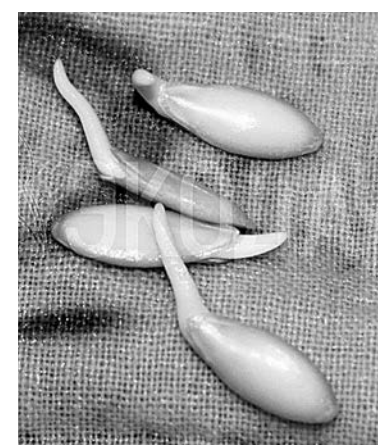
<http://sianie45.ru>



НОВЫЙ РЕЦЕПТ БИОКОКТЕЙЛЯ



- Возьмите 4 гранулы «Здорового сада» и 4 гранулы «Экоберина».
- Добавьте к небольшому количеству воды (примерно 50 г) и интенсивно встряхивайте до полного растворения гранул (примерно 1 минуту).
- Налейте воды 1 л, долейте раствор с растворенными гранулами и добавьте 2 капли НВ-101
- Биоккоктейль готов. Опрыскивайте им все растения на участке один раз в 7-10 дней. Биоккоктейль не хранится. Его нужно использовать целиком в день приготовления.
- Увеличить эффективность биоккоктейля помогают «Сияние-1» (1 ч. л. на литр) и «Липосам» — биоприлипател (1/5 пакета).



А у нас в поселении...

Здравия всем Творящим! Вся моя семья родом из Архангельска. Во Владимирской области мы выбрали землю для Родового поместья (дочь замуж вышла и всех нас перетянула, когда ждала первенца). Здесь я работаю в сельской школе учителем музыки и руководителем Клуба любителей песни и туризма «Весёлый ветер». Ходим с детьми в походы, проводим творческие встречи, выступаем на концертах, ездим на фестивали.

До того, как переехать в поместье, написала несколько песен, а сейчас они не пишутся, наверное, потому, что мечта о переезде сбылась. Зато написала рассказ о жизни в поместье. Представляю его читателям. Название «Окол(ы) зелена сада была укатана гора» заимствовано из масленичной (горочной) песни, а эпитафия — из описания масленичных гуляний И. П. Калинским («Церковно-народный месяцеслов на Руси»).

Наше ПРП Лучистое находится в Вязниковском районе Владимирской области, в 20 км от районного центра г. Вязники, в 120 км от Владимира и Нижнего Новгорода. Асфальтированная дорога ведёт до самого ПРП.

Поселение наше небольшое, всего 37 га земли для 24 семей. Свободных участков 8. Земля пока в аренде, до конца 2020 года мы войдём в населённый пункт д. Паустово (деньги администрацией уже выделены).

Зимую пока только я одна (муж работает в Архангельске, приезжает). Семья сына живёт в деревне Паустово по соседству (меньше 1 км), поэтому внуки бывают часто. У меня четверо внуков (11, 9, 7 и 5 лет).

Приезжают зимой и другие поселенцы, те, кто живёт недалеко: покатаются на лыжах, на горах, пообщаться.

Детей у нас много: у Валентины с Александром тоже четверо, а у Светланы Уренской — семеро!

Приглашаем к нам в поселение тех, кто ценит тесное (семейственное) общение. Детям здесь очень нравится: свобода, чистота — и родителям (бабушкам-дедушкам) тоже: спокойствие, безопасность для детейшек, общение.

У нас всё рядом! В Паустове на первое время есть всё, что нужно семьям с детьми: детский сад, школа (99 учеников), футбольное поле, спортзал по субботам (в школе), небольшая речка Суворовщ (в бассейн детей возят в город на школьном автобусе по средам), 5 магазинов, поликлиника, Сбербанк, почта, воскресная школа, клуб, библиотека, ателье. На каток мы ездим все вместе в Вязники, а летом на плотину поплавать, так как речка наша хороша для малышей, безопасна.

Очень хочется наполнить Лучистое звоном детских голосов, совместными делами, дружными семьями не только по выходным!

«Окол(ы) зелена сада была укатана гора...»!

«Звал-позывал честной Семик широкую Масленицу к себе в гости на широк двор»

Начало первой зимы в Родовом поместье выдалось снежным.



Сосны в тяжёлых шапках, шубах сторожили тишину, а ветер время от времени беззастенчиво раздевал их и приносил лай деревенских собак и детские голоса.

Очень кстати пришлись новогодние подарки — лыжи, потому как выбраться в деревню ближайшим путём по занесённым-переметённым тропкам-дорожкам можно было лишь по колено в снегу, что утомляло чрезвычайно. Но и радовало тоже: земля-матушка одета, не вымерзнут молодые деревца, да и уютно под богатой белоснежной шубой зимующим в спячке.

Немая тело, попавшее в дело, быстро адаптировалось к физическим нагрузкам. Убирать снег, то пушистый, лёгкий, то спрессованный неотступным ветром, то тяжёлый, набрякший влагой, но всегда чистый, с запахом свежести, доставляло удовольствие. К тому же к работе периодически подключались гостившие по выходным сын и вну-



ки. По возбуждённым звенящим голосам, одухотворённым лицам мальчишек от совместного труда с отцом было видно, что и им такая работа в радость. Быстро выросла гора, запланированная с осени для масленичных гуляний. Но ни сын, ни я, ни тем более мальчишки не приступали к формированию горки, довольствуясь незатейливой, механической работой на свежем воздухе.

Архитектурную часть работ взял на себя приехавший из города на новогодние праздники наш уважаемый дедушка Вова, мой муж Владимир Николаевич с присущей ему неторопливой вдумчивостью два дня ходил вокруг горы с лопатой, в результате чего беспорядочное нагромождение снега прев-

ду на себя: скоро, скоро гора станет ледяной! Соберутся все четверо внуков, прибудет из деревни их друзья, и весёлая, яркая жизнь заполнит шумной радостью поместье и всё окрест!

Дело заливки заметно продвинулось после приезда гостей: 70-летние городские туристы с энтузиазмом таскали вёдра, заливали горку и вспоминали своё нелёгкое, но радужное детство.

И вот гора весело заблестела ледяной коркой. На «ватрушках» на животе, на коленках, на ледяных санках, вдвоём и по одному, «паровозиком» и «кораблём» мы с мальчишками съезжали вниз, а потом неслись наперегонки обратно. Но соперничать в весёлом шуме с горкой в деревне, куда собирались малыши с родителями, и крутой горой в овраге, где катались в выходные дни ребята постарше, наша рукотворная горка не могла. Зато вечером в уютном семейном кругу, очерченном освещёнными ярким фонарём соснами, мы отдыхали от школьных умственных нагрузок, неподвижного времяпрепровождения за компьютерами, катаясь с нашей горки.

Как-то раз январская погода выкинула номер: два дня подряд на тонкий слой свежего снега лл мелкий, но непрерывный дождь, который замерзал, едва касаясь поверхности. Пришлось удлинить полосу пробега горочного транспорта, проделав в сугробе тоннель, так как скорость полёта с горки резко возросла.

На этом сюрпризы погоды



ратилось в основательную, широкую и абсолютно ровную горку. Осталось дожидаться морозов и аккуратно залить не утрамбованный ветрами и временем снег. Ждать не было мочи!

Горка заливалась весело и методично. Начало положили несколько одиночных вёдер остуженной до ледяной корочки воды. Каждое утро, выходя убирать снег, кормить кур и носить дрова, я выставляла на улицу ведро с водой. Пока не было горы, вода расходовалась на моржовые обливания. Нетерпеливое желание поскорее начать катания не позволяло тратить подготовленную во-

не закончились. В начале февраля повалил пушистый снег, который тут же спрессовался сильным, до 20 м/с ветром. Через пару дней бесноватого ветра основную дорогу в поселении, занесённую и утрамбованную снегом, почистили вызванные на помощь трактор и грейдер; по тропинкам-дорожкам в деревню я пробиралась на лыжах, проваливаясь на каждом шагу. На широкое же дворе поместья убирать такое количество снега мне одной было невыносимо, а сын и внуки приезжали только в выходные. Поэтому посреди двора появилась вторая гора снега, не ниже, чем первая. Предназначе-



ние для неё с ходу определили внуки: она идеальная для игры «Царь горы»!

Чисто мальчишеская игра «Царь горы» заключается в борьбе за вершину горы. Поиграв с внуками пару раз, я поняла, что не девичье это дело — стелать с горы друзей и самой слетать с неё, порой вниз головой. Всё же в первые же выходные, по настойчивой просьбе пацанов собравшись большой компанией (все четверо внуков, сын, зять и я), мы начали игру. Зять, абсолютно не конфликтный человек, вызвался запечатлеть баталью для истории на фото, категорически отказавшись воевать. Команды разделились таким образом: сын с младшим внуком против меня, старшего сына и двух племянниц. Подступиться к сыну, вооружённому внуком, как богатырь бревном, было проблематично. Мы лезли вверх, слетали вниз и снова лезли, теряя силы от усилий и смеха. Младшая Злата более всех горела желанием биться, но обижалась на любое движение против неё самой. Игра быстро затухла, не разгоревшись. Общее фото всё же удалось сделать, хоть и не полным составом: поймать внуков всех разом в одном месте — задача невероятно сложная!

До Масленицы ровно месяц. Предполагается, что гора для «царя» значительно вырастет и есть вероятность, что преобразится в снежную крепость; горка для катания сохранит или

улучшит (во всяком случае не ухудшит) своё ледяное полотно; основная дорога поселения будет доступна для пешеходной прогулки младших школьников, приглашённых на масленичный «разгуляй».

Мастер-классы по изготовлению соломенной куклы-масленицы, катания с гор под «горочные» песни, защита снежной крепости, жаркие состязания в силе, смелке, ловкости, чаепитие с блинами вдохнут свежую струю в жизнь поместья и однозначно приблизят весну-красну.

А ребяташки прикоснутся к чуду родной природы, незаметному, может быть, в плотно населённой деревне; к крупинкам старины, аутентичным песням, сохраняемым у нас в поселении Родовых поместий Лучистое неравнодушными к красоте и простоте наследия наших предков бабушками. Прикоснутся к силе Рода, к тайнам времён года и времени жизни.

Галина КУКЛИНА

ПРП Лучистое,
Владимирская область,
Вязниковский район

¹ Масленичная (горочная) песня. Записана от Марии Исааковны Кожевниковой, 68 лет, в деревне Каменка Мезенского р-на, В. В. Митрофановой, 11.08.1958 г. РО Институт русского языка и литературы (ИРЛИ), к. 190, п. 2, № 314, л. 385.



Здравушкины рецепты •



Оксана Мицкевич

г. Бобруйск, Беларусь
na-polyanke@list.ru

Приправа из дикоросов

Приправу из дикоросов можно готовить из любой молодой сочной зелени: звёздчатки (мокрицы), молоденькой сныти или лебеды.

Я беру примерно:

- 100 г сочной зелени дикоросов,
- 50 г очищенного хрена,
- 2 зубчика чеснока,
- морскую соль, яблочный уксус или лимонный сок — по вкусу.

По желанию можно добавить подвяленные помидоры.

Зелень промываем в нескольких водах и подсушиваем на полотенце. Корешки хрена нужно хорошо очистить, затем перекрутить вместе с зеленью и подвяленными помидорами (если есть, конечно). После добавляем морскую соль и яблочный уксус или лимонный сок по вкусу.

Получается очень витаминная и вкусная приправа!

Если хотите, чтобы ваша приправа хранилась дольше, то лучше добавить яблочный уксус. Он будет служить натуральным консервантом.

Приятного аппетита!

Заказать книги О. Мицкевич «Здравушкины рецепты. Сладости для радости» и «Полезные рецепты, вкусные истории. Зима» можно на сайте zeninasvet.ru или позвонив в редакцию.



Забывтая мудрость прародителей

Василиса Новикова

ПРП Ростов, Ростовская обл.

Тел.: 8-928-105-1611,
8-928-199-1910

radosvetodar@mail.ru

Группа в ВК «Душевное — красивое — натуральное»:

<https://vk.com/club146289246>

Меня часто спрашивают: «Почему ты занимаешься именно льном? Хлопок ведь дешевле, и он тоже натуральный!»

Хочу ответить на этот очень важный вопрос. За ним стоит забытая нами великая мудрость наших предков!

Думаю, каждый задумывался над тем, почему раньше на Руси Богатыри рождались и продолжительность жизни была высокой. Ответ — в образе жизни наших предков. Частичку их мудрейшей культуры несёт в себе льняная ткань. Сейчас её всё больше начинают исследовать учёные, и выясняются удивительные вещи:

1. На льняной ткани не уживаются грибки и вирусы! Это особенно важно для детской одежды. Носки и нижнее бельё должны быть только льняными!
2. Если человек регулярно спит на льняной постели, у него поднимается иммунитет!
3. Лен не пропускает химически агрессивную среду и радиацию в значительной степени.

Это очень актуально для жителей городов.

4. Льняная одежда просто необходима тем, кто долго работает за компьютером! Лен защищает человека от излучения!

5. Лен обладает ценнейшими, поистине уникальными гигиеническими свойствами. Например, воздухопроницаемостью. В жару в льняной одежде на 4°C прохладнее, чем в хлопке и шёлке (не говоря уже о синтетике), а в прохладе на 4°C теплее! Поэтому лён подходит для жителей как южных, так и северных районов.

6. Медики считают, что лён способствует снижению простудных заболеваний.

7. Исследования Министерст-



ва здравоохранения Республики Беларусь показали, что льняная одежда способствует интенсивному кровообращению и уменьшению утомляемости организма.

8. Льняная ткань настолько близка человеку, что лучшими нитками в хирургии считаются льняные. Тело их не отторгает, а со временем рассасывается.

9. Хлопок имеет совсем недолгий срок службы, что очень выгодно индустрии, производящей одежду. Раньше льняная одежда служила целым поколениям, оставаясь при этом новой и красивой на вид, оставляя нашим прапрадедам время на песни, хороводы, праздники и творчество!

В наш якобы облегчённый цивилизацией век каждая ли мама успеет вышивать одежду своему ребёнку? А ведь это сильнейший оберег: мамина любовь всегда хранила, ласкала ребёнка, где бы он ни был!

Счастлив тот, кто хоть раз в жизни испытал это ЧУДО — быть в одежде, сотворённой Любовью близкого человека!

Можно найти гораздо больше интересного о льне. Много пишу о его целительной энергетике и энергетически-защитных свойствах. Но так как эта тема труднодоступна, я её не касалась. Каждый может почувствовать сам.

Только хочу обратить внимание на это Чудо-растение, в котором уникально всё! Даже о целительности семян пишу целые книги.

Описывая чудесные свойства льна, имею в виду только 100% льняную ткань. Сейчас же лён ча-

сто смешивают с синтетикой и хлопком, в этом случае ткань меньше мнётся и стоит гораздо дешевле. Но остаётся ли в ней что-то действительно ценное и в какой степени, если ткань, называемая в магазине «льном», содержит лишь 30% льна? Если настойчиво потребовать, продавец в магазине может показать и документы, где написан процент содержания льна в ткани.

Приведу простые способы проверки натуральности льняной ткани.

• **Визуальный.** Материал из льна имеет блестящий вид, тогда как хлопчатобумажные ткани отламываются матовой поверхностью.

• **Тактильный.** Льняные ткани являются довольно жёсткими и вызывают лёгкий холод при соприкосновении с телом.

• **На разрыв.** Для проведения исследования необходимо извлечь нить и разорвать её. Нить льняного происхождения получит остроконечный вид. В случае с хлопком на конце нитки остаётся пушистая кисточка из коротких и ровных волокон.

• **Смятие.** Возьмите нить в руку и сомкните её в кулак на несколько секунд. На льняной нити образуется больше складок в сравнении с хлопчатобумажной.

• **Горение.** Подпалите ткань и подождите несколько секунд. Материал на льняной основе практически не источает запаха, тогда как хлопок дымит и имеет резкий запах.

Мы же стараемся придать натуральной льняной ткани красивый и удобный вид благодаря вышивке, росписи и т. д., чтобы Сила льна служила людям и сегодня.



Подушка от всех болезней

Моя бабушка была большая поклонница садоводства. Бывало, ещё с весны выезжала на дачу за город и всё лето жила там, возделывая грядки и опрыскивая кустарники. В доме тоже всё было садово-огородным: деревянные ложки, глиняные кружки и самое необыкновенное чудо — огромная постель с матрацами и подушками, набитыми душистым сеном.

Спишь на такой кровати не хуже, чем на натуральном сеновале, но определённо намного уютнее. Сны снятся цветные, просыпаешься поутру отдохнувшая да весёлая. Выходит, такая экологическая постель помогает восстанавливать здоровье и возвращает бодрость духа.

Но это ещё не всё. Оказываются, если подойти к организации своего ночного отдыха с умом и выбирать травы в соответствии с «диагнозом», то можно стать намного здоровее. Для этого вовсе не нужно наполнять сеном матрац, особенно в городской квартире, а достаточно просто набить лечебной травой небольшую подушку размером 40x40 см (для лаванды или герани из-за сильного запаха — 20x20 см) и спать на ней.

Выбор ткани для подушки

Ткань должна быть плотной, чтобы трава не кололась, и натуральной — лён, хлопок, шерсть, шёлк.

Мне, например, легче всего достать лён и хлопок, и расцветки у них весьма разнообразны. Чистую шерсть, как и чистый шёлк, в наших краях встретить непросто,



да и цена на них «кусаются». К тому же шёлк часто слишком тонок, что, может, и смотрится красиво, но такая подушка будет колоться и быстро порвётся.

Подбор трав

Травы для наполнителя подбираются в соответствии с желаниями и потребностями.

Травы должны быть свежими и хорошо высушенными, без химических удобрений. Нельзя использовать опрысканные химикатами растения, в таком случае их сразу можно выкинуть, если, конечно, вы не желаете обзавестись аллергиями, проблемами дыхательных путей или дерматитами...

Травы надо измельчить и перемешать перед употреблением.

Особенность травяной подушки в том, что травы быстро слеживаются, поэтому основой для подушки должна быть такая трава, которая «держит форму» и желательна нейтральная — осока, солома, пух иван-чая. Я, впрочем, люблю вереск, но не для всех сборов он подходит.

Травы можно купить в аптеке или собрать вручную и просушить.

Использование подушки

Подушка хранится мало: максимум два года, потом надо менять травяной наполнитель. Кроме того, травяная подушка боится сырости. Если подушка отсырела, выкидывайте её без сожаления, иначе вреда от неё будет больше, чем пользы. Грибки и плесень вовсе не полезны для здоровья.

Когда вы не пользуетесь подушкой, её желательно убирать в полиэтиленовый пакет. Это нужно для того, чтобы запахи не выветривались слишком быстро.

Можно сделать достаточно большую подушку из трав и спать на ней или подушечку поменьше и подкладывать её под свою обычную подушку. Подушечку можно также класть на батарею, тогда её аромат будет распространяться по всему помещению. Не забывайте каждый раз перед использованием подушки встряхивать её.

Однако следует помнить, что длительное применение некоторых трав может привести к разным нехорошим нарушениям. Вот, к примеру, хмель — очень распространённый наполнитель для подушек, но имеет неприятные побочные эффекты: потливость, возбуждение, страх, повышение температуры, боли в области сердца, одышка, могут возникать явления хронической экземы. Ароматы — это тоже лекарства, и их надо принимать правильно!

Лечебные свойства

Лечебные свойства подушки зависят от конкретной травы. Так же, как определённые запахи (та-

кие, как свежий хлеб или ароматные розы) пробуждают приятные воспоминания, так и травы тоже вызывают ассоциации в памяти. К примеру, запах чабреца успокаивает и расслабляет, клевера — снимает усталость, мяты — осветляет разум. Успокаивающее действие имеют ароматы розмарина и чабреца, они хорошо снимают нервное напряжение. Хороший запах у репешка, аромат которого имеет противовирусное действие и рекомендуется во время эпидемий гриппа и ОРЗ. Запах мяты улучшает обмен веществ и обладает противовоспалительным эффектом. Подушка с ароматом лимона оказывает освежающее и бодрящее действие, а с ароматом розы — гармонизирующее. Можно сделать подушку от бессонницы или для сновидений.

Чем набивать думочку

• **СИРЕНЬ.** Собрать листья после цветения. Применять при головной боли и для профилактики простудных заболеваний.

• **КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ.** Собрать во время цветения, высушить. Применять при головной боли, гипертонии. Можно смешивать с листьями сирени.

• **ВАЛЕРИАНА.** Берут надземную часть во время цветения. Применять при бессоннице.

• **ТЫСЯЧЕЛИСТНИК.** Используют цветы. Применять для профилактики и при заболевании гриппом и ОРВИ.

• **ЦВЕТЫ КАЛЕНДУЛЫ С ЛИСТЬЯМИ.** Использовать для профилактики инфекционных заболеваний, при головной боли.

• **ЦВЕТКИ БУЗИНЫ ЧЁРНОЙ.** Собрать во время цветения. Использовать при простудных заболеваниях.

• **ШАЛФЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ.** Сбор надземной части проводят в начале цветения. Использовать при простудных заболеваниях и воспалительных заболеваниях кожи.

• **ЗДРАВЦ-ГЕРАНЬ.** Листья обладают сильным бактерицидным свойством.

• **ГЕРАНЬ ДУШИСТАЯ.** Применяют листья для лечения и про-

филактики простудных заболеваний и при хроническом и остром отите.

• **ЛАВАНДА.** Собираем во время цветения. На подушке не спим, а просто подвешиваем на стене в комнате. Обладает бактерицидным свойством. Кроме того, увеличивает мужскую силу.

• **ЦВЕТКИ ВАСИЛЬКА.** Сбор во время цветения. Используем при бессоннице, стенокардии, гипертонии, головной боли.

• **ТАВОЛГА.** Сбор во время цветения. Применяется при неврозе, бессоннице, депрессии.

• **ПИЖМА, ЦВЕТКИ.** Сбор во время цветения. Пижма прекрасно отпугивает насекомых, эффективна для профилактики инфекционных и простудных заболеваний, также обладает бактерицидными свойствами.

• **БЕРЕЗОВЫЕ ЛИСТЬЯ.** Лучше собирать очень молодые листики в мае. Используем для профилактики простудных заболеваний, при головной боли и как тонизирующее средство.

• **МОЛОДЫЕ ПОБЕГИ ХВОИ.** Собирают в конце мая — начале июня. Используются при лёгочных заболеваниях, как тонизирующее средство.

• **ЦВЕТКИ ТАГЕТЕСА (БАХАТЦЫ).** Срываем соцветия во время полного распускания. Используем при головной боли, простудных заболеваниях.

• **ШИШКИ ХМЕЛЯ.** Собираем осенью. Используем при бессоннице, как успокаивающее средство, при гипертонии, стенокардии.

• **ТРАВА МЯТЫ ПЕРЕЧНОЙ.** Сбор во время цветения. Применяем при инфаркте миокарда, гипертонии.

• **ТРАВА МЕЛИССЫ.** Сбор во время цветения. Используем при неврозе, бессоннице.

• **ТРАВА МАЙОРАНА.** Сбор во время цветения. Применяем как успокоительное и бактерицидное средство.

• **ТРАВА ИССОПА.** Сбор во время цветения. Применяем при бронхиальной астме, простудных заболеваниях, головной боли.

• **ЦВЕТЫ И ЛИСТЬЯ МОНАРДЫ.** Сбор во время цветения. Используем при гриппе, насморке, гайморите и для профилактики этих заболеваний.

• **ЦВЕТЫ И СТЕБЛИ РОМАШКИ АПТЕЧНОЙ.** Сбор во время цветения. Используем как успокаивающее средство при головных болях, неврозах, бессоннице.

• **ЛЕПЕСТКИ РОЗЫ.** Собираем самые ароматные розы, также можно лепестки шиповника. Используем при головной боли, бессоннице, неврозах.

• **ЛИСТЬЯ ТОПОЛЯ.** Собираем в мае, когда листики полностью не распустились. Используем при простудных заболеваниях, при насморке.

• **ТРАВА ПОЛЫНИ.** Сбор в любое время года. Используем для лечения и профилактики инфекционных заболеваний, при головных болях, бессоннице.

• **ЛИСТЬЯ ОРЕХА ГРЕЦКОГО.** Собираем в конце лета. Применяем как тонизирующее средство. Приятных сновидений и долгого здоровья!

<https://iraas.ru>



Кальций в растительных продуктах

Кальций — важный макроэлемент в организме человека, принимает важное участие в процессе свёртывания крови, обеспечивает осмотическое давление крови. Ионы кальция участвуют во многих обменных процессах в организме.

Злоупотребление алкоголем, шоколадом, кофе приводит к дефициту кальция в организме. Между тем избыточное потребление кальция (особенно в виде таблеток) вредно для здоровья, возникает гиперкальцемию. У человека увеличивается свёртываемость крови и уменьшается усвоение цинка.

Содержание кальция в различных продуктах:
Мак — 1460 мг/100 г.

Кунжут — 670–975 мг/100 г.
Крапива — 713 мг/100 г.
Подорожник большой — 412 мг/100 г.
Семена подсолнечника — 367 мг/100 г.
Шиповник — 257 мг/100 г.
Миндаль — 252–273 мг/100 г.
Петрушка — 245 мг/100 г.
Лесной орех — 226 мг/100 г.
Амарант, семя — 214 мг/100 г.
Кресс-салат — 214 мг/100 г.
Фасоль красная — 71 мг/100 г.
В то время как в коровьем молоке его содержание всего 120 мг/100 г, а в твороге — 80 мг/100 г.
Таким образом, салат из крапивы, кресс-салата, петрушки и миндаля даст организму суточную норму кальция.

https://vk.com/travnica_spb





Мими Кирк (родилась в 1938 году) заставила многих взглянуть на сыроедение другими глазами. Своим примером она служит настоящим источником вдохновения для того, чтобы поверить в живительную и оздоровительную силу, которую может давать еда.

Мими доказывает, что в любом возрасте изменение привычек в питании может позволить не только лучше себя чувствовать и выглядеть, но и жить более полноценной жизнью. Женщина делится своими знаниями о сыроедении.

— Когда Вы перешли на сыроедение и являетесь ли стоцентным сыроедом?

— В 69 лет на приёме у врача я узнала, что у меня слишком высокий уровень холестерина и кровяного давления. Кроме того, мои руки были поражены артритом. Я поняла, что необходимо что-то предпринимать, но такого, что, мол, вот сейчас перейду и в дальнейшем буду придерживаться только сыроедения, не было. Скорее, у меня просто не было выбора, потому что в столь серьёзном возрасте уже не имела права рисковать своим здоровьем. Я хотела жить полноценной жизнью. Да, теперь могу сказать, что полностью являюсь сыроедкой. Чтобы прийти к этому решению, понадобилось время, но, когда к этому пришла, назад уже не оглядывалась. Мы с дочерью сразу прошли очистительный курс детокса, и когда два месяца спустя я снова оказалась на приёме у врача, мой уровень холестерина упал на 26 делений, кровяное давление нормализовалось и от артрита не осталось и следа.

— Какие изменения Вы заметили в себе после перехода на сыроедение?

— У меня теперь столько энергии! Утром спрыгиваю с кровати, как 20-летняя. Такое чувство, что с плеч свалилось сразу несколько лет. Все боли исчезли, а кожа выглядит моложе. Человек может ощущать себя молодым и полным жизненной энергии в любом возрасте. Всё зависит от отношения к жизни. Благодаря сыроедению я чувствую себя фантастически!

— Какой рецепт Вы могли бы посоветовать тем, для кого сыроедение чуждо?

— Я посоветовала бы людям начать с того, чтобы каждое утро выпивать зелёный сок-коктейль или смузи. Не надо ни от чего отказываться сразу, просто включите в своё меню один напиток по утрам. Со временем вы заметите, насколько улучшится ваше самочувствие, и это облегчит переход к дальнейшим шагам. После этого съешьте на обед салат, на ужин — приготовленные полезные продукты, а затем постепенно переходите на сыроедение.

Лично мне подходит 100%-ное сыроедение, но если кто-то употребляет сырые продукты в объёме 75–80%, это тоже большой шаг вперёд в отношении собственного здоровья. Самый простой рецепт зелёного коктейля состоит из двух яблок, 4–5 стеблей сельдерея, половины огурца и 3–4 пучков шпината. Если вы используете для приготовления напитка не соковыжималку, а блендер, то для получения нужной консистенции следует добавить воды. В соответствии с сезоном я добавляю в коктейль ягоды, банан или другие фрукты.

— В чём заключается секрет Вашей красоты?

— Прежде всего сон! Говорят, что сыроеды не нуждаются в боль-



В 80 лет в отличной физической форме...

шом количестве сна, но мне нравится спать ночью по 8–9 часов. За это время тело успевает отдохнуть и омолодиться. Вторым пунктом могу назвать кокосовое масло — это единственный продукт, который я наношу на лицо и тело. Полагаю, что очень важное значение также имеет сбалансированное питание. Красота начинается изнутри, я действительно в это верю. Это тот самый внутренний свет, который проявляется и снаружи.

— Что Вы выращиваете в своём саду?

— Различные пряные травы, такие, как тимьян и базилик. У меня растут также кабачки, баклажаны, помидоры и пара различных сортов листовой капусты, шпинат, репчатый и зелёный лук. Нам повезло, что неподалёку расположен хутор органической продукции, могу туда поехать и купить там полный пакет шпината всего за 1,50 доллара.

— Какие советы по питанию Вы могли бы дать на случай поездки?

— Самое главное — постараться проявить себя с лучшей стороны, но и не быть по отношению к себе излишне строгим, если придётся съесть что-нибудь термически обработанное. Я всегда беру с собой в дорогу всевозможные перекусы, особенно, если предстоит авиаперелёт. Орехи и семечки, а также сушёные фрукты — прекрасный перекус. Мне нравится делать из дикого риса и грецких орехов бургеры и заворачивать их в листья салата. Больше всего в поездках мне не хватает моих зелёных коктейлей, хотя в

наши дни их можно делать повсюду. Самое главное — это всё-таки постараться хорошо питаться.

— Как Вы держите себя в форме?

— Я постоянно работаю над собой. Иногда двигаюсь регулярно, но иной раз никак не получается. Мне нравится ходьба, и я считаю, что это очень важно. Мне нравятся йога и цигун, а также поднимать гири. У себя дома я по сто раз в день поднимаюсь по лестнице вверх-вниз, работаю в саду, а отправляясь в магазин, стараюсь припарковать машину как можно дальше, чтобы пройти пешком.

— Что является Вашим любимым лакомством?

— Шоколад. Всегда любила шоколад, но больше не ем его так, как раньше. Теперь я сама делаю шоколад в домашних условиях. Готовлю сырые шоколадные печенки, а также мороженое. Иногда утоляю аппетит на сладкое простым напитком, куда входят сырое миндальное молоко, порошок какао и финики.

— Какой совет Вы могли бы дать 20-летним и 30-летним молодым людям, чтобы сохранить свою молодость и жизненную силу?

— Чем раньше человек поймёт, что пищу — сюда относятся фрукты, овощи и большое количество зелёных плодов — можно использовать как лекарство, тем лучше он сумеет сохранить своё здоровье. Профилактика — лучшее лекарство. Другое дело — образ мыслей. Заботьтесь о себе так, как если бы вы заботились о ком-то из близких. Относитесь к себе с уважением и почтением

и не допускайте негативных высказываний о себе. Мыслите позитивно и будьте по отношению к другим добры. Не воспринимайте жизненные испытания как проблемы, а принимайте их как вызов. Вызов — это интересно, и его надо принимать, а у проблемы всегда негативный подтекст, и это создаёт стресс. Если вы находитесь в стрессе, медитируйте, выходите гулять и очищайте вашу душу от всего негативного, чтобы иметь способность ясно мыслить. Если вы чувствуете себя здоровым, то всё преодолимо. Кроме того, ешьте каждый день много органических и полезных продуктов.

— Ваша семья питается так же, как и Вы?

— На самом деле никто из них не является полны сыроедом, но все мои четверо детей пьют соки. Один — веган и преимущественно сыроед, другой — практически полностью сыроед. Два моих сына также стараются питаться здоровой пищей, и я думаю, что они движутся в направлении к сыроедению. Мои внуки также склоняются в пользу более здоровых продуктов.

— На Ваш взгляд, какие факторы являются ключевыми, чтобы жить в гармонии с природой и со своим телом?

— Думаю, что человеческое тело нуждается в природе. Мы должны ходить по траве и песку босиком и ощущать под ногами землю. Пребывание на природе имеет для здоровья целительную силу. Глубокое дыхание и ощущение единения с природой дают много энергии.

— Как выглядит Ваш обыч-

ный день?

— Сплю до тех пор, пока не высплюсь. Затем иду на йогу или занимаюсь ходьбой на тренажёре или во дворе, потом выпиваю лимонной воды и зелёный коктейль. Я работаю с частными клиентами, даю рекомендации по вопросам здоровья и образу жизни, выступаю с докладами, преподаю на кулинарных курсах по сыроедению, пишу книги (у меня уже вышли три книги) и даю интервью. Много читаю на тему здоровья, работаю в саду, хожу по берегу, смотрю фильмы, провожу досуг с семьёй (у меня семеро внуков), отдыхаю вместе со своим другом и отвечаю на сотни вопросов, которые приходят на мою страничку в соцсетях каждый день.

— Вы поделитесь с нами советами, как вести здоровый образ жизни?

— Откажитесь от обработанных продуктов. Ешьте растительную пищу. Прекратите употреблять в пищу животных, они безощадно страдают только из-за того, чтобы люди могли наслаждаться едой, вкус которой они тут же забудут после того, как их съели. Посвящайте движению каждый день, помогут и 30 минут активной ходьбы. Регулярно выполняйте упражнения на растяжку, дышите глубоко; как можно чаще бывайте на природе и пейте много воды. Мыслите позитивно, прощайте всем, особенно себе. Любите себя таким, какой вы есть. Найдите для себя такие средства по уходу, которые не изобилуют химическими веществами. Не пере едайте. Спите ночью по восемь часов. Любите и будьте любимы и относитесь ко всем по-доброму.

— Как Вы считаете, сегодня Вы находитесь в такой хорошей форме потому, что у Вас хорошие гены или Вы много над этим трудились?

— Вряд ли это гены. В моей семье не все могут похвастаться образцовым здоровьем. Одна из моих сестёр умерла в 50 лет от сердечной недостаточности, две сестры скончались от рака, и только одна сестра ещё продолжает жить. Мой брат умер в 29 лет от лейкемии, у отца был диабет, болезнь Паркинсона и ещё множество других проблем, и он скончался вскоре после наступления шестидесяти. Моя мама прожила до 95 лет, но у неё была гипертония, она перенесла несколько инфарктов, принимала множество лекарств. Я же не принимаю ни одного рецептурного препарата.

www.ksa.ee/blog



Про духовное развитие

Мода постоянно кладёт бочку дёгтя в ложку мёда. Именно так, а не наоборот! Теперь вот и любой чих принято называть «духовной» практикой, чтобы больше людей привлечь. Меня, честно говоря, уже подташнивает от слова «духовность». Практики, к которым готовы далеко не все и которые вообще всем не нужны, теперь превратились во что-то вроде духовного фастфуда, потребляя который каждая пятая тётя Клава пытается найти и непременно открыть у себя третий глаз с помощью советской открывашки или пробудить силу Кундалины, чтобы вовсе отбить и так не приходящее желание в интимной жизни.

Я тоже регулярно практикую и посещаю мероприятия, именуемые духовной практикой. И большинство так и ждёт, когда же я после всех своих «сектантских» манипуляций начну творить неви-

данные чудеса, орудовать шаровыми молниями после трёхдневного ретрита, воспарю над землёй после медитации, начну питаться солнечной энергией, приобрету рентгеновское зрение, начну видеть ауру или хотя бы пройду по воде.

Друзья, всё намного проще. Мне очень нравится китайская поговорка: «Легко быть святым, сидя на горе Тай-Шань. Гораздо сложнее оставаться святым, сидя на базаре...».

Так что же такое эта «святость»? Что такое «духовное развитие» и что конкретно оно развивает?

Итак, духовное развитие — это

- когда ты начинаешь испытывать любовь не только к тем, кто ходит с тобой на йогу, но и к тем, кто стоит перед тобой в очереди на почте;
- терпимость к новенькой кассирше, которая слишком медленно пробивает товар;

- не доказывать, что «бабы не умеют обращаться с автомобилем», а просто подойти и помочь на заправке или сделать так, чтобы жена водила лучше;

- равное отношение к живым существам, будь это люди, коровы, муравьи, и непричинение им вреда по возможности;

- принятие своей свекрови такой, какая она есть; отсутствие упреков в адрес невестки за неглаженные рубашки;

- не давать советов, когда тебя не спрашивают, и не пытаться навязать помощь, о которой не просят;

- пребывая вегетарианкой, спокойно смотреть на то, как муж ест шашлык, от которого он не хочет отказываться;

- когда ты не примеряешь на себя чужую язвительную критику и имеешь внутреннюю силу для того, чтобы не отвечать;

- когда ты не афишируешь свою благотворительность в со-

циальных сетях;

- направить мужа на принятие верного решения и не присваивать себе эту заслугу;

- не делить продавцов на узбеков и русских. Не делить людей на толстых и худых, на вегетарианцев и мясоедов, на христиан и вайшнавов;

- когда ты отказываешься от кофе, чтобы подать нищему;

- когда ты почитаешь своих родителей и даже если отношения с ними испорчены, помогаешь им через других людей;

- когда ты умеешь черпать энергию из разных источников, не беря её в долг у алкоголя, энергетических напитков и крепкого кофе;

- когда ты однажды понимаешь, что можно танцевать в ночном клубе и без выпивки.

Все эти чудеса — избавление от колеса Сансары, просветление через миллион жизней — бессмысленны, потому что имеет смысл только эта, настоящая, а не какая-то там другая жизнь. Жизнь, которая заключается в повседневных простых вещах. Без умения гармонично её построить теря-

ется смысл любых духовных практик.

Нет необходимости в расписанных тренингах. Наша жизнь — самый эффективный тренинг. Не обязательно практиковать Випассану, чтобы научиться не отвечать хамством на хамство. Практикуйте в самых простых ситуациях, развивайте наблюдательность и внимательность к себе, к людям и окружающему миру.

Вся наша жизнь есть духовная практика, которую составляют тысячи мелочей.

Ксения ЯНКИНА

<https://vk.com/life.move>





Нравственно-культурная сторона беременности



Существует поверье: если будущая мама хочет родить красивого, счастливого и здорового ребёнка, ей следует окружать себя во время беременности красивыми, вдохновляющими вещами, творить, больше быть на природе, любоваться пейзажами, лицами красивых людей. И если углубиться в историю, то родители многих известных и успешных личностей в разной степени верили и соблюдали эту примету (например, мама Одри Хепбёрн, известной британской актрисы).

Внутриутробно малыш имеет тесную связь с матерью — физическую и психоэмоциональную. Поэтому любые внешние обстоятельства, благоприятные и не очень, влияют на ребёнка.

По роду своей профессии я становлюсь свидетелем жизненных ситуаций женщин и вижу, какое влияние они оказывают на исход беременности и родов.

Одной такой историей мне хотелось бы поделиться, так как она является наиболее показательной.

Прекрасная мама Н. троих желанных деток занимается духовными практиками, пропагандирует ненасилие, вегетарианство. Мы с ней рожали её третьего малыша: роды были быстрые, лёгкие, в по-

токе, без травм и разрывов. Мальчик появился на свет крупным, сильным, энергичным. Такие роды — подарок для любого врача и акушерки. Поэтому, когда Н. сообщила мне о четвёртой беременности, я незамедлительно вызвалась её вести. И каково же было моё удивление, когда мама Н. завела речь об аборте! Аргументами были: финансовые проблемы, боязнь «не потянуть» четверых детей, пошатнувшееся здоровье, ну и, конечно же, гнёт со стороны родственников и мужа. Встал тяжёлый выбор: согласиться на прерывание беременности и пойти на поводу у родных или довериться Богу, своему материнскому сердцу и сохранить беременность. И она выбрала жизнь.

Нужно понимать, что любые мысли, процессы, происходящие во время беременности, а особенно мысли об аборте, не проходят без последствий.

Я принимала её четвёртые роды, и они коренным образом отличались от третьих. Затяжные, со слабостью родовой деятельностью, малышка как будто не хотела рождаться. В итоге пришлось маму простимулировать, так как у ребёнка началась гипоксия. Роды закончились благополучно, но путь был длинный и совсем не простой. В итоге девочка оказа-

лась самым болезненным ребёнком в семье.

И такого рода историй у меня накопилось немало.

Почему так произошло? Действительно ли так повлияли мысли о прерывании беременности или непонимание родных и отсутствие поддержки мужа — главного мужчины в её жизни? А может, Н. так и не смогла себя простить за то, что была готова избавиться от своего ребёнка? Правильные ответы знает только Бог.

Но я уверена в том, что есть взаимосвязь между мыслями женщины, её образом жизни и последующим протеканием беременности, родов, здоровьем и крепостью малыша в будущем. Любые нерешённые конфликты, затаённые обиды в первую очередь на мать и мужа влияют на роды и ребёнка. Все невыговоренные эмоции, как одна сплошная туча, давят на человека, вводят в состояние депрессии, а тело в зажатость. А роды — это комфорт и расслабление, принятие себя такой, какая есть, прощение себя и близких.

Также важна и социальная составляющая. Сейчас современные женщины гораздо хуже рожают, чем женщины 100–200 лет назад. Во многом это связано с социальной активностью. Женщины мно-

го работают, занимают руководящие должности и главное — им нужно всё контролировать, сложно отпустить процесс и довериться ему. Современный образ жизни в принципе подразумевает большое количество стрессов, хроническую усталость.

Но природа умна, она всё сделала для того, чтобы человек мог жить и размножаться. Поэтому во время беременности преобладает торможение коры головного мозга, мамы становятся более забывчивыми, несобранными. Слова путаются, как и мысли в голове, становится тяжелее учиться, запоминать, постоянно хочется спать. Созревает родовая доминанта: все мысли только о ребёнке. И это прекрасное состояние, его нужно культивировать. Именно оно даёт женщинам возможность расслабиться и родить.

Поэтому на курсах по подготовке к родам я рекомендую будущим мамочкам притормаживать себя, особенно в конце беременности. Больше делать «окситоциновых» практик: гулять на свежем воздухе, любоваться пейзажами, заниматься рукоделием, творчеством, рисовать мандалы; организовывать уютное пространство в доме для прихода малыша; читать приятную, вдохновляющую литературу, которая будет разви-

вать в маме покой, мир и любовь; молиться, медитировать. А самое важное — развивать в себе чувство благодарности миру.

Искренне верующие люди рожают по-особенному, и совершенно неважно, к какой духовной конфессии они относятся, потому что доверие пространству даёт возможность расслабиться и быть в родовом потоке. Понимание, что на всё воля Всевышнего, успокаивает и помогает прожить любой опыт с принятием и благодарностью. У таких женщин глаза горят и на устах искренняя улыбка. Приятно наблюдать за тем, как женщины с радостью встречают каждую схватку и находятся в томлении от скорой встречи с малышом.

Беременность — не время для подвигов, активности и преодоления. Это период для духовного роста, радости, благодарности и покоя, для прощения себя и других. В этом и есть секрет последующих мягких родов и здоровых, счастливых и открытых детей.

Анастасия МЕЛИКОВА,

акушер-гинеколог,
автор курсов по подготовке к родам.

г. Орёл

<https://vk.com/matreshkavorle>
На фото Анастасия с дочкой.



Что я знаю о прививках?



36 неделя беременности; разговор с подругой по телефону:

— Оля, а ты собираешься ставить прививку ребёнку?

— Не знаю, потом решу. А что?

— Когда потом? Ты в курсе, что сразу после рождения ребёнку ставят две прививки?

— Сразу? Зачем?

— Не знаю, я не медик. Вопрос сложный, в интернете на эту тему холивары (жестокое войны). Но можно под свою ответственность написать заявление об отказе ставить прививки или в свободной форме, есть возможность в интернете найти образец.

Стоп! Что это ещё за новые вводные на мою беременную голову?

Я начинаю спешно изучать вопрос и абсолютно ничего не могу понять. Медицинские споры и доводы понять совершенно невозможно, оппоненты оперируют абсолютно неизвестными понятиями, и без медицинского, химического, биологического образования вообще не понимаю, о чём они говорят. Вижу только, что даже медики не могут договориться по этому вопросу. Куда мне-то с этим разбираться?

Первый год — чем позже, тем лучше

Первое, что решила: поставить прививку всегда успею, а вернуть, как было, не получится, поэтому пока что откажусь от всех прививок, чтобы выиграть время, изучить вопрос и принять решение осознанно, взвешенно. Поэтому в роддом поехала с заявлением об отказе. Муж поддержал.

Второе, что поняла (к сожалению, не сразу), что именно бывает от прививок.

В первый месяц после родов мне попадались статьи, что от прививки против туберкулёза может воспалиться лимфоузел и его надо будет удалять. Тут мой «только что родивший мозг» решил, что лучше ребёнок без лимфоуз-

ла, чем с туберкулёзом. И я стала спешно искать решения, как же теперь поставить роддомовские прививки.

Пошла к педиатру за направлением на прививку. Она назначила сначала сдать анализы и только потом приходите. И спасибо ей за это огромное.

Пришли мы с мужем сдавать анализы месячному ребёнку. Заходим в процедурный кабинет городской поликлиники, там женщина забирает направление и говорит, что будет брать кровь из вены (!) у месячного ребёнка. Хорошо, что накануне я на своей странице с друзьями и подписчиками обсуждала этот вопрос, и один из них написал, что обычно первый раз кровь из вены берут у детей не ранее 7 лет. Меня это насторожило.

— Вы уверены, что надо брать кровь из вены?

— Да, тут написано же...

Я, разумеется, без понятия, что там написано врачебным почерком. Ну, ладно, надо так надо.

— Мапочка, выйдите!

— В смысле? Куда мне выйти?

— За дверь!

— Почему я должна выходить и оставлять своего ребёнка здесь?

— Я с папой справлюсь.

— А почему я должна выходить?

— Я и без вас волнуюсь, вы сейчас начнёте панику наводить.

— А почему вы волнуетесь? Вы первый раз берёте кровь у ребёнка? Почему я должна наводить панику (переглядываемся с мужем)?

— Ну, ладно, оставайтесь. Держите руку.

Медсестра держит в руке иглу.

— Погодите! Вы уже собрались брать кровь?

— Да.

— А где перчатки?

— Мне так удобнее, рука не скользит.

— О-о-о!

— Но если вы хотите, я надену.

— Хочу.

Она начинает искать перчатки в кабинете и не может их найти. Хлопает всеми дверками у шкафчиков. Вышла из процедурного кабинета.

Мы с мужем переглянулись, забрали спящую дочку и ушли, пытаюсь понять, что это сейчас было.

Решили пойти в платную лабораторию и сдать анализы. Там без каких-либо проблем взяли кровь из пяточки, дочка даже не проснулась.

Но благодаря этому опыту и поддержке мужа мне стало всё «ясно, понятно» со здравоохранением.

Эта ситуация поставила меня «на паузу», и у меня опять появилось время изучать вопрос дальше. Узнала, что последствия от прививок — это не просто удалить лимфоузел и жить полноценной жизнью дальше. Нередки случаи повреждения мозга, аутизм, задержка в развитии, ДЦП и летальный исход. Вот к таким последствиям абсолютно точно не готова.

Прочитала рекомендацию: чем позже начнёте ставить прививки, тем лучше. Решила подождать до года и продолжала изучать информацию.

Уважаемые родители, кто ещё не изучил вопрос о вакцинации, не спешите, дайте себе и ребёнку хотя бы год, чтобы разобраться с этой темой. Даже если вы примете решение делать вакцинацию по календарю, это должен быть осознанный, взвешенный выбор. А чтобы решение было осознанным, надо изучить много материалов, и на это нужно много времени и концентрации внимания, что в декрете случается не часто.

Какое бы решение вы ни приняли, ответственность и последствия ложатся только на плечи родителей. Врачи ответственности не несут ни за что. Ни разу врачами не была признана связь тяжёлых последствий от вакцинации — «ой, просто совпало».

Вы должны взвешенно подойти к этому важному вопросу и изучить его самостоятельно, а не просто «доверились своему педиатру» или повелись на его эмоциональные и сбивчивые доводы. К вопросу надо подходить с трезвой головой, аргументами, без эмоций.

На кону здоровье и жизнь вашего ребёнка. Если вам лень изучать вопрос и, по сути, наплевать на своего ребёнка, кому ж до него должно быть дело?!

Список вопросов для самостоятельного изучения

1. Понять, о чём вообще спор. Вы должны найти информацию самостоятельно. Лучше, если это будут не только интернет-источники, но и книги, печатные издания.

2. Кейсы личных знакомых (потому что в интернете могут быть ложные материалы, люди-неудачники или люди-паникёры).

3. Если будет возможность, спросите родителей детей-инвалидов о причинах инвалидности, есть ли среди них осложнения после прививок. Многие родители до сих пор не в курсе, что от прививок может быть аутизм и ДЦП, и по незнанию в разговоре говорят: «Просто резко вдруг ухудшилось здоровье». На вопрос: «Как резко, вы накануне прививки делали какие-нибудь?» «О, делали!! Но врач сказал, что это не связано с вакциной». Сколько таких историй

в вашем личном окружении? Такая ли это уж редкая статистика?

Спросите людей, которые работают с инвалидами (медсёстры, массажисты, социальные работники), какие основные причины инвалидности их пациентов?

4. Есть ли у знакомых привитых детей аллергии? Есть ли аллергии у знакомых непривитых детей? Собирайте собственную статистику.

5. Какие аргументы приводят медики в пользу вакцинации и против?

6. Какие авторитеты (известные личности) выступают за вакцинацию, а какие против. Репутация этих людей, их аргументы.

7. Понять, какие ещё есть немедицинские аспекты у данного вопроса, которые можно изучить и без медицинского образования: исторические, военные, экономические, статистика.

8. Как появились вакцины в мире?

9. Как появились вакцины в СССР?

10. Когда началась массовая вакцинация? Какие процессы проходили параллельно?

11. К чему приводит массовая вакцинация? Стала ли вакцинация причиной улучшения положения или санитарно-гигиенические нормы? А может, изменили определение болезней и медицинские стандарты, и поэтому сократилось

количество диагнозов? (Например, так было с полиомиелитом с 1954 по 1957 год).

12. Если эпидемии болезней побеждены, то зачем вакцинировать население планеты?

13. Почему надо вакцинировать здоровых людей и тратить миллиарды на упреждение того, что ещё не случилось, ценой частых поствакцинальных последствий?

14. Почему не выделяются средства на лечение этих болезней? Чтобы эффективно единично лечили по факту только тех, кто заболел?

15. Публичные заявления авторитетных людей и последствия этого.

16. Если вакцинация работает по принципу «дать малую дозу инфекции, чтобы выработался иммунитет» и её проводят массово по всему миру за государственный счёт, то почему гомеопатия с этим же принципом работы — лженаука?

17. Все ли вакцины плохие или некоторые? Изучить материалы по каждой предстоящей вакцине: история создания, производитель, статистика, опыт знакомых.

18. Логично ли вводить российским детям вакцины, изготовленные на французском заводе-филиале производителя из Америки — главного политического оппонента России со времён победы в Великой Отечественной войне?

Вопросов может быть много. Но если вы самостоятельно найдёте ответы хотя бы на эти вопросы, то уже будете в теме.

Ольга ХАРИТОНОВА

<https://vk.com/olga6550>



Важная информация для многодетных семей

Каждая российская многодетная мама, у которой есть трое детишек от 2 месяцев до 8 лет (до 1 сентября, пока ребёнок в школу не пойдёт), может открыть у себя на дому семейную дошкольную группу (СДГ). Её семейная дошкольная группа будет структурным подразделением ближайшего детского сада. Если в многодетной семье один или двое детей до 8 лет, то СДГ тоже можно открыть, при этом группа добирается до 3-х человек из детей знакомых, соседей или родственников, которые не ходят в обычный сад.

Мама устраивается на работу в выбранный детский сад воспитателем или при отсутствии педагогического образования — младшим воспитателем (няней). Занимается воспитанием, образованием, присмотром и уходом за своими деть-

ми у себя на дому, получает за это зарплату от государства, стаж работы, полный соцпакет и компенсацию на питание для детей.

Таким образом, мама трудоустроена без отрыва от воспитания своих детей.

Многодетные родители в России уже больше 10 лет имеют возможность открыть СДГ. По всей стране организованы тысячи СДГ, в одной Москве их около 800. Это хорошая материальная и социальная поддержка многодетных семей, решение проблемы с очередями в сады и ясли.

Многие регионы решают этот вопрос с чиновниками своего региона.

Опыт в Перми: <https://vk.com/public162419513>, все необходимые документы есть в этой группе.

<https://vk.com/life.move>

• Я наконец перестала варить суп! Это прорыв в моей жизни. Василиса, как только слышит слово «суп», начинает заранее торговаться, почему она его есть не будет. А я с завидным упорством на протяжении нескольких лет веду борьбу между супом и моими детьми. В какой-то момент приняла решение — всё, эпоха супа закончилась. Больше супы не варю во имя мира и добра в моей семье. Варю иногда на выходных для мужа и себя, так как мы супы любим. (Суп — собирательный образ любой еды, которую не любят дети).

• Моя личная победа года — перестать говорить детям, видя детские игрушки: «Кто тут навёл бардак?!» или «Какой беспорядок!». Меня вдруг осенило: как можно детскую игру называть беспорядком?! Это же иной мир, вселенная, созданная моими детьми. А я называю это беспорядком. Сетую, пыхчу, ною и раскладываю всё по коробочкам. Теперь после трудового-игрового дня говорю радостным голосом что-то типа: «Вау, вы так классно поиграли!» И чем беспорядок больше, тем игра была круче. После этого моего прозрения аж жить стало легче. Бардака-то в доме больше нет, есть результаты творческой мысли моих ненаглядных. Конечно же, им, да и мне приходится потом убирать. Но это способствует положительному созданию новых миров на следующий день.

• Для себя поняла одну важную вещь: с детьми нужно делать только то, что ты любишь. И тогда все будут счастливы. Например, я терпеть не могу играть в ролевые игры. Это когда ты сидишь на полу, тебе в руки вставляют куклу, и ты должен минут сорок ходить в кукольный магазин, а потом забрать своих кукольных детей и идти в кукольный дом готовить. А Василиса ещё любит так: я играю за куклу-маму, за куклу-папу, за троих детей и кошку, а она — за одинокую соседку, у которой ни детей, ни мужей, ни кошек с собаками. Это же издевательство чистой воды. Но зато люблю придумывать что-то интересное, изучать

Батарейка родительской любви

Личные откровения о материнстве
к 31 году моей жизни



что-то вместе, творить, читать, проектировать, играть в настольные и подвижные игры. В какой-то момент сообщила детям, что в ролевые игры они играют без меня, и огласила список того, что мы можем делать вместе. Удивительно, но они согласились.

• В материнстве главное — вовремя заткнуться. Всё, точка. Можно даже Петрановскую не читать, если вы обладаете этим уникальным даром. Да-да, вовремя схватить свой остывший чай, поглубже затолкать булку в рот и жевать.

• Делать всё с детьми. Не вздумайте надаривать дом или готовить, когда дети спят! Когда дети спят, это ваше время. Сейчас мои дети вполне могут развлечь себя сами, когда я занята. Но если

вижу безцельно дрейфующих вокруг меня детей, вылавливаю их и усаживаю за стол. На кухне у меня стоит шкаф с боеприпасами: наклейки, раскраски, миллион видов красок и карандашей, пазлы, пластилин, кинетический песок, развивающие пособия, наши учебники и ещё тонна всего увлекательного и интересного. Таким образом все с пользой проводят время. Я чищу картошку, Василиса решает примеры, а Яша проходит лабиринты, например.

• Путешествовать. Мы не любители пляжного отдыха, в основном гуляем по лесам и горам. Делаем это с рождения детей, поэтому они к этому привыкли и для них это норма. В последнее время мы жили в Праге, а сейчас — в

Кремниевой долине. Поэтому не летаем на самолётах, а путешествуем на машине вокруг того места, где живём. По моим наблюдениям, активный вид отдыха с детьми — гораздо проще, чем отдых в отелях «всё включено». Прошёл с детьми по лесу 10 км, по дороге часов пять активно общались всей семьёй — и с аппетитом у детей проблем нет, и засыпают за пять минут. И ещё одна радость — сеть не ловит.

• Говорить детям о своих чувствах. Я против того, чтобы мать была вечным тамадой и аниматором: всегда отличное настроение и улыбка до ушей. Я за честность. Но тут важно очень чётко понимать, что говорить можно, а что нельзя. Не стоит переключать

на детей груз своих забот и проблем. Проблемы с мужем, на работе, с кем-то конфликт и т. д. Говорить желательно о том, что ты устал, плохо себя чувствуешь, не в настроении играть, расстроен из-за чего-то, тебе надо время прийти в себя и т. д. Но обязательно говорить о себе. Детям свойственно себя считать источником проблемы: мама расстроена, потому что я получил плохую оценку, мама поругалась с папой, потому что я плохой, и т. д. Поэтому стоит объяснить, что ваше состояние никак не связано с вашим ребёнком.

• Вовремя заряжать батарейку любви. У детей есть батарейка маминой (родительской) любви. Вы замечаете? Я на своих детях вижу её очень ярко. Как это выражается? Воскресенье, дети все два дня провели в тесном общении с родителями. Зарядились родительской любовью. В понедельник Василиса пошла в школу, а Яша играл игрушками сам (!) часа 2,5, иногда подходя ко мне то за яблоком, то за печеньем. Вторник: оба ребёнка в саду до 14:00, в 17:30 я ухожу на английский и возвращаюсь, когда все уже спят. Среда: муж уходит на свою учёбу, и я под сладкими воспоминаниями о понедельнике сажусь за ноутбук и думаю, что Яша сейчас пойдёт играть. Ага, сейчас. Яша начинает скакать возле меня каждые 5 минут, рвать мою руку, кричать, залезать на колени. В итоге он всё время, пока мы не поехали за Василисой, или играл со мной, или сидел у меня на руках, или ходил за мной хвостом. Если я отвлекалась от него, он сразу же придумывал хитроумные способы удержать меня рядом. Поэтому, если вы заметили капризное и настойчивое прилипание к вам и у вас ощущение, что вас хотят съесть, скорее всего, у ваших детей села батарейка маминой/родительской любви. Пора её зарядить.

Анастасия ПИКИНА,

мама Яши и Василисы, автор книги
«Луна в ореховой скорлупке»

Книга на Литрес: [www.litres.ru/
anastasiya-sergeevna-pikina/](http://www.litres.ru/anastasiya-sergeevna-pikina/)
www.nashideti.site



**Нуждающиеся
в любви
больше
всех...**

Дети, которые нуждаются в любви больше всех, ведут себя хуже всех — лучше и не скажешь. Бывало ли у вас такое: дети требуют вашего внимания, но ведут себя при этом отвратительно? И вы думаете про себя: «Ну почему опять?! Опять эти безконечные истерики, нытьё, капризы...».

Нам трудно постоянно помнить о том, что дети... всего лишь дети. Они нуждаются в нашем времени и внимании, даже если не знают, как об этом попросить.

Им всего-навсего несколько лет от роду, а мы ожидаем, что они будут вести себя как взрослые, как мы. Но ведь это наша задача — научить их управлять своими чувствами.

Мне нравится совет детского психолога Кэти Малински:

«Одна из первых вещей, которую я рассказываю родителям на консультации и с которой работаю, — это то, что поведение ребёнка — форма его коммуникации с нами, и чтобы изменить его поведение, нам нужно понять, какое послание ребёнок пытается донести до нас с его помощью».

Другими словами, в основе нежелательного поведения лежит нечто более глубокое, то, что запускает или закрепляет его. Эти скрытые мотивы — как правило, какие-то неудовлетворённые потребности ребёнка. И когда родители обнаруживают, что это за потребности, им хочется дать ребёнку то, чего ему не хватает. Иначе говоря, поведение ребёнка им не нра-

вится, но потребности, которые запускают такое поведение, им понятны и вызывают сочувствие!

Дети, которые внешне ведут себя безобразно, скорее всего, сами чувствуют себя нелюбимыми, нежеланными, неценными, неспособными, беспомощными или ранеными. То, в чём нуждаются эти дети, — не повышенный контроль, не особые наказания, а понимание, сочувствие и поддержка. ЛЮБОВЬ».

Как мы можем оказать им поддержку?

Когда родители понимают и сопереживают чувствам ребёнка, он учится тому, что его чувства не опасны, они естественны, их можно ощущать, но не обязательно действовать под их влиянием. Как только ребёнок позволяет себе выразить своё огорчение из-за сломавшейся игрушки, свою боль из-за того, что мама была несправедлива, свой стыд из-за того, что он не смог правильно ответить на уроке, или свой страх из-за того, что ему угрожал одноклассник, его душевные раны начинают затягиваться. Это происходит практически как по волшебству: как только ребёнок перестаёт защищаться от более уязвимых чувств при помощи гнева, его гнев испаряется, и ему становится легко жить дальше.

И наоборот, если мы не создаём безопасное пространство для того, чтобы ребёнок мог пережить самые разные свои чувства, он будет терять самообладание и плохо себя вести, поскольку у него нет других способов справиться с тем, что обурекает его изнутри. И тогда у нас создаётся впечатление, будто у таких детей

внутри есть «кнопка гнева», которую они готовы нажать в любой момент.

Наш главный совет — оставайтесь рядом с ребёнком, когда он переживает тяжёлые чувства. Будьте его безопасным пространством.

Если вы знаете, что с ним в данный момент происходит, сформулируйте это вслух для него, чтобы и он тоже мог это осознать. Слушайте и пытайтесь понять. Покажите, что вы понимаете его, при помощи слов. Например: «Малыш, ты разозлился, потому что твоя башенка из кубиков упала». Или: «Тебе грустно, потому что та девочка не захотела с тобой играть».

Таким образом дети получают «разрешение» на чувства: «Всё в порядке, любому человеку иногда нужно поплакать (или посердиться, или погрустить). Я с тобой». Если вы можете взять ребёнка за руку или обнять, сделайте это. Этим вы посылаёте ему сигнал о прочности вашей связи: «Ты в безопасности. Я тут».

Вам может быть очень трудно начать делать всё это и не сорваться в привычное «а ну-ка марш в свою комнату и подумай над своим поведением». Но это самое лучшее, что мы можем сделать для своих детей, которых мы, конечно же, хотим в будущем видеть заботливыми, ответственными, самостоятельными взрослыми, умеющими справляться с самыми разными человеческими чувствами.

BeckyMansfield

Перевод Анастасии Храмутичевой
<https://econet.ru>



Про детей, гаджеты и тех, кто их покупает



Десять основных тезисов на данную тему. Пишу не столько как психолог, сколько как мама единственного первоклассника в школе, не имеющего мобильного телефона, и мама подростка, не имеющего ни одного гаджета, кроме мобильного телефона. Собственный опыт.

1. Зависимость от гаджетов — это реальная помеха живым отношениям в семьях. Касается она и детей, и родителей. Начинать, как всегда, нужно с себя. Здесь как с курением: толку от грозно запрещающего говорить курильщика-родителя мало.

2. Зависимость от гаджетов — не единственная помеха живым отношениям. Большая помеха, чем гаджеты, — сравнение ре-

бёнка с кем-то, постоянная критика, унижения, обвинения, наши собственные страхи, тревоги и обиды, которые мы вешаем на ребёнка («На таких не женятся!», «Ты должен был отличником, иначе будешь работать дворником!», «А я в твоём возрасте...» и пр., и пр.). Если альтернативой виртуальному общению вы предлагаете ребёнку «живую» авторитарность, поучение и безконечные требования, каким ему быть, то ничего хорошего не выйдет: он обязательно улизнёт в свою компьютерную нору. А если ребёнку с вами хорошо, то никуда он улизнуть (до подросткового возраста) не захочет.

3. Большинство родителей дают своим детям двойные послания: с одной стороны, покупают гаджеты, а с другой — с ними воюют. Определитесь. Вы переживаете, что ваш ребёнок сидит в компьютере множество часов

подряд? Кто купил этот компьютер? Кто купил новый смартфон? Зачем?

4. Любознательство — базисное качество, важно его поддерживать. Дети — изначально живые, любознательные, стремящиеся к общению существа (вспомните, как малышами они требовали вашего внимания). Как получилось, что ребёнок предпочёл сидеть в гаджете? Кто его этому научил? Если ребёнку скучно, то нет задачи всегда развлекать его (тем же гаджетом). Не гасите творчество, ребёнок поскучает-поскучает да и найдёт, чем себя развлечь. Главное, чтобы в большинстве случаев вы были отзывчивы и проводили с ним время. Вообще-то человеку важно научиться занимать себя самому. Кстати, а как вы себя занимаете?

5. У компьютеров и смартфонов развивающих функций для детей нет. Никакие преимущества гаджетов для детей не перекрывают «выхлопов» от них. Моторика, внимание, мышление, речь — всё это прекрасно развивается без «чудо-развивающих» компьютерных игр. Более того, гаджеты снижают познавательные способности (не миф, а результаты исследований), а развитию эмоционального интеллекта (который из виду чаще всего упускается вовсе) и физической активности виртуальность совершенно противопоказана.

Давайте не будем строить иллюзий. И время, проводимое ребёнком за компьютером, нужно ограничивать. Как? Вы же как-то не даёте ему есть килограммы конфет,

пить литры колы. Договоритесь заранее о допустимом времени и держите границы. По опыту, если требования и свои решения не менять, то дети спокойно их принимают. Например, моим детям всегда разрешался один мультфильм в день (хоть в кино, хоть дома, хоть в гостях). Они даже не подвергают сомнению: «Один так один. Так положено, как зубы чистить».

6. Чаще всего за подсовыванием ребёнку планшета стоит не желание его развить, но: а) желание родителя его чем-то занять/отвлечь (чтоб отстал и не мешал); б) желание компенсировать собственную неуверенность в себе модной игрушкой, которая доступна даже ребёнку (ого-го, мы богаты); в) автоматизм «все покупают, и я покупаю» (сначала купил, потом осознал).

7. Идея, что если ребёнок в 5 (7, 10, 12) лет не научится обращаться с компьютерами, то в современном мире он пропадёт (читай: вырастет дебилом), абсурдна. Обучаемость простым действиям на компьютере (даже для предпенсионного возраста родителя) равна нескольким часам, более сложным — нескольким дням. Умение строить отношения, договариваться, любить требует намного большего времени, лучше заранее позаботиться именно об этом.

8. Если вы хотите, чтобы ребёнок оставил компьютер, подумайте заранее об альтернативных и достойных вариантах. Общение с собой, например (вам смешно?), конечно, при этом вам нужно быть «конкурентноспо-

собным», быть интереснее, чем компьютер. Вы интереснее, чем компьютер? Необходимо интересоваться ребёнком (а не тем, почему он получил двойку, почему не убрал комнату, почему вас никогда не слушает), стремиться понять, что он чувствует, чем живёт, быть с ним, играть, дурачиться, фантазировать, а не поучать, требовать, удовлетворять собственные потребности, а не его. Говорить о том, что интересно именно ему, что его волнует.

9. Если вы хотите, чтобы ребёнок оставил компьютер, будьте готовы уделять ему время. А если «всё уже произошло и запущено», то вам понадобится ещё вагон и маленькая тележка терпения, собственной жизненности, оптимизма и любви к нему. Вы же помните — больше всего дети нуждаются в нашей любви тогда, когда меньше всего её заслуживают.

10. Дети не учатся у того, кого они не любят (кого любить мешают обида/злость/боль). Если вы хотите, чтобы ребёнок услышал вас, то позаботьтесь сначала о любви к нему как о константе (том, что неизменно. Вас может огорчать его поведение, но любовь от этого не пропадает, и ребёнок должен об этом знать). Безусловной, проявленной (а не абстрактной) любви и доброжелательности в словах поощрения, тёплым взглядом, улыбкой, вопреки чему бы то ни было, даже гаджетам.

Евгения КАРЛИН,
психолог

<http://pravotnosheniya.info>

0 наказании детей

1 Воспитание перестаёт быть воспитанием, когда ребёнок чувствует, что с ним поступили несправедливо. Несправедливость порождает оскорбление и негодование, подлость и лицемерие.

2 У ребёнка никогда не бывает злого умысла. Он ошибается. И если мы помогли ему правильно понять и пережить ошибку, он всем сердцем достигнет моральный смысл своего поступка и будет стараться избегать аналогичной ошибки, хотя не всегда это ему и будет удаваться.

3 Уважайте детское желание быть хорошим, берегите его, как самое тонкое движение человеческой души, не злоупотребляйте своей властью, не превращайте мудрость родительской власти в деспотическое самодурство.

4 Нельзя допускать, чтобы ребёнок перестал уважать сам себя, дорожить собственной честью, перестал стремиться

быть лучше, чем он есть.

5 Нельзя превращать детское сердце в пугливую птичку, которая забила в угол клетки и ждёт расправы. Сердце, чуткое к добру, справедливости, доброжелательности, не требует не только крика, но и повышения голоса.

6 Как бы серьёзен ни был детский проступок, но если он совершён не по злему умыслу, за ним не должно следовать наказание.

7 Пусть над головой у ребёнка не висит меч наказания за неосторожный, опрометчивый шаг. Дети с угнетёнными чувствами — это, как правило, дети с угнетённым интеллектом, обеднённой мыслью.

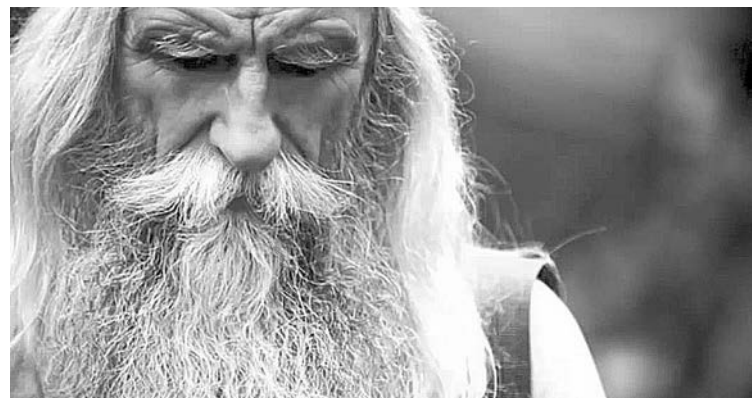
8 Физические наказания являются насилием не только над телом, но и над духом человека; ремешок делает безчувственными не только спину, но и сердце, чувства.

9 Там, где всё строится на наказаниях, нет самовоспитания, а без самовоспитания не может быть нормальным и воспитание вообще. Не может, потому что наказание уже освобождает воспитанника от угрызений совести, а совесть — это главный двигатель самовоспитания; где совесть спит, не может быть и речи о самовоспитании. Получивший наказание думает: мне нечего больше размышлять о своём поступке; я получил то, что положено.

10 Тому, кого бьют, самому хочется бить; тот, кто в детстве хочет бить, став взрослым, захочет убить — преступления, убийства, насилие уходят своими корнями в детство.

11 Хулиган, сознательный нарушитель дисциплины не рождается внезапно. Его создают годы чёрствости, равнодушия и безсердечности взрослых.

В. А. СУХОМЛИНСКИЙ



Лучший учитель

Родители выбрали для сына лучшего учителя.

Утром дед повёл внука в школу. Когда дед и внук вошли во двор, их окружили дети.

— Какой смешной старик, — засмеялся один мальчик.

— Эй, маленький толстяк, — скорчил рожицу другой.

Дети кричали и скакали вокруг деда и внука. Тут учитель позвонил в колокольчик, объявляя начало урока, и дети убежали. Дедушка решительно взял внука за руку и вышел на улицу.

— Ура, я не пойду в школу! — обрадовался мальчик.

— Пойдёшь, но не в эту, — сердито ответил дед. — Я сам найду тебе школу.

Дед отвёл внука в свой дом, поручил заботам бабушки, а сам пошёл искать лучшего учителя. Увидев какую-нибудь школу, дед заходил во двор и ждал, когда учитель отпустит детей на перерыв. В некоторых школах дети не обращали на старика внимания, в других дразнили его. Дед молча поворачивался и уходил. Наконец

он вошёл в крохотный дворик маленькой школы и усталю прислонился к ограде. Зазвенел звонок, и дети высыпали во двор.

— Дедушка, вам плохо, принести воды? — послышался голосок.

— У нас во дворе есть скамейка, садитесь, пожалуйста, — предложил один мальчик.

— Хотите, я позову учителя? — спросил другой ребёнок.

Вскоре во двор вышел молодой учитель. Дед поздоровался и сказал:

— Наконец я нашёл лучшую школу для моего внука.

— Вы ошибаетесь, дедушка, наша школа не лучшая. Она маленькая и тесная.

Старик не стал спорить. Он обо всём договорился с учителем и ушёл. Вечером мама мальчика спросила деда:

— Отец, вы неграмотны. Почему вы думаете, что нашли лучшего учителя?

— По ученикам узнают учителей, — ответил дед.

Автор неизвестен





В каждой из нас живёт много женщин

Я видела женщин, которые

- замолкали и счастливо выходили замуж;
- направляли свою энергию в семью, и их мужья сворачивали горы;
- самозабвенно втискивали себя в дом и отрекались от карьеры;
- жертвовали собой во имя детей;
- не разрешали себе злиться;
- прокачивали в себе смирение и покорность;
- идеализировали своих родителей;
- считали себя ответственными за всё вокруг;
- довольствовались малым;
- терпели и надеялись.

Потом я видела снова женщин, которые

- замолкали и счастливо выходили замуж;

- направляли свою энергию в семью, и их мужья сворачивали горы, надрываясь, чтобы соответствовать, а если понимали, что не дотягивают, — спивались;
- самозабвенно втискивали себя в дом и отрекались от карьеры, а потом сжигали своих близких бьющей через край энергией;
- жертвовали собой во имя детей, и дети оказывались в плену неоплатного долга у своих матерей;
- не разрешали себе злиться; они и любить себе не разрешали, ибо нет места любви там, где нет места злости;
- прокачивали в себе смирение и покорность, а потом у них накапливалось, и они взрывались, круша всё на своём пути, либо на-

- идеализировали своих родителей, они так и остались детьми, не войдя даже в подростковый период протеста;
- считали себя ответственными за всё вокруг, и их тревога и гиперконтроль убивали любую инициативу у окружающих;
- довольствовались малым, и они упустили многое;
- терпели и надеялись, и они жили в сплошной обиде.

Я видела и других женщин, которые:

- выбирали себя;
- конфликтовали и проясняли;
- были честными с близкими и с собой;

- не строили детей, а радовались с ними;
- видели мужа, каким он есть, а не идеальную картинку;
- ошибались, падали, вставали и не вставали;
- занимались любимым делом, становясь интереснее себе, мужу и детям;
- просили о помощи, сдавались;
- ненавидели готовить или обожали это дело;
- были счастливы.

Я видела всех этих женщин в себе.

В каждой из нас живёт много женщин. Мы можем каким-то из них давать энергию, а каких-то отпускать с миром. Выбор за нами.

Мария ВОЕВОДИНА
<https://vk.com/rusnprav>



Надеюсь на встречу с тобой, половинка!

Мне 73 года. Хочу определить землю под Родовое поместье, но поняла, что нужно обустроить поместье вместе с половинкой.

*Половинка моя! Давно я жду тебя.
Верю в то, что ты ищешь меня.
Моя с твоей душой давно уж говорят
И встретиться хотят.
И это мы с тобою
Закладываем с любовью поместье Родовое,
Где будем вместе жить с родными и с тобою!*

Адрес: 412176, Саратовская область, Татищевский район, с. Слепцовка, ул. Советская, д. 15.
Антонине Константиновне СТЕПАНОВОЙ.



Домашние клуши

Одна женщина высказалась, что если не ходить на работу, скоро станешь домашней клушей. Я не согласна со столь художественным эпитетом и хочу приоткрыть завесу, развеять стереотип и рассказать, что входит в жизнь современной домашней клуши. В качестве примера насадки рассмотрю, с вашего позволения, себя, потому как считаю себя классической домохозяйкой.

1. Домашние клуши работают.

Начнём с того, что женщина, не посещающая офис 5 дней в неделю, с большой вероятностью имеет один или несколько рабочих проектов, которыми она занимается дома. Это может быть собственный небольшой бизнес, рукоделие, репетиторство, удалённая работа...

Одно из направлений моей работы — организация мероприятий городского масштаба: выставки, форумы, праздники... Вот сейчас, например, я одновременно работаю над Фестивалем «Я — Женщина!» и подбираю площадку для летнего семейного лагеря в Ленинградской области. Ещё развиваю интернет-магазин реквизита для детских и семейных фотографов; сама сделала сайт впервые в жизни, развиваю паблики, наполняю товаром, даже немного фотографирую и обрабатываю снимки. Кроме этого планируем с подругой запустить очередной 1,5-месячный тренинг «Очарование женственности», но пока даты не определили. Ну и немножко помогаю мужу с развитием его творческого

проекта по работе с деревом.

2. Многие домашние клуши — блоггеры.

А чем ещё развлекаться, сидя дома с детьми, если не выкладывать фотографии прелестных мордашек в интернете и их милейшие перлы?

В последнее время увлеклась писательством. Приняла участие в проекте «Я — блоггер» и стала его постоянным автором, что обязывает меня писать три статьи в неделю. Дополнительно пишу в своём личном блоге на более узкие темы. А недавно получила лестное приглашение вести свою авторскую колонку на портале Сознательно.ру, что составит ещё не менее трёх профильных статей в месяц.

3. Домашние клуши занимаются саморазвитием.

У кого ещё, если не у домохозяйки, есть время на поглощение огромного количества интереснейшей информации и обретение полезнейших навыков? Именно домохозяйки являются главными потребителями инфобизнеса. Именно у домохозяйки часто возникают решения получить новую профессию, повысить квалифика-

цию, научиться чему-то новому.

И именно у них есть такая возможность!

Я постоянно прохожу какие-то тренинги и курсы, слушаю вебинары и лекции, участвую в марафонах и мастер-группах. Пожалуй, редкий день проходит без появления нового знания в моей голове или обретения нового навыка.

4. Домашние клуши имеют хобби.

Чтобы совсем не отупеть от скуки дома, два раза в неделю езу на репетиции любительского театра. В декабре впервые выступала на сцене в роли актрисы. А поскольку я ещё и петь люблю, то эпизодически участвую в конкурсах и фестивалях, записываю песни. Иногда пишу картины маслом, но не так часто, как хотелось бы.

В свободное время вышиваю крестиком, вяжу, шью и пеку. Готовить очень люблю! А вот убирать не очень, поэтому ко мне приходит помощница по хозяйству раз в неделю наводить чистоту в доме. Хотя это и лишает меня звания идеальной домохозяйки, моя внутренняя домашняя клуша в эти

дни кудахчет с особым восторгом!

5. Домашние клуши занимаются воспитанием-питанием, обучением-лечением, развозкой и т.п. детей.

Большинство домохозяек попадает в наши ряды с появлением детей. У кого-то отпуск по уходу за ребёнком становится хроническим состоянием, и тогда они автоматически получают почётное звание домашних клуш.

У меня всего лишь трое детей. И все дома. Без садиков и школ. Для нас домашнее обучение — это самый подходящий формат по многим причинам. Однако независимо от формы обучения у мам, «сидящих дома», примерно одинаковая нагрузка по обеспечению чада необходимыми знаниями, умениями и качествами.

6. Иногда домашние клуши даже лезут в политику.

Единственное, что меня напрягает в семейном образовании, — это то, что права детей нарушаются чиновниками. Те деньги, которые государство не тратит на обучение детей в школе, должны выплачиваться родителям, а не оседать в чьих-то карманах. Поднять этот вопрос, а также обсудить другие проблемы многодетных семей меня пригласили на круглом столе в Государственной Думе в апре-

ле. Я пока не уверена, что получится выбраться в Москву, но тему с компенсациями буду поднимать широко в любом случае, потому что люблю справедливость. И пусть это не совсем типичное занятие для домохозяйки.

7. Домашние клуши создают счастливые семьи.

«Главней всего погода в доме!» Мама в первую очередь должна быть мамой, а жена — женой. Давно заметила, что атмосфера в семье напрямую зависит от моего состояния. Стоит мне слишком сильно погрузиться в какие бы то ни было проекты, между членами семьи начинаются ссоры, конфликты, недопонимания. Поэтому еженедельно организую семейные вечера, когда мы все вместе готовим ужин, потом смотрим фильм, играем в настольные игры или планируем отпуск. Создаю и поддерживаю семейные традиции.

Мама счастлива — все счастливы!

Екатерина БЕСЕДИНА
<https://vk.com/vedafamily>





Научилась жонглировать тройней, как циркач!

38-летняя сотрудница «Комсомолки» родила одновременно двух мальчиков и девочку и пытается воспитывать их без помощи бабушек и нянь. Некоторые боятся одного ребёнка завести: бессонные ночи, пелёнки, ответственность... А вот у Анастасии Аксяновой из Москвы родились сразу трое! Вдвоём с мужем она растит своих малышей. О том, как это — жить с тройней, Анастасия рассказывает на своей страничке в соцсетях.

«Отстреляетесь оптом»

Раньше я искренне полагала, что у меня богатая фантазия. Но такой поворот событий не могла себе вообразить ни при каких обстоятельствах.

Беременность восемь недель, я на УЗИ.

— Настя, у вас... тройня, — сбравшиеся вокруг доктора так широко улыбались, словно у них на затылке кто-то туго затянул завязочки. — Двое детишек в общем плодном яйце и один — в отдельном. Зато сразу остреляетесь оптом!

В этот момент я лишилась дара речи. Немая сцена, в которой участвовали натужно улыбающиеся докторицы и одна очень удивлённая женщина с датчиком УЗИ в интересном месте, была достойна того, чтобы её увековечили в камне...

По виду людей в белых халатах было совершенно понятно, что они сейчас готовы ко всему. К любому цирку. Но шоу не получилось. Мой организм нещадно тормозил, не выдавая вообще никакой реакции. Тройня? Да ну, бросьте!

Дальше началась кошмарная суэта и выдача мне инструкций, я только успевала записывать. Тогда же в коридоре меня отловила администратор и впервые произнесла слово «редукция». «Вы подумайте, зачем вам трое? Куда вам столько? Как их вынашивать и растить?»

Дома я первым делом надёжно утробовала мужа (далее Харизмыч) в угол дивана. Падать ему было решительно некуда, и я метнула в него снимками УЗИ, как гранатой.

— Короче, Иван, тут такое дело. У нас тройня, — сказала я внезапно хрипловатым голосом.

Харизмыч в эту минуту вид имел лихой и придурковатый.

— Нда-а-а, — протянул он и причмокнул. — Ну, где два, там и три! Прорвёмся, — резюмировал муж, и мы оба глупо захихикали, как два подростка на эротическом фильме.

Ночью я не смогла уснуть. И Всемирная сеть услужливо подсунула мне ворох информации про то, какая катастрофа меня постигла. Я прочла всё, что могла, про ужасы вынашивания и невынашивания. Мне показалось, что произошло что-то настолько непоправимое и чудовищное, а мысли о выборе «редуцировать или оставить» были настолько душераздирающими, что я рыдала несколько часов кряду. Мимо моего мысленного взора, помавав мне платочками, прошли строем: карьера, достижения в красоте и физкультуре, возможность распоряжаться своим свободным

временем и ещё Бог знает что. Словом, вся моя жизнь промелькнула перед глазами и схлопнулась до трёх крошечных точек на снимках УЗИ. Наутро у меня начался токсикоз. К счастью, он продлился всего полторы недели, а с его уходом ко мне вернулось чувство юмора.

«Смотри, тётя, как кошка...»

Быть беременной мне не понравилось. Это неудобно чисто физически. Мне пришлось постоянно сдавать невероятное количество анализов. Конечно, в этом нет ничего удивительного. Для человека нормой является вынашивание одного ребёнка. Двое — уже риск. Про троих и говорить нечего. Я частенько слышала слово «патология». А уже после родов, гуляя с коляской в парке, краем уха уловила, как женщина объясняла своей маленькой дочке, что, мол, смотри, тётя «как кошка, родила сразу несколько лялек».

Зато беременная тройней женщина способна принести окружающим уйму положительных эмоций. И не только уморительной походкой кита, выброшенного на сушу и принявшего вертикальное положение. Она как бедные дети в Африке, на фоне которых приличному человеку стыдно жаловаться на жизнь. Вот, например, ваша подруга недавно родила. И очень страдает. Послеродовая депрессия, нехватка времени на себя, вся жизнь кувырком. Потом подруга вдруг узнаёт, что вы беременны тройней. И её персональная драма делается ничтожной на фоне этого апокалипсиса. Обмирая одновременно от ужаса и восторга, она вам говорит: «Ну ты, мать, точно вздёрнешься!»

«Самый счастливый период»

Все восемь месяцев с некоторым недоумением ждала осложнений, жутких отёков, давления, кошмарных растяжек и преждевременных родов. Сначала задачей минимум было выносить до 28 недель — на таком сроке детей уже успешно спасают. Когда без особого напряжения мы проскочили 30-ю неделю, появилась новая цель — доходить ещё четыре недели, на таком сроке тройня считается доношенной и уходит риск серьёзных проблем со зрением у детей. Кататься колом ещё месяц казалось мне совершенно невероятным! Настолько тяжёлым был мой живот. Когда месяц истёк, мой лучший в мире лечащий врач постановила: «Ну,

дорогая, надо продержаться ещё две недели. Посмотри на свой живот. Кто скажет, что там тройня? Никто! Вон двойня в соседней палате в полтора раза больше!» В этот момент я разрыдалась — так устала от этого «самого счастливого периода в жизни каждой женщины»...

На третьи сутки после кесарева потеря веса составляла 14 кг из 17 набранных за время беременности. Моё тело походило на съёмную квартиру, которую в спешке покинули жильцы, вывезя почти всю мебель. Это нисколько не помешало мне, согнувшись в три погибели, на вторые сутки отправиться в детскую реанимацию, куда для обязательного наблюдения определили моих детей, несмотря на то, что родились они с хорошим для тройни весом: по 2 кг плюс/минус 300 г. Впрочем, не найдя, к чему придраться, медики быстро перевели нас в отделение для недоношенных нагуливать вес и делать всевозможные анализы.

Нас выписали. На выходе из перинатального центра охранник долго не желал нас выпускать. Требовал сопровождающих, подозрительно интересовался, почему трое — вдруг натырили на продажу? Мне пришлось копшиться в сумках и предъявлять выписки на каждого из детей, а также сличать черты, доказывая, что их всех родила именно я. Господи, ну куда я так торопилась? Дома на нас с мужем напал ступор. Мы совершенно не понимали, что с этими тремя гномами делать!

Справиться без бабушек и нянь?

Первая неделя прошла как в тумане. Когда кричат сразу трое новорождённых, поневоле впадаешь в какой-то транс, не зная, куда бежать. Я даже про пустышки не сразу вспомнила! Любое «а-а-а», раздавшееся в районе детской, лично мне говорило только об одном: происходит что-то страшное! Дети при смерти. И если они даже ничем не больны, то наверняка просто лопнут от собственного истошного крика. Я помню несколько эпизодов, когда обнаруживала себя рыдающей от бессилия в унисон с детьми. Не берусь сказать, кто из нас плакал громче. Муж иногда утешал:

— Не переживай! Они так развивают лёгкие!

Со временем научилась жонглировать детьми, как заправский циркач. Я умудрялась качать всех троих одновременно: в каждой руке у меня было по младенцу, а один — на коленях. Выучив наизусть все песни из «Бременских музыкантов», я по полдня прово-



дила на кровати с детьми, стараясь петь не слишком фальшиво. Иногда дети в этом балагане даже засыпали, но чаще тарасились на меня, принимаясь орать сразу, как только я выпускала их из рук, чтобы заняться чем-нибудь другим.

По сей день мне ежеминутно приходится придумывать что-нибудь доселе невиданное, чтобы справиться с тремя детьми двумя руками.

«Как вы справляетесь?», «Что вам помогает?» и «Вы спите вообще?» — это самые часто задаваемые вопросы от знакомых и незнакомых людей.

Мне смешно, ей-богу! Не справиться может тот, у кого есть такая возможность. Если вас поместить в ситуацию, когда у вас просто не будет иного выбора, придётся справляться. Конечно, когда есть помощники: заботливые бабушки, проверенные няни, домработницы и так далее, можно себе позволить заламывать руки и вещать о собственном героизме, сильно преувеличивая масштабы бедствия. Но когда у вас тройня, у вас просто нет времени на подобные глупости. Ваша сверхзадача — обеспечить выживание ни в чём не повинным младенцам и самой не склеить ласты. Даже пожаловаться некогда! Потому что надо ещё успеть убрать, приготовить ужин, да и себя привести в порядок не мешало бы.

Почти как в армии

Наша жизнь теперь более всего похожа на регламентированное существование заключённых в колонии строгого режима. Кормление, сон, прогулки — всё подчинено расписанию, любое нарушение которого влечёт за собой неминуемый хаос.

Единственный способ сохранить работоспособность системы — армейская дисциплина. Чувствую, мои дети и на горшок будут высаживаться после общего построения и без лишних возражений. А как иначе? За каждым из родителей закреплён-

ны свои обязанности, и каждый в случае чего может подменить другого. Например, святой долг нашего папки — купание и прогулки с коляской. Кстати, последнее вполне заменяет занятия модным кроссфитом — попрыгай потолкай в горку, даже с небольшим уклоном, 20 кг коляски плюс 18 кг детей.

Кроме всего прочего, отсутствие помощников разом отсекает любую возможность тратить время на переживания о каких-нибудь пустяках. Дети бодры, румяны и стабильно набирают в весе? Отлично! Значит, я всё делаю правильно.

Даже один младенец меняет жизнь семьи до неузнаваемости. Что уж говорить о трёх сразу. Мне технически недоступны многие очень простые вещи. Фактически, пока муж на работе, я заперта в четырёх стенах, если не считать возможности выбежать из дома до ближайшего магазина, пока дети спят в кроватках, развив при этом такую скорость, что это больше похоже на телепортацию. Отныне поход в парикмахерскую из утилитарного мероприятия превращается в праздник, а банальная поездка на машине с музыкой — в вечеринку.

Но оставляю в стороне рассуждения о тяготах младенцев первого года жизни. В конце концов, дети — это очень весело. Неожиданно из орущих батонов они превратились в маленьких человечков, которые уже способны общаться, улыбаться и менять интонацию крика в зависимости от настроения. А ещё мои дети доказывают мне, что нет ничего невозможного. Так, на днях один из сыновей, активно радуясь процессу смены подгузника, одновременно срыгнул и написал сам себе в левое ухо. Каков циркач, а!

Анастасия АКСЯНОВА

Фото: Сергей и Ольга Мартыновы
г. Ростов-на-Дону
«Комсомольская правда»
www.rostov.kp.ru

Книга «Добрые новости»: о том, каким должно быть телевидение

Отрывки из книги

Книга «Добрые новости» Евгения Шадрова — это интересная история создания альтернативного телевидения, преображающего город и всю страну. Образы, которые мы видим и слышим в телепередачах, фильмах, книгах, песнях, спектаклях, формируют нашу жизнь. Что может сделать один человек в этом огромном мире? Очевидно, что многое. Вне зависимости от возраста, образования, профессии, национальности, места жительства. Большое складывается из малого. И каждый из нас, даже маленький ребёнок, способен это «малое» принести.

Автор: «Ища идею для большого рассказа, я решил: пусть он будет о добром телевидении, меняющем мир к лучшему. Путешествуя по страницам книги, читатель проникнется душевностью, романтичностью и глубиной главных героев. «Добрые новости» — книга для тех, кого вдохновляет жизнь».

В 2018 г. Евгений Шадров получил диплом финалиста в конкурсе Премии «На Благо Мира» за высокий профессионализм и отражение идей добра и гуманизма в книге «Добрые новости», войдя в число 10 лучших произведений в номинации «Художественная литература».

Первое разочарование

— Я разочаровался в работе, — выдавил из себя парень. — Когда пришёл на работу, то чувствовал, что могу изменить мир, ведь в руках находится совершенный инструмент преображения человечества. Любую мысль можно донести до умов и сердец миллионов людей разом. А сегодня осознал, что не дадут мне такое сделать, — Георгий замолчал.

— Я тебя внимательно слушаю, выговорись, так тебе лучше станет, — сказала Катя.

— Хорошо... Ты замечала, что большинство сюжетов на телевидении носят негативный окрас? Восемь из десяти сюжетов рассказывают о взрывах, убийствах, скандалах, казнокрадах. Политические передачи больше похожи на базарный треп. Фильмы и сериалы в основном про ментов и бандитов. Если в сюжете фильма показана история большой любви, то почти всегда за ней последует измена, злоба, корысть. А похорош! Обсуждают, как лучше развестись супругам. Мол, это помогает людям лучше понимать юридические тонкости бракоразводных процессов. После просмотра таких передач создаётся ощущение, что все союзы заканчиваются разводом!

— Да, есть такое.

— А «копание в нижнем белье» популярных людей! Какая разница, кто с кем спал, кому изменял, на ком женился и с кем развёлся?! Зачем это смотреть и интересоваться этим? Тьфу, нечисть! Чью жизнь мы проживаем, когда смотрим телевизор? — задал риторический вопрос молодой человек.

— Чужую, — ответила девушка.

— Судя по всему, жизнь рядового зрителя весьма сера и скучна, раз он тратит её на просмотр такого...

— Как бы поприличнее назвать это безобразие? Вот у тебя, Катя, скажи, что в жизни происходит? Чем она наполнена? — спросил Георгий.

— У меня? Книжки читаю, фильмы хорошие смотрю, мыслю. Семья, учёба, друзья. Бег, походы,

уроки пения. Что ещё?.. Магазины, прогулки... Ты, — чуть покраснела девушка.

— Ты что это покраснела, Беликова? Замерзла, поди?

— Всё в порядке, к чему спросил-то? — девушка перевела разговор в прежнее русло.

— То, что показывается в телевизоре, и то, что происходит в твоей жизни, совпадает?

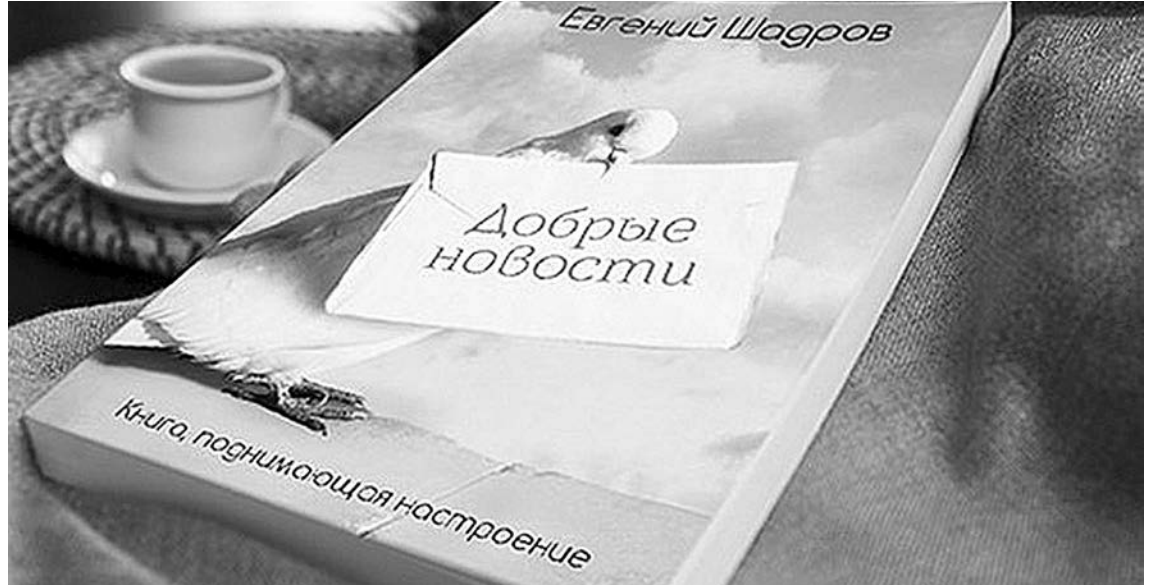
— Редко. Скорее, многое из того, что случается у меня и моих близких, на телевидении не показывают вообще. А ведь столько всего интересного происходит!

— Верно, Катюша! Одна известная радиостанция открыто заявляет: «Мы делаем новости». Так оно и получается. Валерий Валентинович то же самое мне сегодня сказал.

Информация часто придумывается, искажается. Каналы показывают только то, что выгодно их хозяевам. А нам? После просмотра телевизора мало того, что день можно выбросить в мусорное ведро, так ещё состояние безнадёги подкатывает, недоверие, беспомощность. Бывает, сюжеты некоторые так смакуют, что оторопь берёт. Какие уж тут действия ожидать от простого человека? Что он сделает, маленький и слабый, в таком огромном озверевшем мире? Ничего. Сидит дома и помалкивает. — разгорячённо делился своим мнением Георгий.

— Запуганным человеком легче управлять. Негатив больше привлекает внимания зрителя. Но если ты это понимаешь, то наверняка и другие на телевидении тоже понимают, — предположила Катя.

— Не знаю, кто там что понимает. Валерий Валентинович точно осознаёт, что к чему. Но он ничего не решает. Лисовский — фактический хозяин «Лис-ТВ», к тому же депутат. Он определяет всю внутреннюю политику канала. А кто хозяин у Лисовского — не ведаю. Остальные работники — технический персонал, исполнители. Большинству из них просто нужны деньги для содержания семей, а на телевидении платят исправно и в большом количестве. Такие



работяги с радостью бы создавали позитивный материал для ящика, только кто им это позволит? Пиннок под зад — и гуляй!

После небольшой паузы Весницын продолжил:

— Мне сегодня начальник предложил во время прямой линии с Президентом сыграть бедного студента и задать неприятный вопрос главе государства. Снизить его рейтинг.

— Да?! — удивилась девушка.

— И что собираешься делать?

— Что делать? Пока эмоции переживаю. Не нравится мне это предложение. Стоит только переступить черту...

— Понимаю. Но и с начальством лучше не ссориться. Ты же мечтал вести свою программу.

— То, что я хотел бы вести, хозяева канала не нужно. Ладно, — выдохнул Георгий, — утро вечера мудренее. У нас ведь свидание, ты не забыла?

Первый успех

— Сегодня у нас в гостях Павел Петрович Смирнов — приверженец здорового образа жизни, организатор трезвеннических фестивалей, поэт, музыкант. Здравствуйте, Павел! — начал беседу Георгий.

— Доброго времени суток, соратники! — поприветствовал телезрителей мужчина.

— Павел, Вы назвали наших телезрителей соратниками. При этом большинство из них ведёт далеко не здоровый образ жизни.

— Георгий, каждый человек является нашим соратником. Люди тянутся к здоровью, красоте, долголетию. Разве не так? — обратился Павел к телезрителям.

— Кто из нас откажется от здоровья?! — ответил за телезрителей Георгий. — Насколько мне известно, под трезвостью Вы понимаете не только отказ от употребления алкоголя, но и табака, и прочих наркотических веществ.

— Конечно, трезвый образ жизни вмещает в себя гораздо большее. Это и осмысленные поступки. Трезвость помогает людям многое пересмотреть в жизни, найти резервы для дальнейшего движения, — ответил гость.

— Хорошо, Павел. Расскажите свою историю о том, как Вы пришли к трезвому образу жизни.

— Дело было так. В институте один хороший товарищ дал по-

смотреть диск с лекциями Владимира Георгиевича Жданова. Много лет уж прошло с тех пор. Сейчас этих лекций в интернете видимо-невидимо, а тогда было страшно кому-то рассказывать о таких вещах, — засмеялся Павел. — Думали, что за просмотр и распространение таких материалов нас могут привлечь к уголовной ответственности или просто поймать в подворотне — и ищи-свищи! Смешно вспоминать.

Ещё бы, речь шла о глобальных корпорациях, которые наживаются на простых доверчивых гражданах. О мировом заговоре против России. Я ночь не спал после просмотра лекции. С тех пор алкоголь в рот не брал. А привычки курения не имел, благо, не с кого было брать пример — родители не курят.

Первые месяцы с пеной у рта доказывал своему окружению, какой вред приносят курение и употребление спиртного. Срывал рекламу этих товаров на остановках. Расклеивал в подъездах устрашающие наклейки о вреде наркотиков. Люди смотрели на меня как на фанатика, больного человека и, понятно, всерьёз меня не воспринимали.

— Зато сейчас на ваши трезвеннические фестивали приезжают тысячи людей, — уточнил ведущий.

— Потому что мы создаём добродушную, уютную атмосферу, куда люди приезжают семьями. На одном из фестивалей я встретил свою жену.

— Думаю, не Вы один.

— Так и есть, — кивнул Павел. — Наша команда помимо фестивалей ещё проводит лекции по здоровому образу жизни в школах и высших учебных заведениях. Организует туристические походы, спортивные соревнования, субботники по уборке и озеленению парков. Ведёт активную работу в социальных сетях. Работает с администрацией города.

— Ого, сколько всего ваша команда делает! Может быть, ещё и песни патриотические поёте? — спросил Георгий.

— А как же! И жизнеутверждающие песни поём, и народные танцы учим, и хороводы водим. Выпускаем трезвеннические буклеты, диски. Огромная благодарность тем соратникам, кто поддерживает нашу деятельность финансово. В основном мы трудим-

ся альтруистически, в свободное время от основной занятости.

— Большой спектр деятельности Вы обозначили! — уважительно сказал ведущий. — Думаю, после выхода программы многие о Вас узнают.

— А сейчас мы покажем вам небольшой сюжет с недавно прошедшего фестиваля «Трезвый Новоникитск».

Василий показал большой паплет. Материал был отснят.

Образ матери на ТВ

— Товарищи, — подключился к беседе Василий, — кого мы завтра снимаем в студии?

— Многодетную мать, — ответил Георгий.

— И в чём идея этого интервью? — спросил оператор.

— Ты часто видишь на экране матерей-героинь? — Савушкин задал вопрос оператору.

— Нет, помню, как-то видел сюжет про женщину-пьяницу, которая нарожала уйму детей, и те ползали по двору, как котят. Ещё обсуждался вопрос в студии, лишать ли её родительских прав, — вспоминал Василий. — Старообрядцев показывали. Живут на Дальнем Востоке, пашут землю дедовскими методами, одеваются тоже, как деды одевались. По семь-восемь детей в семье. Аборт у них — грех. В основном такие сюжеты, трудно другие вспомнить.

— А как в таких сюжетах выглядит многодетная мать? — продолжал задавать вопросы Савушкин.

— Если не из старообрядцев, то, как правило, уставшая, замученная, нередко расплывшаяся. Ей явно не хватает на себя времени и сил. По правде сказать, выглядит непривлекательно, — честно ответил Василий.

— Именно! — вступил в диалог Георгий. — Выходит, что если женщина желает иметь много детей, то это приводит к усталости, плохой фигуре, невосребованности на рынке труда. Такие выводы делаем?

— Реалии, — развёл руками оператор.

— Вася, я уверен, что есть в России немало многодетных семей. И они трудолюбивые, красивые, опрятные и привлекательные. И случается, что в таких семьях дети не только свои, но и приёмные. Такую семью мы нашли неподалёку от Новоникитска.

— Интересно, конечно. Но лю-



ди привыкли смотреть на тех, кто похож на них. Видеть схожие проблемы, искать пути решения. Мало кто захочет рожать десять детей после интервью, — предположил оператор.

— Василий, а ты сам следуешь своей логике смотреть на тех, кто похож на тебя? — спросил Павел Филиппович.

— Ну, да, — не сразу ответил оператор. — А при чём тут я? Мы же о многодетных семьях разговор ведём.

— Позволь тебе объяснить на понятном тебе примере. Ты увлекаешься футболом. У тебя кто любимый футболист? — спросил Павел Филиппович.

— Был Зидан. Но он уже не играет. Тренирует нынче.

— А почему тебе не интересен начинающий футболист чешской «Поддубицы» Иржи Петршны? — Савушкин только что придумал этого игрока.

— Первый раз о таком слышу. О нём хоть пишут спортивные издания? — поинтересовался Василий.

— Сомневаюсь, — пожал плечами Савушкин. — Зато он примерно на одном с тобой уровне, только в своей профессии. Ты же сказал, что людям интересна жизнь таких же людей, как и они сами. А интересуешься известным Зиданом! Где логика?

— Действительно, — почесал затылок оператор.

— А всё потому, — продолжал редактор, — что людям нужны примеры на вырост. И телевидение им предлагает героев более успешных, красивых или, наоборот, откровенных деградантов. Какой вывод может сделать обычный человек, увидев последних?

— «Дураки! Слава Богу, что у меня всё в порядке».

— Именно, Василий. Кто-то любит смотреть сюжеты с различными неадекватными личностями, и это позволяет им чувствовать свою успешность хоть в чём-то.

— Понял Вас, Павел Филиппович. Пример наглядный. Возвращаясь к многодетной матери, неужели вы оба думаете, что такая реклама многодетности воздействует на телезрителей? Ой, не верю, — Василий не отступал.

— Мы на такое и не рассчитываем, — ответил Георгий. — Пускай люди задумаются. Может быть, сломаются некоторые стереотипы. Наша аудитория — люди, которые наверняка готовы двигаться и развиваться. Решатся родить ещё одного — превосходно!

— Ладно, махинаторы, расчёт ясен. И сколько детей у нашей героини?

Хорошие новости будущего

Школьники Северодвинска разработали новейший спутник связи «Папоротник». Вывод спутника на орбиту запланирован в ноябре следующего года.

В Новосибирске прошла самая массовая утренняя зарядка в мире. Одновременно занимались 80 000 человек.

Урожай мандаринов поспел в Чукотском крае. «Чукотские мандарины» — производитель мандаринов номер один в мире.

Утилизирован последний снаряд. Государства успешно завершили процесс всеобщего разоружения.

Чемпионат мира по телепортации выиграли российские студенты, телепортировав всю судейскую бригаду на шикарный крымский пляж.

Со вчерашнего дня в российских школах на уроках физкультуры будут проводиться сорев-

нования по лапте.

Стихотворная форма общения теперь является нормой среди подрастающего поколения.

Российские женщины полны решимости в следующем году поставить новый рекорд рождаемости. «Одна семья — девять детей» — привыкаем к новым приятным реалиям.

Минимальный размер оплаты труда в России приравнен к зарплате депутатов Государственной Думы. Теперь депутаты искренне заинтересованы в повышении общего благосостояния россиян.

Государство выделяет 20 миллионов рублей на строительство дома для каждой семьи, желающей переселиться из города в деревню.

Россия прочно удерживает лидерство по инвестиционной привлекательности. Свои сбережения в российских рублях хранят 80% жителей планеты.

Доля доходов от туризма в России по итогам прошедшего года составила 34%. Нырание в прорубь, песни у костра, объятия с берёзкой, хороводная программа, душевные беседы — лишь малый список программы иностранного туриста.

Российские туристы признаны самыми культурными и благостными гостями на международных курортах.

В России закрылась последняя больница ввиду отсутствия больных в стране. Средняя продолжительность жизни рядового россиянина стремится к 150 годам.

Русский язык является вторым государственным языком в 149 странах мира, а в 67 — основным. Иван-чай и травяные сборы вытеснили с мирового рынка индийские и китайские чаи.

С поверхности Мирового океана убрано последнее скопление пластикового мусора.

В конкурсе «Евровидение» в нынешнем году будут участвовать многодетные семьи разных стран. Участники в национальных костюмах исполняют песни на родном языке.

Легкоатлет Иван Крепов отказался от звания чемпиона мира, победив на вчерашних соревнованиях. По словам Ивана, в его поселении все мужики такие, любой бы выиграл.

С 1 мая вводится безвизовый режим с Канадой. Такое решение принял губернатор Аляски Валерий Сычугин.

В отделении № 56789 Мирового холдинга «Сбербанк» зарегистрирован миллиардный вкладчик. Им стал мексиканец Мануэль Чирито Санчес.

За два утренних часа котировки хвой сосны на фондовой бирже поднялись на 17%.

Прошло три года с того момента, как губернаторов обязали лично ремонтировать дороги в регионах. С тех пор Россия считается страной самых качественных дорог.

Государственная Дума запретила использование ссудного процента на территории России.

Батарейки «Чернозём-1000», разлагаясь в земле, насыщают её всем необходимым набором полезных микроэлементов для живых организмов.

В прошедшем году каждый третий россиянин посадил более 300 саженцев лиственных и хвойных пород деревьев.

Штамп «Сделано в России» является гарантией долговечности и высочайшего качества изделий.

Евгений ШАДРОВ

<https://whatisgood.ru/press/books/kniga-dobryie-novosti/>

Запретный плод сладок?

Как вы думаете: с какого возраста можно употреблять пиво, вино, водку и другие наркотики? С какого возраста можно называть термином «половая жизнь»? С какого возраста можно начинать курить?

Не ошибусь, если подавляющее большинство (как и я до недавнего времени) считает, что смысл выражения «запретный плод сладок» заключается в следующем: наиболее желаемо то, что запрещено. Или же: если что-то запрещать, то непременно это захочется сделать.

Теперь немного истории. Не секрет, что это выражение взято из Ветхого завета. Там, многие помнят, были Адам и Ева, и они съели сладкое запретное яблоко. Смысл выражения нам подсказывает, что, мол, им запретили есть плоды, но это только подстегнуло их, и они тайком пробрались и с жадностью набросились на яблоню.

Как же было на самом деле? Книга Бытие, глава 3: «Змей был хитрее всех зверей полевых, которых создал Господь Бог. И сказал змей жене: подлинно ли сказал Бог: не ешьте ни от какого дерева в раю? И сказала жена змею: плоды с дерев мы можем есть, только плодов дерева, которое среди рая, сказал Бог, не ешьте их и не прикасайтесь к ним, чтобы вам не умереть. И сказал змей жене: нет, не умрёт, но знает Бог, что в день, в который вы вкусите их, откроются глаза ваши, и вы будете, как боги, знающие добро и зло.

И увидела жена, что дерево хорошо для пищи и что оно приятно для глаз и вожделенно, потому что даёт знание; и взяла плодов его и ела; и дала также мужу своему, и он ел».

Как видно из текста, никакого «запретного плода» в нашем понимании нет. Есть сад, в котором можно есть всё, кроме плодов с одного дерева. Адам и Ева следовали этому наказу. У них и в мыслях не было «тайного желания», обладания данным плодом. Т.е. было установлено некое правило, регламент, закон, который выполнялся, и это всех устраивало. И тут появляется змей.

Все мы слышали фразу: змей-искуситель. Вот он-то иговорил данных персонажей ослушаться. То есть налицо подстрекатель-

ство. Выходит, что нет никакого «запретного плода», нет желания пренебречь некими установками, правилами и устоями, нет желания нарушать запреты, а есть искушение третьей силой, есть пропаганда и навязывание своих желаний извне.

Многие уже поняли, что в современном мире наш «змей-искуситель» — это телевидение, пресса, реклама и прочие СМИ, влияющие на желания человека.

Теперь о реальной жизни. В пример беру мусульман. Им запрещено пить алкоголь. От этого мусульмане не хотят тайно по ночам набухаться в подворотне. Запрещено носить откровенные наряды. И от этого никто не захотел оголиться на публике. Ещё много чего нельзя, а нам, «свободным в выборе» гражданам, можно, что напрямую влияет на рождаемость, крепость семьи, здоровье детей, долголетие. Сколько детей у русских «свободных» девушек, а сколько у мусульман? И сравните здоровье этих деток.

Далее: есть запрет в нашем обществе на убийство. Никто же не стремится к нарушению данного запрета с мыслью «лишь бы нарушить». Я говорю о большинстве населения, конечно. Есть запрет на зоофилию. Думаю, тяжело найти человека, так просто идущего по улице, который спит и видит, как бы усладиться запретным плодом. Ну и остальные темы в том же ключе: педофилия, мужеложество, самоубийство, обман, изнасилование, предательство, измена, людоедство, поджог, кража. Специально привёл примеры разного рода запретов вперемешку. Некоторые из перечисленных уже являются нормой, т.е. змей уже тут побывал.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Вернёмся к нашим вопросам из вводной части. Вы — молодые папа и мама. Вам ваши родители, знакомые, да вообще всё окружение говорит, что нельзя запрещать ребёнку то, что вы считаете вредным для здоровья: конфетки, шоколадки, мороженое, газировки, хот-доги, компьютерные игры, телевизор, дискотеки и т.д. и т.п., так как он всё равно будет это есть или это делать в будущем, к примеру, когда вырастет, если речь о маленьком ребёнке. А своими запретами вы лишь усугубляете неизбежное, так как «запретный плод сладок».

Или же вам говорят, что нель-

зя запрещать брату или сестре, мужу или жене, другу или подруге и другим небезразличным людям употреблять наркотики, тратить деньги на безделушки и т.д. также из-за этого «плода».

Первую часть ошибочности данного мнения о том, что нет никакого «запретного сладкого фрукта», а есть змей-искуситель, уже объяснил. При дальнейших рассуждениях получаем следующее. Так как окружение (возьмём, к примеру, бабушек и дедушек при воспитании внуков) считает, что нельзя запрещать конфетки, мороженки, шоколадки, газировки и прочее внукам, «так как сейчас уже можно, и ребёнок, не получив удовольствия от сладостей сейчас, захочет и возьмёт своё в трёхкратном объёме чуть позже», то мы делаем вывод, что, следуя этой логике: а) в 15 лет бабушки и дедушки будут давать выпить внукам водки, так как иначе внуки в будущем сопьются; б) в те же 15 лет бабушка и дедушка будут водить в дом для внука проститутку. Раз в недельку. Иначе внук будет ходить на сторону, когда вырастет.

Абсурдность данных тезисов очевидна.

P. S. Мы имеем дело с хорошо отточенной пропагандой, льющейся на нас, наших родителей и наших детей со всех сторон, со всех телепередач, всех сериалов, фильмов, журналов, радио и интернета. Эта пропаганда и есть тот самый ползучий искуситель, который убеждает нас купить модную сумку, последний айфон, крутую шмотку, курить сигареты, пить алкоголь и принимать другие наркотики. Что с этим делать и как бороться? Запрещать и предлагать альтернативу.

Как маленьким детям: делает что-то плохое, незаметно забрали и предложили альтернативную игрушку или занятие. Пока не начал чадо пить и курить — увлекли спортом, хобби, домашними делами и обязанностями. Конечно же, если мама и папа днями сидят на диване и смотрят в зомбоящик или занимаются другими, только своими делами, то это уже другой разговор...

Юрий УСТИНОВ

для проекта «Научи хорошему»
<https://vk.com/whatisgood2>



Файны лабиринтов

Для древних лабиринты — модель мироздания. Называли их ещё «Хранилищем времени». Использовали лабиринты для проведения культовых обрядов и ритуалов целительства. Каждый род или племя строил свой лабиринт. Укладывали в них свои освящённые моленные камни. В центре закапывали заговорённый пепел с ритуально-жестким костра от сожжённых жертвоприношений-треб: лечебные травы и коренья, злаки, рыбу и животных, добытых на охоте. Лабиринты (другое название «вавилонны») означали «извилистый», «путаный» или иначе — Врата Господни, Путь Бога.

В классических лабиринтах 12 спиралей, ориентированы они своими концами по сторонам света, но не на магнитный, а на естественный полюс Земли, который вычисляли по Солнцу. В центре лабиринтов устанавливали каменные пирамидки — своеобразную Ось мира, Полярный Полюс, Пуп Земли или легендарную гору Меру. Внутренняя структура лабиринтов тоже имела определённую логику построения.

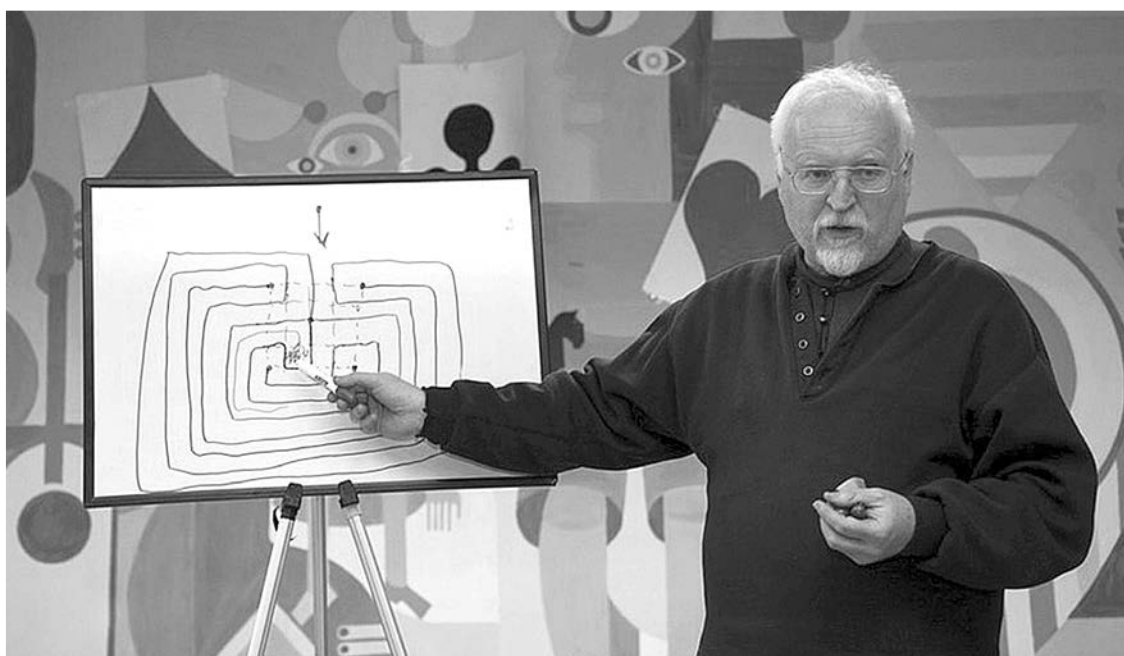
Известный путешественник, исследователь, учёный, доктор технических наук, действительный член международного клуба учёных и Русского географического общества (РГО) Вячеслав Викторович Токарев в начале января этого года уже не в первый раз приезжал на встречу в город Армавир, где действует корреспондентский пункт Всемирной Энциклопедии Путешествий (ВЭП).

Общение с этим необычным человеком приносит массу впечатлений от той удивительной информации, которой он делится со своими собеседниками. Захватывающим было и его выступление на московской конференции «Непознанное», проходившей в конце сентября 2018 г. Вячеслав Викторович говорил о таких известных, но крайне загадочных вещах, как лабиринты. Учёный уверен, это не просто извилистый коридор, предмет украшения или развлечения, а не что иное, как горизонтальная проекция информационного поля Вселенной. Исследователю удалось доказать, что ла-

биринты позволяли устанавливать связь со Вселенной, и пришло время не только вернуть глубокие знания наших предков, но и умение пользоваться ими на благо человека.

Профессиональный геолог Вячеслав Токарев является участником и организатором множества исследовательских экспедиций по изучению древних цивилизаций и мегалитической культуры (пирамид, дольменов, менгиров, лабиринтов). Он считает, что лабиринты всегда привлекали людей, показывая выход к свету из мрака бытия, — путь к высшему божественному предназначению человека.

Отдельные сведения о предназначении лабиринтов в прош-



лом сохранились в древнегреческих мифах. Но и сегодня без этой загадочной структуры вращения не обходится ни одна страна мира, ни один регион России.

В нашей стране традиционно уже многие годы исследуются лабиринты в Северо-Западном регионе по берегам Баренцева, Белого и Балтийского морей, Онежского и Ладожского озёр, в горах Кавказа.

В церковном убранстве православных храмов вплоть до XVII в. были широко представлены иконы с изображением лабиринтов,

на которых в центре помещался человек, а перед ним открывались пути-спирали сложнейшего выхода к Граду Господнему. И называли лабиринты на Руси «вавилоннами», «иерусалимами» — по имени мест, где, как считалось, обитают боги.

Одно из самых могущественных современных сооружений магической конструкции, оказывается, построили наши современники, а находится оно относительно недалеко от нас — в Санкт-Петербурге.

В мае 2003 года в одном из дворов Санкт-Петербургского государственного университета, рядом с филологическим и восточным факультетами, появилась композиция «Лабиринт», построенная по классической схеме, известной более 40 тысяч лет. Официально эта композиция считается неординарным подарком к 300-летию Северной столицы. Руководитель проекта «Лабиринт», декан филологического факультета СПбГУ Сергей Богданов рассказывал, что в создании композиции

участвовали около 300 старейших университетов мира. Следуя традиции петровских времён, когда каждый приезжающий в Северный Парадиз (так называли Петербург в XVIII в.) должен был по велению императора привезти с собой камень, в 2003 году представители разных вузов всего мира привезли Петербургскому университету камни со своих территорий. Именно из этих необычных даров и был возведён лабиринт. По словам Богданова, символичность композиции заключается не только в исторической традиции — дарить городу камни. Лабиринт — это феномен, символизирующий учение и знания, и композиция стала своеобразным памятником, вобравшим в себя частички мировой культуры. Камни сыграли роль посланников и представителей разных народов и языков.

Исследователь и учёный Вячеслав Токарев смотрит на это событие гораздо глубже: построенный во дворе Санкт-Петербургского университета лабиринт из гранитных блоков, где на специальной площадке расположены камни из разных уголков мира, вобрал в себя информацию о всей нашей планете. Этот странный объект — композиция «Лабиринт» — запустил невидимую, но очень мощную реакцию и формирует благоприятный завтрашний день для всей страны.

Зная биографию и географию деятельности Вячеслава Викторовича, трудно усомниться в результатах и выводах его исследований. Он окончил семь академических институтов и аспирантуру, защитил звание доктора технических наук, а первое базовое образование (геология) определило весь его жизненный путь. Исследователь принимал участие во многих экспедициях, в 80-е годы попал в спецгруппы, которые поддерживались советскими спецслужбами. Тогда было множество разных лабораторий, и Вячеслав Викторович прошёл подготовку по раскрытию резервных способностей человека при институте головного мозга в Ленинграде, одна из целей которого — формирование сверхспособностей личностного роста. Этим он продолжает заниматься и сейчас, создав и возглавив научно-исследовательский центр «Наследие Арктиды».

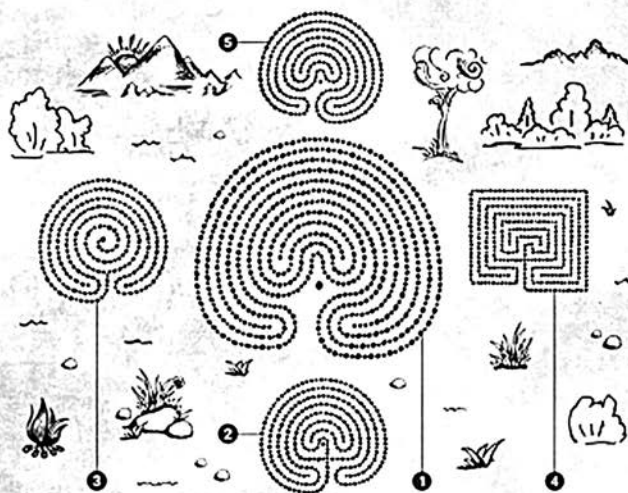
У Вячеслава Токарева есть

... ПАРК ЛАБИРИНТОВ ...

Состоит из каменных лабиринтов - спиралевидных сооружений, выложенных на земле из валунов и камней. На сегодняшний день известно более 500 этих древних загадочных каменных конструкций. Они расположены на территории России, Скандинавии, Дании, Исландии, Эстонии, единичные в Англии.

«Мы никогда не узнаем, имени жреца, который первым очертил магический круг; шамана, который усложнил его до спирали; или колдуна, построившего первый лабиринт. Точно также мы никогда не узнаем имени первооткрывателя, который, взяв в руки раздвоенную ветку и уловив ее вибрации, создал тем самым первый геофизический прибор. Но их искания в области познания энергий Земли и энергетик человека сохранились до наших дней, и пренебрегать этим тысячелетним опытом было бы крайне не разумно.»

Многие исследователи сходятся в том, что каменные лабиринты - культовые сооружения, пришедшие к нам из глубины времени, инструмент магов (жрецов, жидов) при проведении обрядов и ритуалов. Их назначение - помощь в решении практических, конкретных задач, достижение цели или, как модно сейчас говорить, «работа на результат».



В парке лабиринтов представлены пять разных по назначению лабиринтов:

1. Лабиринт «Любовь». Самый большой, центральный. Его назначение - Вселенская любовь, гармония, нивелирование конфликтных ситуаций. Лабиринт универсальный.
2. Лабиринт «Крепость». Набор и аккумуляция силы для решения важных задач.
3. Лабиринт «Колесо войны». Здесь формируется мужское здоровье, крепость духа и победа в бою, усиливается энергетика.
4. Лабиринт «Великая Мать». Назначение - гармонизация женского начала.
5. Лабиринт «Творчество». Предназначен для генерации идей, поиска нестандартных решений, креатива. Помогает в достижении цели.

ВНИМАНИЕ! Лабиринты обладают свойством многократно усиливать всё о чём Вы думаете и чего хотите, оказывают мощное психо-эмоциональное и физическое влияние на состояние человека. Критично важно при прохождении того или иного лабиринта концентрировать своё внимание на желаемом будущем во благо себе, близких, всего сущего. Вся практическая работа на Лабиринте строится на создании мыслеобраза своего Намерения Цели и дальнейшем его удержании в фокусе внимания.



множество патентов и изобретений в области геологии и физики Земли, её ритморезонансных и волновых процессов. Сочетая все аспекты с накопленным опытом, учёный и его единомышленники исследуют удивительные по силе ощущений явления, которые возникают у людей на особенных каменных комплексах нашей планеты, некоторые из них ещё называют «местами Силы» или «Порталами пространства и времени». На многих таких местах сооружены древние храмы или разные культовые сооружения. Результаты исследований поражают: в необычных каменных комплексах, в том числе и лабиринтах, содержится мощный информационный заряд.

На вопрос «Доходят ли результаты исследований до государственных структур?» Вячеслав Токарев отвечает: «Ещё с конца 90-х годов я довольно активно сотрудничаю с подкомитетами Госдумы и информацию, которую получаю, довожу до властей разного уровня. Но здесь возникает другая проблема: облечённому властью человеку не всегда возможно вносить какие-то изменения в социуме. Благими намерениями можно, как говорится, и дорогу в ад уместить».

Здесь возникает некий конфликт: учёный считает, что он изобретает что-то сверхполезное, однако это суперхорошее может вызвать значительный дисбаланс в обществе. Изобретём мы, допустим, новые технологии строительства. А куда денем все наши кирпичные заводы и строительные комбинаты? Здесь нужно всё просчитывать и проверять. Поэтому власть вполне резонно стремится к сохранению существующего статуса производительных сил и отношений в обществе, а учёные и исследователи занимаются своим делом — совершают открытия, находят забытую человечеством информацию.

Движение «Наследие Арктиды», которое возглавляет Вячеслав Токарев, тщательно изучает все необычные каменные комплексы — «Места Силы». Огромной магической силой обладает наш Русский Север — это Полярный Урал, Таймыр, Хибини, побережье и острова Северного Ледовитого океана, где находится множество больших, мощных объектов. В средней полосе России также есть такие объекты, но они сильно разрушены.

Известные «Места Силы» — Тибет, Индостан. Токарев с единомышленниками также выезжает в экспедиции на Алтай, Памир, Крайний Север, Урал, в Гималаи и Индию. Там идёт изучение и познание прошлого и будущего Земли, проводится работа с ноосферой планеты, достигается понимание обрядов и церемоний наших далёких предков. Но главная программа исследователей и учёных «Наследие Арктиды» — это преображение человека, выявление его способностей выстоять

при любых природных катаклизмах и кризисах окружающего мира, формировать благоприятное будущее.

Вячеслав Токарев говорит: «Мы изучаем разные, известные издревле техники по достижению гармоничного развития личности. Но для себя я понял, что самыми лучшими являются те, которые проверены опытом тысячелетий и которые сохранили человека при всех глобальных потрясениях планеты. Здесь мы отдаём предпочтение восприятию обрядовой практики у встречаемых на Крайнем Севере каменных выкладок лабиринтов. Эта практика самая древняя, мощная и прямую ведёт к достижению результата. Мы создали школу Северного (Полярного) Лабиринта. Я ездю по стране, читаю лекции. Мы строим бережные структуры, создаём лабиринты с целью гармонизации человека и окружающей среды. Например, на Кавказе, на вершине Бештау, построили большой лабиринт, два лабиринта — в Адыгее, один — в Кабардино-Балкарии. Создали целый Парк Лабиринтов на Алтае, в долине реки Катунь. Планы лабиринтов включают в себя законы высшего космического порядка: на уроках нашей школы мы учим и учимся это делать, рисуем вращение планет, изучаем угол прецессии осей Земли, а затем всё закладываем в схемы получаемых спиралей. И после комплекса занятий разворачиваем лабиринт на местности».

Учёный открыл формулу лабиринта и со всеми желающими делится полученными древними знаниями. Тысячи людей по его методике прошли лабиринт и ощутили на себе его благое творение. Учёный уверен, что лабиринт имеет массу специфических качеств: те, кто начинает по нему ходить, избавляются от алкогольной зависимости, снижается потребность в курении, появляется желание и возможность создать крепкую семью, родить детей.

Исследователь и его команда часто отправляются в разные экспедиции. И в то же время Вячеслав Токарев всегда доступен в общении не только через социальные сети. О своих открытиях и полученных древних знаниях он рассказывает при личных встречах с единомышленниками, как это происходит, например, в Армавире.

Мы решили написать об этом удивительном человеке и тайнах лабиринта, чтобы ещё раз всем вместе удивиться многообразию великих и загадочных явлений, которые происходят совсем рядом. Ведь кроме повседневных забот есть масса интересных вещей, на которые можно и нужно обращать внимание хотя бы для того, чтобы жизнь стала ярче.

Сергей ФРОЛОВ,

член Всемирной Энциклопедии Путешествий (ВЭП) и руководитель корреспондентского пункта в г. Армавире



Исцеляющая гора Иремель на Южном Урале

На территории Южного Урала, в северо-восточной части Белорецкого района Башкирии, на границе с Челябинской областью, расположена гора Иремель. Она с давних времён пользуется магической славой у местных жителей. Они уверены, что гора помогает не только зарядиться энергией, но и найти смысл жизни. Неспроста в прежние времена подниматься сюда категорически запрещалось всем, кроме шаманов и жрецов.

Иремель является второй по высоте горой Южного Урала и имеет две вершины, которые соответственно называются Большой и Малый Иремель. У подножия горы берут своё начало сразу несколько рек. Здесьние места считаются красивейшими среди Уральских гор. На некоторых участках Иремели никогда не сходит снег. Но главное достоинство этой удивительной горы — совсем не её высота, живописность или красивый внешний вид. Гора является мощнейшим местом силы и источником положительной энергии.

Гору Иремель издавна называют священной. Об этом и сейчас

могут многое рассказать местные жители. Люди, которые селились у подножия горы, ощущали, как она помогала им раскрывать свой духовный и творческий потенциал, искать и находить смысл жизни, заниматься самопознанием, общаться к вечному. До сих пор многие люди, которые ищут ответы на подобные вопросы, приходят к горе, живут здесь какое-то время, занимаются духовными практиками и просто наслаждаются красивыми видами горного массива.

Совершить восхождение на гору Иремель можно не только со стороны Башкирии, но и Челябинской области. Те, кто уже поднимался на вершину, отмечают, что по дороге к ним приходит осознание собственной жизни, переосмысление основных ценностей. Многие находят в себе новые возможности и скрытые до сих пор таланты. Среди экстрасенсов гора Иремель уже давно приобрела славу «места силы», куда они приходят за восстановлением своего энергетического поля. Исследователи различных аномалий также считают, что на горе имеется очень мощный канал, вверх по которому поднимается энергия. Наверное, поэтому в переводе с тюркского языка Иремель означает «дарующая силу».

Кроме того, у подножия горы в прошлом жили старообрядцы. Эт-

нографы собирают от местных жителей древние легенды и сказания о подземных обитателях здешних мест, которых те называют чуди. Есть также одна давняя легенда, согласно которой каждый, кто преподнесёт духам горы Иремель хоть какой-то подарок, может ожидать исполнения самых заветных желаний. Уфологи также не обделили своим вниманием Иремель. В настоящее время сюда приходят проводить встречи и представители эзотерических учений. Они уверены, что в подобных местах выхода энергии из Земли у человека прочищаются чакры, наступает гармонизация его физического и духовного миров.

Кроме самой горы подобными заряжающими и даже исцеляющими свойствами обладает и горная вода на Иремеле. Многие описывают необъяснимое свечение воды в определённое время. И хотя свидетелями этого странного природного явления уже были несколько человек, установить регулярность этого свечения и как-то объяснить его пока не удалось. Зато точно установлено, что горная вода заряжает бодростью и энергией, способна исцелять от болезней.

В отличие от давних времён, когда посещать гору разрешалось лишь одним шаманам, сегодня сюда могут приходиться все желающие.

<https://zen.yandex.ru>





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

✓ **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.

✓ **ПРЕДЛАГАЮ**
• качественный и недорогой **МЁД** (с подсолнечником или с донником) — 170 руб./кг;
• **МЁД ИЗ ЧИСТОГО ДОННИКА** (почти белый) — 250 руб./кг;
• **ГРЕЧИШНЫЙ МЁД** — 280 руб./кг;

• **ЦВЕТОЧНЫЙ МЁД** (более тёмный) — 230 руб./кг;
• **МОЛОЧАЙНЫЙ МЁД** (почти белый, душистый) — 280 руб./кг;
• **АКАЦИЕВЫЙ МЁД** — 330 руб./кг;

• **МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ СЫРОДАВЛЕННОЕ**, холодного отжима (не горчит, пахнет сырой семечкой, очень нежное. Давлю масло уже 7 лет, пресс металлический. На фестивалях это масло занимает 1 место у меня по продажам) — 190 руб./л;

• **ОРЕХ ГРЕЦКИЙ** — 190 руб./кг;
• **ОРЕХ ГРЕЦКИЙ** чищенный — 500 руб./кг;
• **СУШЁНЫЕ:** шиповник — 180 руб./кг, боярышник — 170 руб./кг, чабрец — 1300 руб./кг; шалфей — 600 руб./кг; мята — 2000 руб./кг, арбуз — 1000 руб./кг, дыня — 1600 руб./кг; груша — 550 руб./кг, тёрн — 160 руб./кг;

• **ЧАЙНЫЙ СБОР** — 1500 руб. за 1 кг;
• **АРБУЗЫ СОЛЁНЫЕ**, целые — 70 руб./кг;
• **КАПУСТА КВАШЕННАЯ** — 320 руб./кг;

• **ЧЕСНОК** — 180 руб./кг;
• **ХЛЕБ** бездрожжевой — 100 руб./шт.;
• **ВАРЕНЬЕ** (разное), 0,5 литра — 90 руб./кг;
• **ПОМИДОРЫ И ОГУРЦЫ** в 3-литровых банках — 320 руб.

Минимальный заказ от 4000 руб.
Отправляю транспортной компанией. Доставка за счёт заказчика.

Живу в поселении Росток Ростовской области. Тел. 8-928-959-4995 — Александр Донцов (Сват), автор книги «Как позвать Любовь и создать семью» (изд. С. Зениной, г. Орёл).

✓ Родовое поместье Котышевых предлагает: **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный, гранулированный, собранный вручную с любовью — 200 руб./100 г.

Целебный, очень вкусный **МЁД** (консистенция «масло»). Основные медоносы: ива, иван-чай, донник, липа, лесное разнотравие. Забира-

ем мёд один раз в год после медового спаса (400 руб. за 1 кг).

✓ **МЁД В СОТАХ** (в ограниченном количестве) — 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 черникой — 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

✓ **ПАСТИЛА ВИТАМИННАЯ** от семьи Карпычевых. Мы делаем вкуснейшую пастилу из плодов, выращенных в частных хозяйствах (яблоки, вишня, чёрная

смородина, тыква, облепиха и др. плоды), и мёда. Пастилу делаем при минимальной тепловой обработке с целью сохранения витаминов — для себя, своих близких и на продажу (200 руб. за 100 г).

Тел. 8-937-037-9278 — Андрей, Ульяновская область.

✓ **ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД** из Родового поместья Кедр Пензенской области. Цена 3 л — около 800 руб. Высылаем с наложенным платежом или оплатой на карту Сбербанка (без почтовой комиссии за наложенный платёж). Постоянным покупателям ВСЕГДА скидки.

Тел.: 8-908-529-7402 — Анна, 8-908-529-7501 — Александр.

✓ **МАСЛО КЕДРОВОЕ** из Бурятии, 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: листовый, гранулированный.

✓ **САЖЕНЦЫ кедрового стланика**, 4–7 лет, 100 руб./шт.; **кедрового стланика**, 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 (так дешевле) 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 всю продукцию также можно на сайте eco-trapeza.ru.

Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

Участки, дома

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 32 га по Смоленской трассе, в 30 км от Брянска и в 5 км от села Овстуг — бывшие земли великого русского поэта Фёдора Ивановича Тютчева.

Участок начинается от трассы. Вдоль всего участка проходит гравийная дорога, по участку — газопровод и ЛЭП, в конце участка — берёзовая роща, богатая грибами и ягодами.

Участок ровный, земля пригодна для возделывания с/х-культур. В овраге за участком есть возможность сделать озеро.

Участок также пригоден для жилой застройки. Старинное название — «Барсуки».

Земля в собственности, документы в полном порядке.

В селе Овстуг есть церковь, средняя школа, почтамт, районная больница, музей-усадьба Ф. И. Тютчева.

Сообщение с городом — автобус, маршрутное такси.

Не агентство. Цена 100 тыс. руб. за гектар. Торг.

Тел. 8-920-601-7773 — Алексей.

✓ **ПРОДАМ ЗЕМЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК** 1,27 га в поселении Заветное Владимирской области, в экологически чистом месте, в 30 км от Владимира.

На участке: дом, баня (недостроенная), колодец, пруд, теплица, сарай, туалет. Удобный насыпной подъезд к дому.

Много насаждений лесных и плодовых.

Стоимость 2,1 млн. руб. Тел. 8-926-737-3691 — Ольга.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 1,2 га с домом и насаждениями в экопоселении Родовых поместий Родолад, на территории национального парка Самарская Лука, на берегу Волги. До Тольятти — 55 км, до Самары — 130 км.

Дом-сруб с мансардой 3х5 м, веранда 2х5 м, баня с печью.

На участке: яблоны, вишни, сливы, груши, виноград, смородина, клубника садовая. Много полян с лесной ягодой и ежевикой.

Проведена вода для полива из Волги. Замечательные соседи. Земля оформляется в собственность.

Цена 350 тыс. руб. Тел. 8-960-839-9574 — Ирина, Николай.

✓ **ПРОДАЁТСЯ РОДОВОЕ ПОМЕСТЬЕ** по адресу: Краснодарский край, Северский район, поселение Ведруссия, поляна Южная, 4. Вынуждена это сделать по причине преклонного возраста (77 лет), проблем со здоровьем, не хватает физических сил обрабатывать землю.

Живу в Родовом поместье 15 лет, с самого начала его основания. Площадь земельного участка 1,5 га, на котором есть дом (каркасно-щитовой), баня (каркасно-щитовая), погреб, выкопан пруд. Разработан огород (10 соток), сад (20 соток, плодоносит), имеются посадки деревьев по периметру земельного участка. Территория огорожена забором, есть ворота и калитка. Земля и постройки оформлены в собственность.

Цена 2 млн. рублей.

Горохова Галина Максимовна, тел. 8-918-160-0696; телефон дочери 8-918-332-6961 (Татьяна Михайловна); домашний телефон в Краснодаре 8(861)258-50-47.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 1,45 га с домом в обустроенном центре ПРП Благодать Ярославской обл.

Дом 2-эт., кирпичный, 200 м², изнутри обшит кедром (второй этаж — под бизнес), 3 печи, погреб внутри. На участке баня, гостевой дом, колодец, дровяница, навес на въезде, посадки. Есть электричество. В перспективе — прописка, различный экобизнес.

Документы оформлены. Цена 3,3 млн руб.

Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 1,23 га между Владимиром и Гусь-Хрустальным, в поселении Родовых поместий Добрая Земля, участок находится в РП Родное. Можно строить.

В 3 км — средняя школа, ходит школьный автобус. На территории — лес, земляничная поляна, насаждения: вишни, груши, яблони. В пятистах метрах озеро.

Установлен столб под электричество, есть подъездная дорога. В проекте — проведение газа.

Хорошие соседи. Не агентство. Цена 800 тыс. руб. Торг.

Тел. 8-900-584-9572, Александр.

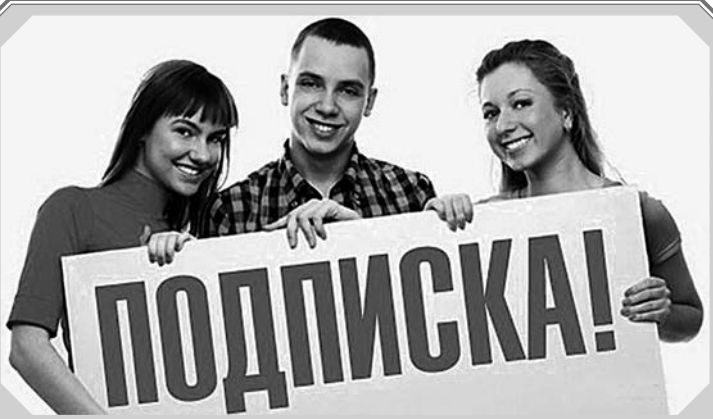
Медунитса **ДРУГАЯ ХАЛВА** на меду Попробуй НОВЫЙ вкус!

100% RAW NATURAL PRODUCT HAND MADE

КЕДРОВАЯ ШОКОЛАДА ШОКОЛАДНЫЙ АМИРАЛТ ТЫКВЕННАЯ

используется в Родовых поместьях • Живая Земля

https://vk.com/medunitsa_naturalnie_sladosti



Подпишись на газету сегодня!!!

**Отложенное на завтра не сбывается потом.
Живи здесь и сейчас!**

**Подписка на газету «Родовая Земля»
на I полугодие 2019 г. во всех отделениях
почтовой связи РФ (с любого месяца)
и на сайте на сайте <http://vipishi.ru>.**

Подписной индекс 60041 по каталогу МАП «Почта России»

* * *

Электронная версия —

<http://pressa.ru/izdanie/39083>

Семена и саженцы

✓ Друзья, с радостью предлагаем вам: **СЕМЕНА ЧЁРНОГО ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Растёт достаточно быстро, морозостоек и засухоустойчив.

Все части этого растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, для укрепления иммунитета и очищения организма. Ценная древесина.

1 орех — 20 руб.
Тел. 8-920-215-3052 — Михаил.
sotvorenien.ra@gmail.com.

✓ Всем, кто хочет посадить **СВОЙ ЛЕС!** Осуществляем **ПОСТАВКУ 3-ЛЕТНИХ САЖЕНЦЕВ** кедра 35 руб./шт. и пихты по 25 руб./шт.

Минимальный заказ 100 корней (можно, например, 50 кедров и 50 пихт).

Время начала ОТПРАВКИ заказов — с 1 мая.

ДОСТАВКА транспортной компанией.

Ваши саженцы будут выкопаны в солнечных местах кедрово-соснового бора и елово-пихтового леса. Это позволит высадить кедры и пихты на открытых местах.

Саженцы берутся из мест их загушения, когда на один квадратный метр приходится от 10 до 30 сеянцев. Таким образом, после прорезывания оставшиеся маленькие кедры и пихты получают право расти дальше без конкуренции. Выкопанные для вас саженцы также получают возможность стать прекрасными взрослыми многовековыми деревьями на ваших участках.

Саженцы с открытой корневой системой будут упакованы в мох и полиэтиленовую плёнку по 100 штук, что позволит им сохранить влагу при транспортировке (как

показал опыт, две недели в пути саженцы преодолевают без труда).

Приживаемость наших саженцев в разных регионах России 70–80%. Работаем с 2012 года.

Тел. для связи: 8-923-607-6546, 8-951-581-8326. Тимофей.

[whatsapp/telegram. VK страница в интернете <https://vk.com/tima888ra>. Родовое поместье Кинжеевых, д. Иткара, Яшкинский район.](https://vk.com/tima888ra)

Разное

✓ **ПРОДАЮТСЯ КОЗЛЯТА**, козы чешской и других пород. Тел. 8-923-528-7000 (Кемеровская область, Плотниково) — Александр.

✓ **КУПЛЮ СЕМЕНА РЖИ СТАРИННЫХ СОРТОВ** на посадку весной или обменяю на семена. Тел. 8-908-932-1059 — Тамара.

✓ **ПЕРЕДЕЛКА ПЕЧИ ЗА ТРИ ДНЯ.** (Акция от печника Александра Самофала).

Здравствуйтесь, друзья! Предлагаю свои услуги по реконструкции проблемных кирпичных печей, значительно улучшающие их характеристики. Если ваша печь плохо прогревается, имеет неудовлетворительную тягу, прожорлива на дрова, дымит в помещении и проч. — обращайтесь. Не успею остыть, ваша печь заработает так, что вы её не узнаете.

Цена услуги в период до 15.03.19 составляет 20 тыс. руб. Подробности по тел. 8-928-161-2429.

✓ **КНИГИ** по ноосферному образованию, дольменам, О. Валеевой; развивающие правильные **ИГРЫ** для детей; **ЭКО-КОСМЕТИКА ЯГА**.

Интернет-магазин «БлагоДарья» — blagodarja.ru. Тел. 8-918-082-4515, Лидия.

«Родовая Земля» в вашем городе

Абакан. Перминова Антонина Фёдоровна, 8-913-449-6837.

Абинск, Краснодарский край. Орлов Василий Иванович, 8-918-165-1645.

Алтай, с. Паспаул. Мысак Людмила Анатольевна, 8-913-996-6278.

Анапа, ул. Ленина, 71 (киоск «Родовые поместья»). Матвеев Анатолий, 8-952-855-5104, matveev555@inbox.ru.

Белгород. Наталья Васильева, 8-904-088-8615.

Волгоград. Сафронов Михаил Юрьевич, 8-906-407-8001.

Дзержинск, Нижегородская область. Степкина Наталья Дмитриевна, 8-909-294-8570.

Екатеринбург. Колькопф Валерий Давыдович, 8-953-004-0413.

Иваново. Крайнер Якуб Михайлович, 8-909-246-1994, 8-930-352-9659.

Иркутск. Тужилина Ульяна Сергеевна, bdsib@yandex.ru.

Кемеровская область, д. Иткара, пер. Речной, 1а, Кинжеев Т. А., 8-923-607-6546.

Кировская область, п/о Степановщина, Булатов Фёдор Афанасьевич, 8-912-700-2923.

Ковров, Владимирская область. Аверина Ольга Константиновна, 8-900-473-5219, 8 (49232) 4-19-24.

Краснодарский край, пос. Ильский, СНП «Ведруссия», Лунёва Лидия Викторовна, 8-918-082-4515.

Красноярск, ул. Ферганская, д. 9, цоколь. Валентина Михайловна Гугасян, 8-913-173-1934.

Москва. «Уголок «Анастасия», Калинин А. Н., 8-905-510-1027.

ОРЁЛ. Центр природного земледелия «Сияние», Карачевское шоссе, д. 74, ТЦ «ЛИНИЯ-3», цокольный этаж, павильон 7, тел. 8-910-748-7910, siyanieorel@yandex.ru.

Пенза. Куделькин Владимир Владимирович, 8-937-412-0554.

Пермь. «Экомир», г. Пермь, ул. Екатерининская, 180, тел. 8(342) 236-68-87 (книги и газеты), www.ecomir.perm.ru, ecomir@perm.ru.

Ростов-на-Дону. Доставка (книги и газеты) в Шахты, Новочеркасск. Самофал Александр Александрович, 8-928-161-2429, zv-poselenie@ukr.net.

Салехард. Коновалова Земфира, 8-902-829-6269.

Санкт-Петербург. «Лад-Град», ул. Гончарная, 11. Тел. (812) 717-7441.

Смоленск. Немыткин Виктор Петрович, 8-951-698-6822.

Смоленская обл., г. Духовщина. Буренкова Валентина Васильевна, 8-910-716-0291.

Челябинск. Шпак Эльвира Рафаиловна, 8-922-633-9266.

Ярославская область, Переславский район, ПРП Благодать, Ковалёва Анастасия, тел. 8-961-027-4139.

Выписать газету
«РОДОВАЯ ЗЕМЛЯ»

можно с любого месяца

в любом отделении

почтовой связи РФ,

в том числе и в КРЫМУ.

Подписной индекс

60041

в каталоге МАП «Почта России».

Подписка на электронную

версию — <http://pressa.ru/izdanie/39083>

Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

Новинки

«Живые Духи из дольменов». Шершукова Т. 104 с., илл. — 180 (160) руб.

* * *

«Со светом по Свету. Часть 1. Пособие для Ведущих хороводно-игровых праздников». Гаврилёнов В. 136 с. — 350 руб.

«Мы — дети Солнца». Альбом картин Александра Жукова, А4, 40 с. — 200 руб.

«Орлиного цвета крылья». Крестьева Е. 240 с. — 200 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., ил., — 150 (130) руб.

«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слётов). Донцов А., 168 с. — 150 (135) руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., ил. — 180 (150) руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 360 руб.

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., ил. — 150 (135) руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мылникова А. 100 с., ил. — 277 (250) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., ил. — 300 (260) руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 120 (100) руб.

«Тайны, поведанные волховом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 80 (65) руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., ил. — 220 (180) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Геленджикский район Краснодарского края». 144 с., ил. — 220 (180) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 2». 144 с., ил. — 220 (180) руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., ил. — 220 (180) руб.

ил. — 220 (180) руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 2-е изд., 88 с., ил. — 220 (180) руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 стр. № 1 и № 2 — по 140 (120) руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., ил., № 1, № 2, № 3 — по 200 (180) руб.

«Асана Бога» (теория и практика його). Афонин В. 648 стр., ил. — 400 (350) руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 (75) руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., ил. — 90 (75) руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 100 (80) руб.; № 4, «Сказы Гамаюн» — 100 (80) руб.; № 6, «В устремлении к Единому» — 120 (100) руб.

«Падали звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., ил. — 180 (160) руб.

«Тропинка. Рассказы». Макеев Н. 96 с. — 60 (50) руб.

«Зарянка». Пьерков А. А. 32 с., ил. — 140 (125) руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пьерков А. 56 стр., цв. ил. — 180 (160) руб.

«Севкины героизма. Побывальщины для детей». Пьерков А. 80 стр., цв. ил. — 150 (130) руб.

«Врагабой». Славянская сказка для детей. Пьерков А. 80 с., ил. — 200 (180) руб.

«Сквозь лабиринт времён. Остров Веры». Юнцова О., Бояринцев И. 296 с. — 250 (235) руб.

«Часть 5. Сквозь лабиринт времён. Легенда о бабочке». Юнцова О. 200 с. — 100 (90) руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грани Кристалла». — 155 (140) руб.

«Часть 2. Творение судьбы». — 155 (140) руб. «Часть 3. Обретение целостности». — 155 (140) руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 (120) руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Земли» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 (40) руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 80 (65) руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте:
**КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕЧНИК:
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 наложенным платежом.

Отпечатано в ЗАО «Полиграф-Сервис». 241020, г. Брянск, пр-д Московский, д. 15-а. Объём: 8 п. л. Заказ № 414.

Подписано в печать 4.03.2019 г. По графику — 18.00, фактически — 18.00. Выход в свет 5.03.2019 г. Тираж 3000 экз. Цена свободная.

Учредитель и издатель — Светлана Зенина

И. о. главного редактора — Дан Зенин

Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:

Россия, 302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36–168.

Тел./факс: (4862) 75-27-46, 41-34-22, 78-08-62.

Эл. адрес: book@zeninasvet.ru,

yarmarka@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», 2019.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

Подписной индекс 60041 по каталогу МАП «Почта России» и на сайте <http://vipishi.ru>.

Поселение Родовых поместий ЧИК-ЕЛГА

Межпоселенческая семейная школа «БОСИКОМ ПО ЗВЁЗДАМ»

Семейный образовательный лагерь

с 21 по 27 июля 2019 года

Тема: «Сотворение»

Вот уже четвёртое лето подряд мы приглашаем родителей и детей

- прожить вместе целую неделю на живописной праздничной поляне поселения Чик-Елга;
- по-настоящему прочувствовать лето, праздник детства, дружбы, жизни на земле;
- объединить силы природы, взрослых и детей для совместного творения радостной жизни в ладу с планетой и друг с другом;
- осваивать экотехнологии;
- преображать мир, преображая себя;
- стать одной семьёй, получать живой опыт сотрудничества и взаимной ответственности.

Программа¹:

На этой сессии мы проживём, как Земля и всё живое на ней могут вдохновлять человека на творчество. Освоим азы технологий экостроительства, использования природных материалов для обустройства и украшения жизни. Почувствуем себя в роли Создатель планет. Изучим способы гармонизации здоровья и своей семьи. И, конечно, как всегда, будет много командообразования.

Для детей от 7 лет: Приключение-квест по исследованию окрестностей Чик-Елги с использованием альпинистского снаряжения и настоящей переправой через речку. Коллективное строительство экожижины. Обустройство грядки-клумбы, выращивание живой еды. Занятие по пробуждению творческого потенциала и глобальной ответственности «Сотвори свою планету». Хождение на ходулях. Мастер-класс по травопле-

тению. Творение ежедневных стенгазет, школа юного хороводника, дежурство по кухне, колка дров и заготовка веников для бани. Освоение раздельного сбора мусора.

Для дошколят (4–7 лет): занятия в кукольном театре (изготовление декораций, репетиции, выступление), сбор полезных и вкусных трав для лагерной кухни, традиционные народные игры, развивающие настольные игры с педагогом, чтение и обсуждение отрывков из книг В. Мегре. Изготовление обережных кукол из ткани. Качание на гамаках, качелях, тазанках, игры в «обливалки».



Родителей ждут поляны, полные ягод и цветущих целебных трав, чистейшая горная речка с баней на берегу, вкусное вегетарианское питание. Мастер-класс по природному (органическому) земледелию. Семь дней душевного общения. Ярмарка продукции Родовых поместий. Знакомство с жителями и жизнью поселения Родовых поместий.

Общие блоки для взрослых и детей: весёлые зарядки, вечерние якорьки-огоньки, народные

игры и хороводы, песни у костра, командообразующие и спортивные игры. Мастер-класс по основам массажа «Ладование родных и близких». Занятия по ТРИЗ (Теории решения изобретательских задач). Ежедневное купание в речке и баня. Общие круги под Волшебным Дубом. Праздник «День Земли» с показом спектакля по мотивам книги В. Мегре «Сотворение». Катание на лошадях (за дополнительную оплату по предварительной заявке).

Оргвзнос: взрослые — 7000 руб., дети от 7 лет — 7000 руб., дети 4–7 лет — 6000 руб., дети 0–3 лет — бесплатно.

При оплате до 15 апреля — скидка 10%, с 15 апреля по 15 мая — скидка 5%.

Заезд 20 июля.

Отъезд 28 июля.

В стоимость входят: размещение в эколагере (в личных палатках), инфраструктура — душевые, туалеты, умывальники, летняя кухня, навесы для занятий и приёма пищи, парковка. Вода, трёхразовое вегетарианское питание (с деревенскими сметаной, молоком и яйцами, фруктами, мёдом, сыродными нарезками и лакомствами). Образовательная программа с расходными материалами.

P. S. Друзья! По отзывам участников прошлых лет, проживание в палатках — совсем не страшное испытание, а приятное удовольствие, главное — взять достаточно

тёплой одежды и одеял. Особенно нравится ребятам-подросткам. Младшие же в большинстве своём воспринимают это как само собой разумеющееся.

Внимание! Приглашаем добровольцев для помощи на кухне (женщин/девушек) и носки воды (юношей/мужчин). Для пап, готовых приехать на своей машине, взять личный строительный инструмент и помогать по хозяйству, участие бесплатное!

Семьям, круглогодично проживающим в Родовых поместьях, — цена договорная.

Контакты: Евгения Белобородова: 8-917-357-4108, vk.com/id2187994,

Татьяна Ибатуллина: 8-917-428-1346, vk.com/mamoyoga.

Группа проекта: vk.com/bosikom_po_zvezdam_4e

Регистрируйтесь заранее! Количество мест ограничено! До скорой встречи!

¹ В программу могут быть внесены изменения и дополнения по усмотрению организаторов.

Приглашаем всех на фестиваль ремесёл «КРАПИВА+»

в поселение Дружное Орловской области с 5 по 12 августа 2019 года

Вас ждут интереснейшие мастер-классы по старинным и современным ремёслам!

Каждый день пять мастеров будут проводить для вас мастер-классы по обработке растительных волокон и получению пряжи из крапивы, кипрея, хмеля, донника, льна, сосны.



Вместе с мастером постройте печку (барбекю) с нуля до готового изделия!

А также мастер-классы по: изготовлению кукол, выпечке хлеба, прядению, ткачеству, плетению из газетных трубочек, поделкам из сорняков, русскому костюму, обережной одежде, мыловарению, гончарному, печному и кузнечному делу, строительству.

А ещё ткачество поясов на бердо, на ниту; плетение поясов на рогатине; основы браного ткачества; обережная вышивка.

Вы узнаете о дистанционном заработке в Родовых поместьях!

Чистая практика и живые примеры!

Фестиваль ремёсел в Дружном — это:

- 8 дней творчества, радости, интересных открытий, знакомства с древними ремёслами наших предков.
- Сотворчество для родных душ, для творцов своей жизни!
- Здоровый отдых в экопоселе-

нии, где ждут удивительная река Ицка, огромное количество мастер-классов, концерты солнечных бардов, игры, танцы, хороводы, спортивные мероприятия, йога и духовные практики.

• Безграничная возможность творческого самовыражения, самопознания и самосовершенствования.

• Возможность окунуться в удивительный мир славянских ремёсел.

• Праздник, организуемый теми, кто уже живёт на своей земле и занимается любимым делом в Родовом поместье.

• Праздник для тех, кто мечтает переехать (или уже переехал) на землю и зарабатывать, не выезжая в город!

Приглашаем мастеров провести свои мастер-классы по любимому рукоделию! Для мастеров — льготные условия.

Оплата 4000 руб. — до 1 июля (за весь фестиваль), плюс в первый день будет разыгрываться ло-

терея по купленным ранее билетам. ПРИЗ — жилет с вышивкой из крапивы двудомной.

Ещё один крапивный жилет и другие изделия из крапивы будут разыгрываться в непроигрышной лотерее в последний день фестиваля!

Оплата на месте — 1000 руб./день.

Все вопросы пишите в группу ВК Фестиваль ремёсел «КРАПИВА+»

https://vk.com/krapiva_plus.

Тел. для связи:
8-920-800-1762 — Николай и Елена Зиборовы;
8-920-281-4795 — Анатолий и Марина Мостовые (viber, whatsapp).

