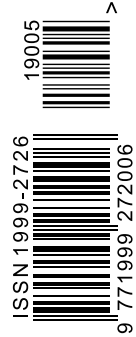


# Родовая Земля

ПЕРВАЯ  
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА  
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 5 (178), май 2019 г.

Газета издаётся с февраля 2002 года. Подписной индекс: 60041 по каталогу МАП «Почта России», ПР-602 по электронному каталогу «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](http://www.facebook.com/groups/rodzem), VK: [http://vk.com/rodovaya\\_zemlya](http://vk.com/rodovaya_zemlya)

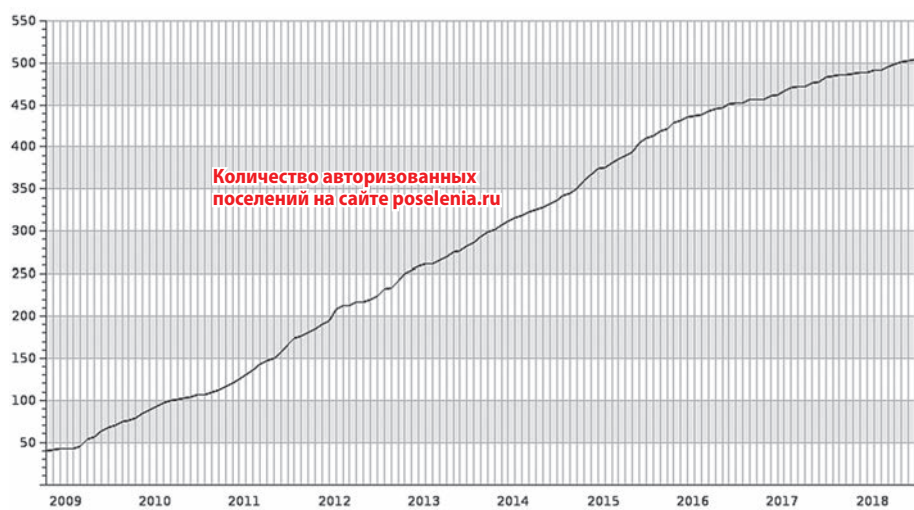


Главное — общение с людьми <b>2</b>	Идти туда, куда зовёт Душа <b>6</b>	«Муравьиная крепость сада» <b>11</b>	Здоровая замена молоку <b>18</b>	Ступени развития ребёнка <b>22</b>	Формирование правильного мировоззрения <b>28</b>
-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	--

Четвёртая книга Владимира Мегре «Сотворение» вышла в 1999 году. В ней описывается сотворение Богом мира, первых людей на Земле и озвучивается идея строительства каждой семьёй райского сада (Родового поместья) на участке земли площадью не менее гектара, рассказывается об основных принципах организации поместья.

## «Сотворение»

«...Я расскажу тебе о сотворении, Владимир, и тогда сам каждый на свои вопросы ответы сможет дать. Пожалуйста, Владимир, ты послушай и напиши о сотворении Создателя великом. Послушай и Душой понять попробуй стремления Божественной мечты...»



Более 20 лет прошло с момента выхода первых книг Владимира Мегре. За это время в России от Калининграда до Дальнего Востока возникло более 300 (по разным данным, до 500) поселений Родовых поместий. В каждом из них десятки и даже сотни усадеб. Также существует или создаётся огромное количество одиночных поместий вне поселений. Некоторые поселения организуются на месте полузаброшенных деревень, другие — на землях сельхозназначения, в чистом поле или лесу. Современные технические возможности позволяют организовать «городской быт» в доме (освещение, отопление, водопровод) вне зависимости от централизованных коммуникаций. Люди успешно используют солнечные батареи, ветро-, гидро- и бензогенераторы, водяные насосы, септики, огромное количество старых проверенных и современных экологических технологий. Это относится не только к устройству быта, но и к строительству домов, средств общения, обмена информацией, организации приусадебных территорий, природопользования, водно-земледелия, восстановления возобновляемых природных ресурсов.

Есть уже большое количество достаточно успешных посёлков. В них рожда-

ются дети, действуют свои школы, кружки и организуются разнообразные семинары, занятия для взрослых и детей, идёт обмен опытом; принимаются туристы, организуются молодёжные лагеря, концерты, праздники... «Рукастые» и «головастые» мастера создают артели и кооперативы, рабочие места. «Самозанятость» укрепляется и даёт свои плоды.

Выходя за рамки своих поселений, люди объединяются с единомышленниками для преобразования целых регионов страны. Уже заметно и положительно проявляет себя взаимодействие с местными, региональными и федеральными властями.

Фактов, подтверждающих масштаб движения, множество. И все они позволяют сделать вывод, что Родовые поместья сегодня — это не просто блажь группы людей, не утопия, не религиозная секта. Это конкретные люди, новые дома, хозяйства, новые населённые пункты, новый «стиль» в деревне, новая экономика, новая жизнь, где совмещаются, объединяясь и рождаясь в новом качестве, старые методы и современные и передовые идеи и технологии. Это осязаемая положительная тенденция, происходящая сегодня в нашем с вами обществе.

Общее количество зимующих в родовых поселениях (Родовых поместьях)	Количество зимующих семей в родовых поселениях (Родовых поместьях)	Количество людей, строящих Родовые поместья в родовых поселениях	Количество семей, строящих Родовые поместья в родовых поселениях
5844	2374	13435	6955

По данным poselenia.ru







дер. Романовка, ПРП Тихий Зов



# Опыт Башкирии

## В привлечении поселенцев в «Родную партию»

Своим опытом делится Владимир Чепушканов, член ФКС «Родной партии» Республики Башкортостан.

— Всем известно, что ваше региональное отделение в Башкирии — самое большое в России и большинство членов партии — представители родовых поселений. Как вы этого достигли? Почему поселенцы стали доверять «Родной партии»?

— Когда создавался сайт «Родной партии» (2010–2011 г.) и шёл поиск региональных координаторов, то из Башкирии вообще никого не было, никто не проявлял инициативы. Я временно зарегистрировался на сайте, чтобы как-то распространять информацию, смотреть, что происходит в партии. В 2012 г. переехал в д. Романовку (Бирский район), где у нас находилось ПРП Тихий зов, впоследствии переименованное в ПРП Родина. Тогда было объявлено, что нужно создавать первичные партийные ячейки, «Родную партию». Поэтому я пошёл к своим ребятам по поселению, начал разговаривать. Они сказали, что им в партию вступать неинтересно, что кто в политику идёт, значит, лезет в грязь, никому это не надо. Тогда я ответил им: «Хорошо, ну не будем мы создавать ячейку партии. А кто же закон о Родовых поместьях примет?» Я зачитывал слова Анастасии о том, что именно поселенцы должны принять закон, те, кто о будущем своей земли подумает.

Ребята задумались, согласились, подписали заявления о вступлении в партию. В соседнем ПРП Благодатная поляна на собрание тоже собрались люди, на тот момент 18 человек, и также отказывались от вступления в партию, говорили, что им и без политики хорошо. И после того, как я зачитал цитаты из книг В. Мегре, слова Анастасии и дедушки, люди стали писать заявления. То есть сильным аргументом послужили именно слова Анастасии. И плюс ещё уважение ко мне людей. Впоследствии в 2013 году было создано Региональное отделение, меня выбрали региональным координатором. В этом же году я встретился с Камилем Исмагиловым, региональным координатором отделения партии из ПРП Красная поляна, который пригласил меня на съезд партии, проходивший в Башкирии. На тот момент наше отделение было самым большим из всех — 32 человека. Потом ещё присоединились 14 человек из поселения Камия. Потихоньку агитировал людей, кто-то сам присоединялся, коли-



чество людей в партии росло. Так в 2014 году в партии уже было около 60 человек, и мы всегда оставались самым крупным отделением. За нами следовали родовые поместья Удмуртии.

— Получается, чтобы поселенцев присоединять к партии, нужно приезжать в поселения и разговаривать с людьми?

— Да, необходимо общаться с людьми вживую, через интернет ничего не получится сделать. Честно говоря, в первую встречу с людьми в Бирске мне пришлось убеждать их 5 часов, чтобы добраться до них. В своём поселении разговаривал 3 часа. То есть не особо все рьяно рвутся в партию вступить, ещё и в первый раз такое. Впоследствии в 2015 году на съезде партии в Бирске к нам присоединилось ещё одно поселение — Чудосвет, человек 15. Самое интересное, что наше региональное отделение зарегистрировано не в Уфе, а именно в Бирске, так как именно этот город является основателем партии.

— Кто работает с членами регионального отделения в поселениях? Как вы этих людей нашли?

— Они сами нашлись. К нам просто уже люди шли, так как мы распространяли информацию через группу в ВКонтакте, приглашали всех желающих. На съезд партии в 2015 г. приехали 60 человек из шести поселений, да ещё и гости. Бирская администрация предоставила нам под проведение съезда безвозмездно помещение в детском Доме творчества.

Приезжая в разные поселения на собрания, говорил людям, как нам надо работать и поднимать региональное отделение, куда стремиться.

Если бы каждый координатор подумал, зачем ему ФКС, центр

селения, отметить его 15-летие и встречу с РКС. В результате быстро всё доделали, привели в порядок строение и территорию к приёму гостей.

Нас везде встречают как дорогих гостей. Каждого координатора знают в лицо и его работу все знают, голосуют за каждого. И все



Посадка аллеи Дружбы, город Уфа, 27 апреля 2019 года

партии, если у него есть свой регион, ему своих людей поднять надо до того уровня, как он мечтает и как в книгах написано.

Так вот, за счёт работы с людьми у нас все границы между поселениями стёрлись. Мы, региональные координаторы, общаемся с людьми в поселениях, обсуждаем и решаем текущие вопросы, отвечаем на вопросы. Да и люди сами общаются между собой, делятся опытом.

Общение с людьми очень помогает и даже самому поселению в целом. Например, в прошлом году поселенцам из Благодатной поляны пришлось срочно ремонтировать крышу общего дома (она у них была соломенная и провалилась под действием снега) для того, чтобы провести очную встречу РКС. Поселенцы признались: если бы не эта встреча, то, может быть, они ещё долго не приступали бы к ремонту дома.

Так же и в Чудосвете произошло. В общем доме лежали разобранные полы, думали, когда-нибудь потом всё сделать. А тут решили совместить праздник по-

нимают, что координатор — не просто какой-то выскочка, а его именно поселение выдвинуло, доверие к нему большое.

— Все координаторы у вас из поселений?

— Не все, есть и городские, из Уфы, например. Это столица Башкирии, и там тоже есть местная ячейка, почти 40 человек, у них есть координатор, он также приезжает на собрания, конференции, съезды. По сути это наш будущий пласт поселений, то есть это люди, которые потом создадут поселения или приедут жить в другие. Поэтому мы каждый год, всю зиму до весны, все очные встречи проводим в Уфе. И приходят уфимцы, даже не партийные, просто сидят, слушают, могут что-то своё посоветовать. Многие становятся в оппозицию к нам, но при личном общении мнение людей чаще меняется.

— В общем, у вас всегда плотный постоянный контакт и дружба с людьми.

— Да, и обязательно чай за столом и разговоры в перерывах, общение с людьми на разные темы. Вот так.

— Во многих других отделениях люди говорят, что в «Родной партии» только теоретики, а не практики, поэтому они не видят нужды поселенцев и т. д.

— Как раз у нас-то 70% практиков. Я вот что скажу. Когда у нас формировался первый ФКС по поселениям, возник вопрос о том, кто должен быть региональным координатором. Сразу определили, что такой человек должен быть знаком с книгами В. Мегре, знать идеологию движения, у него желательно должны быть семья и свой надел земли, Родовое поместье. Вот эти основные критерии были главными для координаторов из поселений. И выбирался координатором именно житель поселения Родовых поместий. У нас не было ни разу городского координатора. У меня есть земельный надел, опыт жизни в городе и деревне, ту и другую стороны жизни я знаю. Пять лет жил в деревне рядом со своим поселением, у меня были лошадь, 12 коз, 60 кур, корова, то есть к земле и хозяйству был уже приспособлен. Я родился на земле и жил в селе Чесноковка, приехал на землю в поселение, то есть от земли почти не был оторван.

— Как ты реагируешь на негатив, который иногда идёт на «Родную партию» от поселенцев? Допустим, такое выражение: «Политикой занимаются только нечестные люди, которым нужна власть». Тебя обвиняли в этом?

— Да. Но у нас оппозиционные силы единичные. И меня сами поселенцы как раз успокаивают: мол, мы с тобой, зачем на единицы обращать внимание и выплёскивать свою энергию, нужно больше с людьми общаться. Конечно, я стараюсь на этих людей обращать внимание, переубедить их, сказать, в чём они не правы. Но такие люди меня не знают, не общались со мной, все их слова обо мне из каких-то слухов. Те, что лично со мной общались, никогда не говорят обо мне плохо, могут спорить со мной, переубеждать, где я не прав. У нас получается именно родная партия, мы все родные, не чужие, мы одна большая семья. И всё благодаря постоянному живому общению.

— Сколько у вас в Башкирии поселений?

— В основном 9 поселений, из них люди из 5 поселений состоят в «Родной партии». Одни подходят к партии очень серьёзно, другие поддерживают её, но не вступают, потому что ещё «не созрели», а кто-то реально для галочки идёт в партию. Все люди разные.

— Думаю, ваше единство очень хорошо сработало, когда от некоторых не совсем позитивно настроенных людей в твою сторону пошли странные обвинения. Как отреагировал регион?

— Люди заступились за меня, они знали мою ситуацию. В этом-то и заключается смысл общения, все мы открыты друг другу, потому родные, как родственники. Люди добровольно решили написать письма в мою поддержку и собрать подписи, причём даже из оппозиции подписались за меня, ведь, как говорят, «наших бьют». Свои могут бить, а чужие — не тронь. Но нападки шли не только на меня, но и на ФКС. Регион в защиту ФКС писал благодарственные письма за проделанную работу, всячески поддерживал.

— Спасибо, Владимир, за интервью и твою работу.

Беседавал Игорь НОВОСЁЛОВ,  
член ЦКРК «Родной партии»  
(Новосибирская область)  
[https://vk.com/vladimir\\_veles](https://vk.com/vladimir_veles)





## Добро пожаловать в Орловскую область!

10–11 апреля 2019 года в Орловской области прошла встреча, целью которой был поиск и осмотр территорий, подходящих для создания РП, — своеобразный «День открытых дверей». Организаторы встречи Александр и Надежда Кудиновы — региональные координаторы «Родной партии» в Орловской области — пригласили всех желающих в своё Родовое поместье в живописном месте на самом берегу Копёнского водохранилища. Оттуда были организованы экскурсии по окрестным свободным территориям и соседним районам области. Приехали гости из Прибалтики, До-

нецкой, Московской, Тульской, Кировской областей.

Плодотворный и гармоничный контакт по инициативе Александра Кудинова установлен с главой администрации Троснянского района Александром Ивановичем Насоновым. Сам глава не смог присутствовать на встрече, но прислал свою коллегу Татьяну Ивановну Глазкову — главу Пенновского сельского поселения.

Приятный и важный итог встречи — установление дружественного и конструктивного контакта с местной администрацией, которая заинтересована не меньше организаторов встречи в том,

чтобы был приток людей на пустующие земли бывших деревень. При этом существующая инфраструктура (дороги, электричество, газ) оказывается вполне пригодной для использования. Главное — люди!

Ещё одним из итогов стало принятие решения о переселении в Орловскую область части гостей из других регионов страны.

Все, кто заинтересован поиском земли для РП в этом регионе, могут получить консультацию у Александра Кудинова — 8-960-6764031.

Добро пожаловать в Орловскую область!

Редакция РЗ.



## В Уфе появилась аллея Дружбы

27 апреля 2019 года в солнечный весенний день прошло знаменательное событие — посадка аллеи Дружбы в городе Уфе с участием политических партий и общественных организаций. Посадка является символом дружбы всех политических и общественных объединений Республики Башкортостан и направлена в первую очередь на процветание всей России, потому что только любовь к родной земле может

объединить все силы людей и направить их на созидание.

Нельзя забывать, что посадка деревьев не является разовой акцией, когда можно похвалиться и отрапортовать о мероприятии. После посадки самое главное — окружить заботой молодые деревья, поливать и ухаживать за ними. Только в этом случае акция получит своё логическое продолжение и воплощение идеи дружбы всех политических сил.

В посадке аллеи Дружбы ак-

тивнейшее участие приняла и наша «Родная партия», которая постоянно участвует в экологических мероприятиях в Республике Башкортостан и организует их. Каждый участник от «Родной партии» передал свою энергетику посаженному дереву с пожеланиями успешного укоренения, пышного роста на радость жителям города.

РО «Родной партии»,  
Республика Башкортостан  
<https://vk.com/rodpartrb>

## Изменился подписной индекс на «Родовую Землю»

Уважаемые читатели!

В связи с реорганизационными процессами в ООО «Межрегиональное агентство подписки» (МАП) подписка на «Родовую Землю» будет проходить через ФГУП «Почта России», подписной индекс ПР-602.

Подписка на газету, как и прежде, в любом отделении почтовой связи. Обращаем внимание: в печатной версии каталога этого индекса нет, но в электронной подписной базе он есть. Подписка открыта на 2-е полугодие — спрашивайте у операторов. При подписке достаточно сообщить название газеты и новый индекс.

В случае возникновения вопросов, обращайтесь в редакцию газеты по тел. 8-905-165-3426 (Дан Зенин).

# ПР-602



## Жду активных соратников

Прекрасен возраст пенсионерки! Многого ещё очень хочется, а главное — интересно общения, радости, мечты и достижений.

Приглашаю одиноких активных, коммуникабельных пенсионеров к объединению и поселению в чудесном, экологически чистом, тёплом крае Воронежской области.

Есть деревянный дом, вода, отопление, а главное — лес, река и два прицепа брёвен для пристройки, 33 сотки чернозёма и уже плодоносящий молодой сад.

Недалеко «скорая» и больница, даже санаторий имеется, есть где и здоровье подзарядить. Рядом трасса М-4 «Москва — Сочи».

В одиночку не многое сделаешь, а вместе — сила. Хорошо бы объединиться кол-

лективно-кооперативно, на разумных условиях в домике в деревне.

Ведь у нас, пенсионеров, накоплены богатый опыт, знания и умения, есть силы и здоровье пропорционально летам. Необходима программа поддержки здоровья, чтобы получать радость и удовольствие от жизни.

Очень жду активных, интересных, неугомонных соратников.

Возможен и гостевой вариант. Край у нас тёплый, изобильный, продукты деревенские, натуральные.

Жить хочется с удовольствием, в кругу друзей-соратников.

Звоните 8-951-494-1932 —  
Раиса Михайловна  
АЛЕКСЕНКО.

## Приглашаем в поселение

Смоленская область, Темкинский район, деревня Федотково

Приглашаем в наше новое поселение Ведунца, которое ещё только организуется. Находится оно рядом с деревней Федотково. Деревня жилая, есть школа и магазин, пилюрама.

В частных хозяйствах можно купить молоко и мёд, пока своими не обзавелись.

Наше поле со всех сторон окружено лесом, богатым своими дарами и дикими животными. Рядом чистейшая река Угра, есть песочный пляж, родник.

Районный центр Темкино (там есть вся инфраструктура) — в 16 км, отсюда ходят электрички и поезда. Ближайшие крупные города — Вязьма и Гагарин.

Участки от 50 соток до 1–2 га. Земли населённых пунктов, т. е. можно сразу строиться и прописываться, провести электричество и домашний телефон.

Подъезд круглогодичный.

Стоимость — 6 тыс. руб. за сотку, но если более 1 га, то можно снизить цену.

Мы покупали землю для себя, хотели заниматься сельским хозяйством, но на это нужно много сил, поэтому решили продать хорошим людям и быть хорошими, добродетельными соседями.

Мы ведём здоровый образ жизни. Животных любим и не обижаем.

У нас трое деток на домашнем обучении. Очень интересуемся славянской традицией и вообще развитием. В районе много замечательных друзей. Встречаемся и радуемся жизни: играем, поём песни, танцуем и общаемся. Это очень важно на сегодняшний день.

Приезжайте, будем рады!  
<https://vk.com/club178229519>  
тел. 8-925-744-6258 — Богдан.

## Круг поселений Родовых поместий в Сочи

С 19 по 22 апреля 2019 года в Сочи проходил Круг действующих поселений Родовых поместий. В дружественной обстановке участники обсуждали экономические вопросы производства продукции, занятости в поселениях; делились своим опытом, задавали вопросы.

Представитель родовых поселений Башкирии Сергей (ПРП Красная поляна) рассказал об экономической составляющей производства иван-чая в условиях проживания одной семьи.

Камиль Исмагилов представил региональный проект изготовления деревянных прессов для производства сыродавленного подсолнечного масла. Ключевым моментом организации проекта является большая рассрочка платежа (до 12 месяцев), которую никто из аналогичных производителей не предоставляет. На сегодняшний день уже большинство покупателей воспользовались этой рассрочкой. Показан опыт региональной кооперации при производстве сыродавленного масла.

Представители ПРП Междуречье (Орловская область) рассказали о проекте мастерской натурального шоколада «Добро», об истории создания и развития бизнеса; о семье Болодуриных и их

опыте производства натуральной халвы в поместье.

Поселение Светлое (Крым) представило проект «Лавандовый рай» — производство масла из лаванды. Проект рассчитан на большой срок действия, охватывает значительные земельные площади. В плане полная цепочка от выращивания, производства до упаковки и хранения, а также собственные розничные точки продаж.

Евгений Широков говорил об опыте многолетнего общения в поселениях мира, выстраивании экономики и базовых факторах успешности. Рассказал об исторических предпосылках создания поселений в других странах, начиная с 1950-х годов; об опыте организации, проживания, занятости, реализации кооператива.

Антон Мозгунов (Москва) — о международном туризме в поместье, экскурсионно-ознакомительных поездках иностранных читателей книг В. Н. Мегре в поселения Родовых поместий.

Павел Щербаков (ПРП Светлое, Крым) подвёл итоги Круга, обозначил пути созидательности и координированной мотивации развития политического влияния «Родной партии» на законотворчество Госдумы.





# Призыв к единению

■ Владимир Симонов

ПРП Буртасово, Костромская область  
imon200448@mail.ru

Прочитал статью Вадима Демченко с громким заголовком «Письмо другу, или Наши принципы и ценности» в № 4 газеты «Родовая Земля». Выскажу своё мнение.

Письмо другу — это одно, а наши принципы и ценности — совсем другое. Ценности, связанные с религиозным самосознанием автора, а именно отрицание православного христианства вплоть до оскорбительных ноток как к христианству, так и к христианам, излагаемые автором,

я не разделяю. Знаю, что в движении «ЗКР» православных христиан немало. Например, в нашем поселении из 20 семей таковых, знаю точно, четыре, один ведрусс. Религиозную ориентацию других не знаю, так как эти вопросы вообще не обсуждаются среди поселенцев. Знаю православных христиан и в поселениях других регионов, они выгодно отличаются своей сдержанностью и вдумчивостью. Так что никакой речи не может быть о ведических принципах и ценностях как всеобщих.

Христианство пришло на Русь не случайно (случайного в жизни вообще нет), а было необходимо в тот исторический период

раздробленности страны. И было спущено на Русь Богом-творцом, вседержителем. В то время были войны между княжескими землями, насилие стало приходить к славянам. А поскольку христианство — религия, направленная на совершенствование людей в направлении любви и сдержанности, то она была нужна тогда на Руси. Странники обеих конфессий — язычества и христианства — злоупотребляют и преувеличивают, говоря, с одной стороны, что христианство вводилось князем Владимиром на крови, а с другой стороны, что язычество Руси связано с человеческими жертвоприношениями. Да, были крестовые походы

христиан, но эти исторические факты не надо переносить на саму суть религии христианства, основанной на любви и нравственности. В любой религии есть люди, не придерживающиеся заповедей богов.

Кстати, эти заповеди одинаковые, а порой схожи у ведрусов, христиан, да и в других религиозных конфессиях. Мало того, есть исследования учёных, что Христос до своего проповедничества среди евреев путешествовал в Индию и внёс немало в христианство от восточных религий. А евреев пытался исправить, за что его эти же евреи били камнями, а потом распяли на кресте. Разве жизнь Христа не является примером для людей всего мира? И не является ли сам Вадим Демченко в душе христианином, раз не отрицает Христа и положительно к нему относится? Не надо смешивать учение христианства со служителями церкви, среди которых есть разные люди.

Вообще очень вредно разделять и противопоставлять рели-

гии и, соответственно, людей, их исповедующих.

В наше время надо переходить от разделения людей, стран к их единению. Это неизбежно, так как по вселенскому закону всё перетекает в свою противоположность. И это время единения людей настаёт, так как иначе цивилизация погибнет. И все больше людей это начинают понимать. Так не будем же лить воду на мельницу разделения людей!

В то же время мне, думаю, и другим, включая православных христиан, симпатичны ведруский образ жизни и мировоззрение с акцентом на природу.

Не надо противопоставлять два мировоззренческих направления — христианство и ведичество. Мало того, православное христианство в обрядах и праздниках впитало древнеславянскую культуру. Думаю, со временем православное христианство будет сближаться с ведичеством в части большего внимания природе как творению Божьему.

## Любовь, гармония, здоровье...



го лет носят мысли о смене образа жизни, то другие начинают действовать, творить по зову души.

В этом смысле каждый раз удивляет Николай Мацулевич, как всегда, он опять проявил щедрость, отцовскую заботу, все ели с удовольствием его блины из экомуки, полученной из зёрен злаковых, выращенных на поле без вспашки земли. На протяжении более семи часов Николай и его дочь пекли блины и угощали всех чаем из самовара совершенно бесплатно.

их изделий (ферментированный иван-чай, косыночки-паутинки, связанные из хлопчатобумажных или шерстяных нитей, изделия из крапивы), можно подумать, что у неё работает целая бригада. Она многих заразила крапивным ремеслом. Елена установила плакат,

на котором изобразила Родовое поселение с множеством цветников и грядок, с саженцами кедров, которыми она хочет обсадить территорию поселения.

В этот день много ещё интереснейших людей общались на центральной площадке фести-

«Любовь, гармония, здоровье» — под таким девизом прошёл солнечный фестиваль создателей Родовых поселений Удмуртии в парке им. Кирова г. Ижевска.

Погода сопутствовала празднику. Если убрать техническое оснащение праздника, то можно было подумать, что перед нами не XXI век, вся площадка была в убранстве из бабушкиного сундука. Но все изделия не из прошлого, всё настоящее, вновь возрождённое: берестяные туески, изде-



лия из лозы, соломки, сосновой щепы, плетёные пояса...

Проводились мастер-классы по получению крапивной кудели (Елена Егорова, Малопургинский район, д. Чутожмон), колодному пчеловодству (Дмитрий Гусев, ПРП Счастливое, Селтинский район). Секретом банного дела делился «добрый банщик» Владимир из поселения Болгуры Воткинского района. Мастерицы-швеи в изобилии изготовили нарядные платья — глаз не оторвать.

В центре площадки под гармошку водили хороводы, игры. Больше половины участниц были в народных платьях, сарафанах, ярких платках.

Мысли нашей Анастасии материализуются, просыпается Россия, возрождается Земля. Каждый осознаёт своё предназначение с разной скоростью: если одни мно-



Окружённая вниманием людей, терпеливо делилась своим ремеслом крапивной кудели Елена Егорова. Миниатюрная красавица после прочтения книги В. Мерге переехала в деревню, где обустроила своё Родовое поместье уже почти 17 лет. Вот у кого надо учиться умению жить счастливо на земле! Она не жалуется, что в сельской местности негде трудоустроиться, а трудится по зову души. Елена привезла столько сво-



валя — «рядовые солдаты нашей Анастасии».

Благодаря слаженной работе организаторов мероприятия все покидали фестиваль вдохновлённые и счастливые.

**Римма ЗАГУМЁНОВА**

ПРП Сайка, Граховский район,  
Удмуртия







# Первый открытый кубок Родовых поместий «Турнир по мечевому бою»

с 5 по 14 июля 2019 г. Родовое поселение Милёнки, Калужская область, Дзержинский р-н

В рамках спортивного лагеря пройдёт турнир по современному мечевому бою. Этот вид спорта входит в Российский союз боевых искусств, по нему проводятся городские, региональные, всероссийские и международные соревнования. Это состязание двух спортсменов, использующих безопасный спортивный инвентарь — спортивные меч и щит.

Родители и дети смогут обучиться основам ведения поединка один на один и принять участие в турнире. Занятия ведёт дипломированный тренер, бронзовый медалист чемпионата России 2019 г.

Поединки будут проходить в двух номинациях: для новичков и опытных. Принять участие могут все желающие от 6 лет.

**Оргвзнос** одного занятия — 150 руб. Оргвзнос участия в турнире — 200 руб. Для участников лагеря занятия входят в стоимость!

Турнир ждёт всех желающих независимо от уровня подготовки: мальчиков и девочек, женщин и мужчин, а победителям вручат памятные награды и призы.

Заявки обязательны! Заявки на участие присылать Дмитрию Тулову: [https://vk.com/husky\\_rup](https://vk.com/husky_rup). Тел. для связи 8-919-033-1880.

**Как добраться.** С Киевского шоссе М-3 на 174 км поворот на Медынь (направо). Проехать полотноый завод на Кондрово. После въезда в Кондрово поворот налево на указатель «Острожное, Дурнево, Сени». На выезде из



Кондрово поворот налево вверх по мосту до указателя «Никола-Ленивец»; в д. Галкино после озера — налево. Сразу за указателем «Сени» перед железной остановкой — налево в сторону лесопилки. Прямо по отсыпанной щебнем дороге 6 км до д. Милёнки, пере-сесть всю деревню, далее держаться левой дороги и ехать до указателя «Территория ВСчастье».

# Детский конный лагерь с 1 по 21 июля 2019 г.

ПРП Кедров Синегорья, Свердловская обл., Пригородный р-н, между посёлками Висим и Уралец

Третий год подряд мы проводим детский конный лагерь в нашем поселении Кедров Синегорья и принимаем заявки.

В первый раз, в 2017 году, когда мы купили коня Пегаса, с ребятами занималась Настя — его предыдущая владелица. Все ребята, имеющие нулевую подготовку, за 21 день научились ездить рысью на Пегасе, а кто-то даже смог проехать галопом! Практически каждый день мы купались в наших озёрах и, конечно же, по утрам делали зарядку. Это было здорово!

Второй наш лагерь прошёл просто волшебным! Все дети, кто был 21 день, не только смогли освоить езду галопом, но и некоторые элементы из вольтижировки и джигитовки на коне!

В этом году мы сохранили основную программу лагеря, учли недоработки и ошибки прошлых лет. В этот раз лагерь будет ещё более качественным, глубоким и насыщенным!

Помимо верховой езды (шаг, рысь, галоп), вольтижировки и джигитовки мы ещё будем:

- обучать дружбе с конём, правильному содержанию и уходу за конём;
- режиссировать и снимать

всё происходящее в лагере, чтобы в итоге получился небольшой фильм;

- учиться обучать других верховой езде;
- для мальчиков будут даны основы традиционной мужской пляски.

Программа рассчитана на такое количество дней, чтобы ребёнок с нуля мог освоить шаг и рысь на коне, почувствовать взаимодействие с конём, научиться самостоятельно седлать, ухаживать за животным. Если навыки уже есть,

то пойти дальше (работа тренера индивидуальная, исходя из навыков ребёнка).

Также проведём традиционный поход с восхождением на гору по курумникам!

По окончании лагеря, как обычно, будет большой праздник для участников и гостей с показательным выступлением выпускников лагеря!

Проживание на втором этаже дома из соломенных блоков.

Питание здоровое, вегетарианское и сыроедческое, каждый

экомоющие средства: просьба обеспечить детей экологически безопасными средствами (зубной порошок, детское мыло или натуральное мыло и т.п.);

- полотенце;
- одежду для холодной и тёплой погоды;
- купальные принадлежности;
- резиновые сапоги;
- сменные носки (тёплые и тонкие);
- праздничную народную одежду для хороводов;
- тетрадь 24–36 листов и ручку;



## КАК ДОБРАТЬСЯ ДО ПОСЕЛЕНИЯ:

• на машине с высокой посадкой. Направление — на посёлок Висим. Проехать посёлок Уралец, потом сад Первомайский. Через 600 м после окончания сада повернуть налево на грунтовую дорогу, отсыпанную крупным щебнем. Ехать по дороге примерно 3 км;

• на маршрутке или автобусе. Из Нижнего Тагила с автовокзала каждый час ходят маршрутки № 114 до п. Висим, маршрутки и автобусы № 1060 «Висимо-Уткинск», маршрутки № 595 до п. Усть-Утка. Попросите водителя остановиться в дачном саду Первомайский (покупая билеты в кассе, скажите, что вам нужно до дачного сада Первомайский в направлении на Висим). Выйдите на остановке, идите по дороге до конца сада Первомайский и далее через 600 м поверните влево на грунтовую дорогу. Возможно, придётся переобуться в высокие резиновые сапоги. По дороге пешком 30–40 минут до полей.

**КОНТАКТЫ:** Лидия Юрьева — 8-950-544-5097, [lidiaura@mail.ru](mailto:lidiaura@mail.ru)  
[https://vk.com/kedri\\_koni](https://vk.com/kedri_koni)



день фрукты, овощи, супы, каши; мёд; свежайшая зелень (с огорода и съедобные травы из леса); испечённый в печи хлеб; свежееотжатые на деревянном прессе масла (подсолнечное, льняное, кунжутное, миндальное, грецкого ореха и др. на выбор); различная мука (льняная, кунжутная, подсолнечная), жмых от орехов, семян; травяные чаи, иван-чай; чистая вода из скважины, настоянная на солнце.

Научим ребёнка готовить вкусные и здоровые блюда.

## ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ:

- предметы личной гигиены,

- полис ОМС;
- копию свидетельства о рождении.

**СТОИМОСТЬ УЧАСТИЯ** — 27 000 рублей за 21 день (питание, проживание, занятия).

## СКИДКИ:

- если несколько детей из одной семьи, скидка каждому 5%;
- пригласите друга и получите скидку 5%;
- при оплате до 1 июня 2019 г. скидка 5%.

Скидки суммируются!  
Возможна посуточная оплата: один день участия — 1500 руб.







# Радость сотрудничества с землёй

Природа наполнена собственной удивительной гармонией. Какие силы заставляют рельеф быть именно таким, ручеек течь именно туда, почему именно это дерево растёт на этом конкретном месте? Нам это неведомо. Зато точно знаю: только человек способен увидеть и раскрыть самую «изюминку» в том, что создала природа. Это не заменить ничем. Экстаз творческого вдохновения заставляет работать много, долго и тяжело. Но когда видишь результаты, хочется попробовать сделать ещё что-нибудь. Как там говорилось? «И сотворил Бог... И увидел Бог, что это хорошо». Да-а, как я Его понимаю!

Вот группа молодых берёзок с уже побелевшими стволами пробивается сквозь кустарник. Выпилить этот кустарник — и такая красота откроется. Вот заросшая низинка, в которой постоянно стоит вода. Углубить — и болотце станет маленьким озером с красиво оформленными берегами. Вот маячий, но такой непроходимый лес. Прочистить тропинку — и гуляя по лесу сколько душе угодно, хоть в тапочках...

Поместье в Jaunstimas — моя творческая мастерская. Это как любимая игрушка, забава до самой старости, насколько сил хватит. Вполне соглашусь, что всё это не имеет никакой логики, занимает много сил и времени. Но красота, которая возникает после прикосновения твоих рук, — источник стольких неповторимых ощущений. Получившийся результат даёт такое чувство удовлетворения, какое не купить ни за какие деньги!

«И что вы с этим будете потом делать?» — спрашивают меня. Ничего особенного. Просто любоваться тем, что получилось. Показывать эту красоту другим людям, чтобы поднять им настроение и реанимировать бодрость духа. Приглашаю поучаствовать в процессе создания этой красоты. Здесь столько возможностей самовыражения, любой человек сможет найти занятие по вкусу, особенно горожане. Всегда интересно попробовать то, чего никогда не делал.

Город заставляет нас работать практически только мозгами. Ручной труд автоматизирован по максимуму. Да, это удобно, комфортно. Но обратная сторона медали в том, что тело не имеет возможности самопроявления. Не удивляйтесь, тело тоже имеет собственное сознание. Кто, по-вашему, дышит, пока вы спите? Кто сокращает сердце, переваривает всё то, что вы съели на ночь? Любое сознание стремится к проявлению своей природы. В результате постоянных ограничений самопроявления тело становится зажатым (напряжение) либо вялым (безсиле). Вдобавок весь умственный стресс стекает в него и скапливается в «невентилируемых» местах. А дальше только боль — крик ва-

шего тела о том, что вы засунули в него что-то лишнее.

Нет движения — нет жизни. Для тела — в самом прямом смысле. Так дайте ему жить! Лучшая радость для физического тела — активно проявлять себя в физическом мире через движение. Тогда



тело (и вы вместе с ним) чувствует себя ЖИВЫМ.

У вас есть возможность добавить к процессу творческую нотку!

В городе мужчина может пойти в тренажёрный зал, тупо покачать мышцы, попутно рассматривая корячащихся рядом дам и предвкушая фильм, в который потом уткнётся дома. А можно провести время на природе. Пару часов помахать бензопилой или топором, потаскать ветки, расчистить полянку от сухняка и тут же устроить пикник вместе со своей дамой или друзьями. Приятное ощущение ожившего тела, гордость за свою силу, восхищённый женский взгляд и совместное созерцание своими же руками сделанной красоты добавляют «перчика» и останутся в памяти как целое событие. Быть нужным — ведь это ваше тайное желание?

Если у вас есть семья, — замечательно! Ничто так не улучшает взаимоотношения, как действия одной командой. Особенно такой опыт полезен для детей. Детсад, школа, прочие заведения, компьютер, телевизор... Дети практически оторваны от тесного контакта с родителями. Вот что вы делаете ВМЕСТЕ с детьми дома такого, что и вам интересно как взрослому?

Вместо того, чтобы провести время вместе с детьми, вы, наоборот, уходите из дома и предлагаете развлечения, где платите за труд других взрослых, а дети являются всего лишь потребителями. Они ничему не учатся, этот опыт бесполезен для их будущей взрослой жизни...

Однажды ко мне в поместье приехали гости — отец с сыном. Вдвоём. Эта поездка была инициативой отца. Он хотел провести день с ребёнком. Но как только они вышли из машины, каж-



тировал. К вечеру перед отъездом они отправились гулять по лугам. Вернулись уже в сумерках, по пояс мокрые от росы, уставшие и довольные...

И никакой мистики! В далёкую старину никто специально не учил детей ремеслу жизни. Дети просто всегда находились рядом с родителями, помогали им, исходя из своих возрастных возможностей, брали пример поведения со взрос-



дый пошёл в свою сторону, где кому было интересно. Они бы точно встретились снова только в машине на обратном пути домой. Тогда какой смысл в этой поездке?

У меня возникла идея (маленькая женская хитрость). Я попросила их обоих, как мужчин, помочь сделать кое-что. Работа несложная, выдала инструмент, объяснила, каким должен быть конечный результат, и пошла по своим делам. Мальчик явно был недоволен, но подчинился отцу и нехотя остался с ним. Через пару часов картинка изменилась. Мальчишка с азартом крутил шурупы, умело придерживал детали, пока отец их обрабатывал. Дело шло слаженно, они ни о чём не говорили, только реплики, связанные с работой, понимали друг друга без слов. Довольные собой, вручили мне своё произведение, а мальчик похвастался: «Я научился шуруповёртом работать, мне нравится, маме потом покажу, у нас дома тоже есть».

Весь остаток дня сын не уходил от отца, бегал за ним, как хвост. Они шутили, отец что-то своё рассказывал, и самое удивительное, что мальчишка с интересом слушал всю эту чушь, коммен-



слюх. И ребёнок естественным образом уважал взрослого, которому подражал. Родители были защитой от невзгод, олицетворением дома, примером людей, которые многое умеют, потому им всегда есть чем заняться в жизни.

Цивилизация — это, конечно, хорошо, но что-то мы явно упустили. Нам никто не мешает восстановить естественный способ общения (обучения) в семье. Но для этого надо серьёзно пересмотреть образ жизни нас, взрослых.

Милые дамы! Можно ходить на

танцы живота. Но разве интересно изо дня в день танцевать с собственным отражением в зеркале? И это всё, на что вы способны? А хотите попробовать себя ещё в чём-нибудь? Например, своими руками посадить цветы или выложить камешками композицию так, как самой захочется. Попутно можно ещё и пообщаться или делать это вместе с детьми, или, наоборот, в тишине, слушая только пение птиц. Работают те же мышцы спины и ног, что и в танцах. А творчества — сколько душе угодно! Хотите, чтобы все мышцы поработали и какой-то килограммчик растворился? Можно покосить газон триммером. Весьма захватывающее занятие, а результат как вас будет радовать!

Семейной женщине нет покоя, потому что не остаётся времени для себя, чтобы впасть в этот самый покой. Но вы можете попробовать совместить приятное с полезным. Если так и не дождалась инициативы от мужа, хватайте сами детей — и на природу! Дети, как только попадают на открытое, не огороженное заборами и стенами пространство, выплёскивают себя в активном передвижении. Не держите их окриками подле себя, пусть бегут. Вам не придётся переживать, что заблудятся, или попадут под машину, или их украдут плохие дяди.

Оденьте их в одежду, в которой они могут валяться, пачкаться, бегать под дождём и получать все свои детские удовольствия. Не надо нарядных маечек, туфелек и шортиков. Допустимы только кеды, сапоги, штаны и куртка, которые можно пачкать. Таким образом вы сохраните нервы себе и своим детям. Им физически необходимо движение. А где ещё дети смогут поноситься и поорать во всё горло? Дома? В школе? В садике? Как вы думаете, куда девается весь этот детский энергетический потенциал, заперёванный стенами, правилами и запретами?

Вам знакомы слова: истерика, непослушание, неспособность понять и выполнять требования, апатия, безразличие, зависимость, грубость, хронические болезни? Кому из вас в детстве взрослые постоянно говорили: «Не бе-

ги, не крутись, не лезь, не трогай, не пачкайся, не кричи...» Всем? А теперь вспомните, как вы, будучи ребёнком, всё это воспринимали? Небось уже и вспомнить не можете. Если бы дети могли выражать свои ощущения через слова, как взрослые, то реакция любого ребёнка звучала бы примерно так: «Может, проще сразу лечь и умереть? Это же НЕ жизнь!»

Это о полезном. А приятное то, что, вырвавшись на свободу, про вас ваши детки вспоминают, только когда есть захотят. Всё осталь-





ное время вы наконец-то будете предоставлены самой себе! Только одно условие: детей должно быть минимум двое. Чем больше детей, тем менее важна разница в возрасте.

Как-то из города ко мне в поместье приезжала на лето семья с 4-летним ребёнком. Ознакомившись с безкрайней (беззаборной) территорией, бабушка наставляет внука: «Так, никуда один не ходи, только за ручку со мной или с мамой. Играй только здесь рядом, чтобы я тебя видела!» Забавно, откуда у взрослых мнение, что 4-летний ребёнок понимает, когда его видят, а когда нет? Естественно, бойкий малыш истрепал все нервы периодическим исчезновением из зоны видимости. Истерика не обошла никого. Но жизнь на природе и лень человеческая внесли свои позитивные коррективы примерно через месяц. Бабушка: «Кто видел нашего ребёнка? Куда пошёл? На соседний хутор с мальчишками? Да? Э-э-э... Ай, сам придёт, дорогу знает...»

Конечно же, самой эффективной будет поездка всей семьёй. Но приезжать надо не только отдыхать, а что-то ещё делать, причём всем вместе. Очень полезный вариант «калибровки отношений». Можно посмотреть на своих близких с иного ракурса.

Начало мая. Светит солнышко, но ещё ощущуто прохладно. Первая яркая зелень соблазнительно вылезла из мокрой и холодной земли. На клумбе пробиваются первоцветы. У меня в гостях се-

мья друзей — родители и девочка-подросток. Погуляли, поели, поболтали. Люди активные и с руками. Захотели что-то поделывать. Папа пошёл чинить канализацию. Мама периодически посматривала на клумбу, спросила, что я тут запланировала, и... пошла делать. Пригласила присоединиться дочку. Как любая приличная девочка с маникюром и в чистой одежде, дочка с ужасом посмотрела на маму, но тоже зависла над клумбой, пытаясь понять, что тут собственно надо делать? В свою очередь с ужасом смотрю, как гости копаются в холодной глине. После некоторой синхронизации действий копаемся уже втроём. Поработали больше часа. Замечательно всё сделали мои гости! Я одна бы провозилась целый день. Интересно было смотреть, как девочка, абсолютно неуверенная в своих действиях вначале, чётко и шустро действовала, когда освоилась. Причём она явно получала удовольствие от работы, предвкушая конечный результат. Клумба получилась красивая и аккуратная. Но самое приятное было наблюдать, как мама и дочка делали работу ВМЕСТЕ. Дочка даже поправляла за мамой. Сразу чувствуется, когда люди просто топчутся рядом, а когда действительно что-то делают вместе!

Хорошо помню свою детскую неудержимую радость, когда мои родители изредка приезжали в деревню, где я проводила каникулы. Мне не нужно было, чтобы они со мной играли или куда-то

сопровождали. Мне было вполне достаточно знать, что они тут, что я могу в любой момент подскочить к ним и посидеть рядом. Ощущение физической доступности родителей — вот чего так не хватает детям (до подросткового возраста). К сожалению, мои родители не часто навещали меня и собственных родителей в дерев-



не. Тогда я не могла понять, почему, ведь там было так здорово! Теперь понимаю. Потому что лень было работать (натуральное хозяйство подразумевает много физического труда). Приятнее до-

ма поваляться на диване в выходной. Ребёнок сплавлен «на свежий воздух», в квартире тишина и покой, можно расслабиться и «на всё забить».

Да, понимаю, все взрослые ра-

ботают, чтобы обеспечивать свои семьи. Но что же это за работа, которая высасывает из человека все соки? Обыкновенная работа — ненавистная и скучная. Так, может, пора заняться тем, что действительно по душе?

Идти туда, куда зовёт душа. Это так просто и так сложно. Наш мир так устроен. Без борьбы с самим собой и тяжёлого труда не достичь результатов. Не по мыслям оценивайте себя, не по словам своим, а по делам. Ибо только дела есть плоды ваши.

Хочу поблагодарить за поддержку и помощь всех, кто уже был и кому ещё предстоит участвовать в становлении и формировании Jaunstirnas как места, где радуется человеческая душа.

Тэа МИРА

Латвия, поместье в Jaunstirnas  
<https://zitelizemli.ru>

## В деревне трудиться надо!

У многих фантазёров, кто хочет переехать из города в деревню, розовые мечты и рассветы-закаты в глазах...

В 2014 году, в марте, переехала в Тамбовскую область из Москвы. Одна и без денег. Ни на секунду не жалею об этом. Но я человек такой: среди трудностей и неожиданностей как рыба в воде. Мне прикольно, мне интересно, мне не страшно.

Запас денег был 50 тыс. рублей и квартира в Москве, которую сдавала в аренду. Четыре месяца жила на этой аренде, а потом в квартиру вернулась дочь, и ручеек «налика» прекратился.

Абсолютно всё делала сама. Копала, носила, разбирала, строила, пилила... Косила триммером (благо, инструменты хорошие покупала-собирала заранее). Отби-

валась от местных алкашей черенками от лопат или тем, что в руках было. Проводила воду в дом: копала траншею, паяла трубы, соединяла, подключала — всё сама. Проводила электрику, строила выгул и сарай — сама. Завела животину — коз, кур. Посадила огород по целине и умудрилась что-то получить с него! Летом здесь жара 39–43°C, ветрищи-суховеи и ни одного дождя. Значит, надо поливать. Снова вперёд!

Зима. Строила печь. Получилась суперпечь, ей уже четыре года, полёт отличный!

Козы размножились, участок увеличился, завелись и выросли алабаи...

Здорово? Да, мне здорово. А кому ещё так будет? Кто на такое готов?

Наталья ДЖОНС

<https://vk.com/id457370699>







# Чем деревня в Кузбассе лучше курорта во Вьетнаме

## Бизнес на селе

Крестина Афоняева отказалась от налаженного бизнеса за рубежом ради жизни в деревне на Кузбассе. В деревне Шевели она готовит зефир и мармелад по старинным рецептам — без консервантов, красителей и другой химии. Печёт хлеб и булочки так же, как наши бабушки — на натуральном молоке, сливочном масле, сливках. Бережно сохраняет кулинарные традиции, как и память о родных ей людях. И создаёт новые, экспериментируя с тортами, пирожными и другими десертами.



— У бабушки был талант — вкусно готовить. Она сама делала сметану, сгущённое молоко, шоколадное масло. Мы постоянно видели, как она творит на кухне. Мне кажется, именно поэтому я выбрала кулинарный техникум. Тогда ещё не осознавала, что уже нашла себя.

в социальных сетях. После этого поступил первый заказ, и понеслось... За два года жизни во Вьетнаме испекла около 3000 тортов. В день продавала 10 и более десертов. Вскоре моя неуёмная энергия не позволила мне работать дома. Я сняла небольшое помещение и органи-

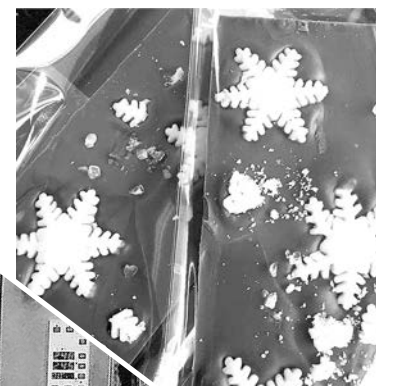


природа, по которой она соскучилась больше всего.

— Мы приехали в Кузбасс в ноябре. Два года я не видела снега! Я чувствовала, что попала домой, но не знала, что делать дальше. Во Вьетнаме мы уже обосновались, наладили быт. Теперь предстоит много трудиться, чтобы найти своё место в жизни. Мой декретный отпуск как раз закончился, — делится кемеровчанка.

Крестина пришла к бывшему работодателю. Она не хотела возвращаться в продажи. У пивной сети появились свои пекарни. Бывший менеджер хотела сама встать у печи, готовить хлеб и воздушные булочки. Руководитель отправил её к своему заму, а та девушку не поддержала.

— Она сказала мне: «Нам не топ-менеджер нужен, а простой пекарь. Ты на эту должность не подходишь. У тебя много амбиций, глаза горят...» В этот момент я



## Бабушкин хлеб

Для Кристины Афоняевой самым ярким воспоминанием детства стал деревенский хлеб. Бабушка, Нина Тимофеевна, пекла его в печи на огромной чугунной сковороде каждое утро.

— Утром я просыпалась и слышала, как бабушка подхлопывает тесто — легко бьёт по нему ладонью. Таким уютным казался этот звук. Потом дом наполнял аромат горячего, свежего хлеба. Он долго хранился и никогда не портился — не сох, не покрывался плесенью. Помню, проголодаемся мы с сестрой и бежим к бабушке. Она отрезала нам по большому куску, мазала домашней сметаной и посыпала сахаром. Ничего вкуснее я не ела. Именно бабушкин хлеб всегда нас выручал, ведь деревня довольно далеко от города, дорога в те времена была плохой. У бабушки было восемь детей, а внуков и того больше. Как всех прокормить? Только печь самой.

Нина Тимофеевна была труженицей тыла и женой ветерана войны. С бабушкой она прожила 54 года, до самой его смерти. У них было большое хозяйство: сад, огород, коровы — самые ухоженные и молочные в деревне.

— Моя мама была учительницей, в деревню приехала по распределению. В Берёзовке она и встретила отца. Сначала родилась я, а через год — сестра Алёна. Когда мама ушла из жизни, мне было шесть, а сестре — пять. Отец женился снова. А наше воспитание взяла на себя бабушка, большую часть времени мы проводили именно у неё.

Кулинарию Крестина полюбила с самого детства. Новая жена отца часто говорила: «Хотите есть — готовьте сами». Поэтому девочки научились печь манник на домашнем молоке, варить ириски из сметаны и сахара, делать сахарные петушки. Им всё это удалось во многом благодаря Нине Тимофеевне, её примеру и мудрым советам.

После учёбы Крестина год проработала кондитером-оформителем в цехе «Фаворит», а потом ушла в сферу продаж. 10 лет она успешно трудилась в одной из кузбасских пивных компаний. Вышла замуж, родила дочь, а затем и сына. Во время её второго декретного отпуска семья круто изменила свою жизнь.

## Зефир из маракуйи

Муж Кристины — программист и может работать из любой точки мира. Главное, чтобы там был интернет. Почему бы не перебраться в курортный городок во Вьетнаме на берегу Южно-Китайского моря?

— Мы продали всё и переехали. Было не страшно, наоборот, мы испытывали восторг и драйв: всё устроим, как нам захочется и останемся жить в другой стране. Нашей дочери Веронике было четыре года, а сыну Тимур — год и восемь месяцев. Самое время учить языки.

Во Вьетнаме кузбасская семья быстро нашла новых друзей. В их городе было много русских и вьетнамцев, которые раньше уже бывали в нашей стране, уважали её культуру, традиции и самое главное — кухню. У Кристины родилась идея: почему бы не печь торты на заказ? В Кемерове она тоже об этом думала, но сомневалась — получится ли, да и как люди воспримут? А на новом месте наконец решилась.

— Я испекла для домашних первый «Наполеон», сфотографировала и опубликовала снимок

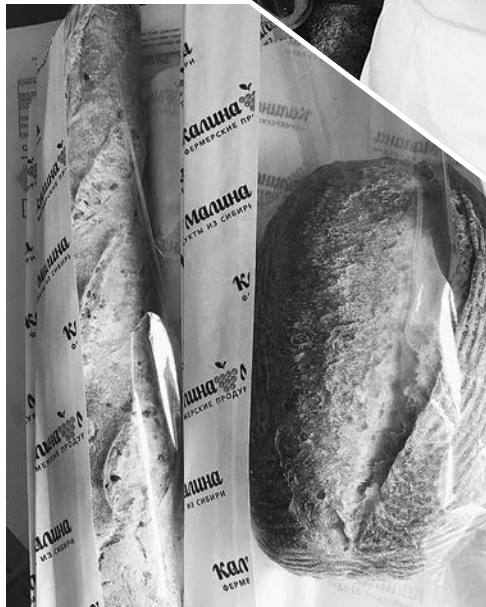
зовала кондитерскую.

Сладости Кристины Афоняевой радовали всех, кто скучал по России. Это были торты, пирожные, зефир и мармелад. Правда, угощения она готовила из местных фруктов — манго, маракуйи. Яблоки во Вьетнаме стоили очень дорого. Число клиентов росло, кондитерская приносила доход. Дети ходили в детский сад. Тимур понимал вьетнамский, а Вероника неплохо говорила по-английски. Но жить за границей становилось всё труднее, родные были далеко, за фирму и обучение детей приходилось много платить, визу продлевать. А потом ещё и доллар подскочил. Кризисную си-



не знала, обидели меня или похвалили. Та женщина дала мне номер телефона компании, которой требовался технолог. Я позвонила, и меня сразу же приняли на работу, — вспоминает Крестина.

Маленькая фирма готовила и продавала пончики в Кемерове. Повар вскоре ушёл, и техно-



тую семью пережила, но осадок остался.

— Мы с мужем сидели на пляже, и он сказал: «Может, поедём домой?» Я согласилась, не раздумывая. За две недели всё продала: витрину, чашки, вилки. Оставила только миксер, привезла его в Россию в чемоданчике. Мне предстояло снова начать всё сначала...

## Пончики в шоколаде

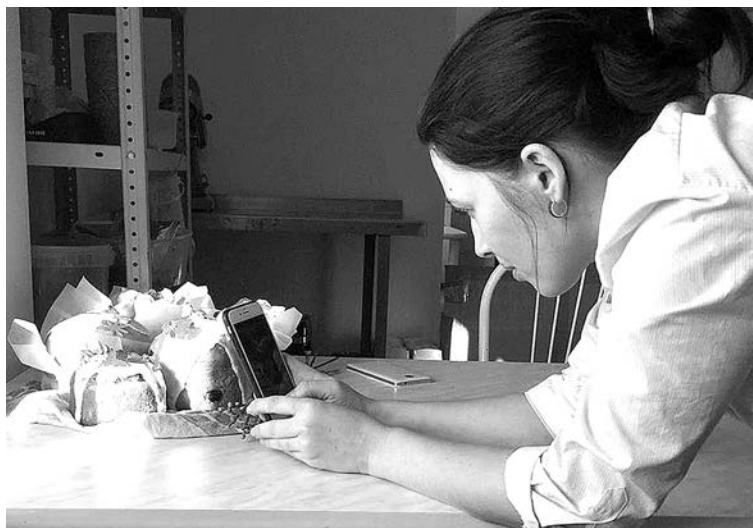
В России всё казалось новым, непривычным. Во Вьетнаме Крестина привыкла к узким, маленьким магазинам. В Кемерове её ждали огромные торговые центры, широкие улицы и сибирская

логу пришлось самой встать у печи. Она всё делала в одиночку: заказывала муку, шоколад и другие продукты; готовила пончики и тут же осуществляла контроль за производством.

— Я поняла, что хочу работать на себя. После Вьетнама знала, что у меня всё получится. Мне интересно было самой хлебную закваску приготовить, испечь торт, сделать домашний шоколад, а не жарить по 1000 пончиков изо дня в день. Это же скучно!

Приятельница из Крапивино предложила Крестине встать на биржу и подать заявку на грант. В Кемеровской области поддерживают малый бизнес. Понравится





жюри бизнес-план — будут деньги, а значит, и своё дело. Кондитер из Вьетнама загорелась этой идеей. Пока работала над проектом, создала группы в соцсетях и пекла торты на заказ. Они ей и помогли.

### Сибирский вкус

— Мне позвонил менеджер сети «Калина-Малина» и пригласил на встречу. Им так понравились снимки моих сладостей из Вьетнама, что они предложили сотрудничество. Так начался мой путь кондитера на Кузбассе.

На бирже труда предприниматель грант не получила, её проект оказался слишком глобальным. Но удача была на её стороне. Вскоре удалось снять помещение.

Шевели — небольшая деревня в Крапивинском районе. Работы там почти нет. В администрации обрадовались, что открывается новое предприятие, предложили поддержку и помощь. Так и закипела работа: Кристина открыла ИП, сделала сертификацию. В октябре 2016 года у неё уже был первый заказ — зефир и мармелад.

— Сегодня домашний зефир популярен, его часто можно увидеть в Instagram. Впрочем, как и мармелад. Эти сладости готовила во Вьетнаме, теперь в Сибири. Вместо экзотических фруктов — смородина, облепиха, вишня, яблоки. Технологию я отточила, тем более, для этих десертов не нужны замысловатые машины. Кастрюля, форма, миксер... На печь для хлеба у меня денег вначале не было, вот я и начала с самого простого.

Почти год она в одиночку возила в деревню тяжёлые сумки с фруктами, ягодами, сахаром. Весь день проводила в цеху. И была счастлива — наконец-то она занималась тем, о чём давно мечтала.

### Чиабатта по-кузбасски

Кристина Афоняева выросла в Крапивинском районе и любит его. Ей нравится приезжать в цех, Шевели недалеко от Берёзовки, в которой она выросла. Здесь как дома. Поэтому и компания свою она назвала душевно — «Домашняя кондитерская».

— Я живу в двух мирах. В цеху большие окна, светлое помещение. Когда работаю, постоянно наблюдаю за людьми. Каждое утро недалеко от нашей кондитерской встречаются две старушки и беседуют почти час. В деревне люди никуда не торопятся. После городской суеты здесь отдыхаешь.

Вскоре сбылась ещё одна мечта Кристины: она начала печь хлеб, да не простой — итальянский чиабатта. Хлебную закваску её научили готовить в Новосибирске. Хозяйка кондитерской посетила два мастер-класса по европейской сдобе Екатерины Сваровской.

— Я постоянно езжу на мастер-классы, учусь новому. Дело не в том, что я сама бы не справилась с закваской. Когда соблюдаешь рецептуру и технологию, всё получится. Эти встречи дают драйв. Ты работаешь в системе год, руки уже опускаются, устаёшь. Тогда надо ехать к таким же сумасшедшим людям, как и ты, заряжать друг друга энергией, — объясняет Кристина.

Сейчас «Домашняя кондитерская» готовит зефир из яблок и смородины, нежный облепиховый мармелад, воздушное птичье молоко с медовой крошкой, вишней и другими сибирскими вкусами. Ещё здесь пекут итальянский хлеб, ароматную сдобу и торты, которые прославили Кристину ещё во Вьетнаме. Вместе с владелицей в цеху трудятся ещё 11 мастеров — все они жительницы Шевелей. Коллектив дружный, все поддерживают друг друга.

— Моя задача — создать комфортную атмосферу на работе. Наши хлебные закваски требуют внимания, сосредоточенности, настроения. Мы готовим по-домашнему, без химии — только натуральные сливки, молоко, яйца, фрукты и ягоды. И, что самое главное, с душой. Когда кто-то из коллег сталкивается с трудностями дома, я помогаю. Если что-то не получается в работе, стараюсь научить, подсказать, — говорит руководитель.

Грант Кристина Афоняева получила, вложила его в производство и теперь оказывает социальную поддержку жителям Крапивинского района. В Берёзовку, Шаравовку и Шевели она отвозит торты и сладости в Новый год, на 8 Марта, День учителя и День пожилого человека. Сладкий подарок получают пенсионеры, многодетные и малообеспеченные семьи, педагоги.

— Кондитерская для меня как третий ребёнок, главное дело жизни. Финансовая составляющая меня не так волнует, как качество наших сладостей. Я хочу, чтобы они были натуральными, полезными и я могла дать их своим детям. Каждый продукт мы тестируем, от первой дегустации до введения в производство проходит до четырёх месяцев, — рассказывает Кристина.

Она говорит, что сейчас она по-настоящему дома, на своём месте и пока не хочет ничего менять.

— Муж снова предлагал: давай поедим куда-нибудь. Я отказалась. Мои люди — здесь. Не хочу размениваться на что-то другое. Может, когда-нибудь, когда я полностью выложусь, решусь снова всё поменять... Но пока мне хорошо в Кемерове и Шевелях. Мне здесь рады, меня понимают и всегда готовы помочь. Поэтому я счастлива!

По материалам журнала «ПТИЦА»

<https://vk.com/citylifeout>

# Из банкиров — в сыровары

Коренной москвич Илья Кутарин и его жена Светлана поменяли жизнь в столице на бежаницкую глубинку, чтобы стать фермерами и варить сыры на своей семейной ферме.

— Всё началось лет 10 назад во время учёбы в институте, когда мы стали встречаться со Светой, и она решила познакомить меня со своей мамой, которая жила в Чувашии, — вспоминает Илья.

Чувашская деревня с её каменными домами, тысячей жителей и ещё большим количеством всевозможной домашней живности — коров, кур, уток, гусей — поразила московского парня. Особенно Илья позавидовал дяде своей невесты, державшему два десятка бурёнок. Тогда он и решил, что тоже обзаведётся домиком в деревне и собственной скотинкой. Но это произошло не сразу.

— Несколько лет я проработал в банке, а в 2013 году, когда выяснилось, что Света ждёт ребёнка, у нас обоих в головах словно что-то щёлкнуло, и мы переехали в Подмоскovie в небольшой деревенский дом, доставшийся в наследство от деда. Сложили там новую печь, расчистили участок, завели кур. Родился Тихон, и вскоре выяснилось, что у Светы не хватает грудного молока. Стали покупать козье у одной старушки. Но оно у неё такое вонючее оказалось, что решили обзавестись собственными козами, — рассказывает Илья.

Сначала новоявленные селяне приобрели двух животных, но меньше, чем через год, домашнее стадо разрослось до десятка рогатых «манек», а ещё через несколько месяцев — и до двух десятков. Столько молока Кутарины выпить уже не могли, поэтому начали готовить из него творог, сбивать масло.

### «Земли здесь много»

— И тут мне попалось в интернете объявление о курсах сыроделия за три тысячи рублей. Я Свете говорю: езжай, мол, поучись. Вернулась она оттуда с горящими глазами и сразу заявила: «Всё, мы теперь сыроделы!» — смеётся.

Первое время варили продукт совершенно кустарным способом в двух огромных кастрюлях, а его первыми покупателями стали окрестные дачники. Вскоре к числу постоянных клиентов добавились и жители столицы. Но была одна проблема. Козье стадо надо где-то пасти, заготавливать для него корма, а земля в Подмоск-



вье на вес золота — что в собственности, что в аренду.

Помог случай. Как-то один почти незнакомый человек написал Илье в социальной сети: мол, переезжайте-ка лучше в Псковскую область, здесь и земли много, и найдётся, где жить и развивать своё производство.

— Мы приехали на разведку, сразу же влюбились в здешнюю природу с её лесами и озёрами. Причём оказалось, что тут действительно много никому не нужной земли. Нашёлся и инвестор, который помог нам оформить в аренду участок и вот это здание, а ещё приобрести профессиональное оборудование. И в сентябре 2017-го мы запустили производство уже на бежаницкой земле.

Сейчас здесь варят несколько видов сыров из козьего и коровьего молока. Каждый из них назван в честь какой-нибудь здешней деревни или достопримечательности, в том числе — по названию самого большого в Европе верхового болота, расположенного здесь же, неподалёку.

В прошлом году Кутарины выиграли грант по региональной программе поддержки начинающих фермеров в размере полутора миллионов рублей. На эти деньги они заканчивают реконструировать помещение под ферму, а пока все 33 козочки временно живут в обычном деревенском хлеву. В планах у фермеров довести поголовье до 64 дойных коз — больше, мол, площади ремонтируемого здания не позволят.

Спрашиваем, где сыроделы берут коровье молоко? Выясняется, что у коллег, чьё хозяйство расположено в Скрудино, что в 10 км от Махново. Те тоже приехали в бежаницкую глубинку около трёх лет назад, но не из Подмоскovie, а из далёкого Азербайджана, и решили заниматься крупным рогатым скотом.

### Не сыром единым

— Мы долго искали молоко, подходящее для сыроделия. Вы знаете, например, что если корову кормить силосом, то молоко от неё не годится для такого производства? Вот и мы сначала тоже не знали, кучу денег из-за этого угробили впустую, — признаётся Илья. — А когда всё же нашли этих фермеров и стали договариваться о сотрудничестве, то сразу поставили условие — никакого силоса ни зимой, ни летом. Но они молодцы, никаких замечаний к их молоку у нас пока не было. При том, что сами они изначально городские жители. Глава семейства, например, раньше работал инженером-строителем.

Свою продукцию Кутарины поставляют пока лишь в Санкт-Петербург и Москву. Но совсем недавно на них вышли координаторы международного проекта Baltic Sea Food, объединившего 10 стран, расположенных в регионе Балтийского моря. От России там, кстати, участвует только Псковская область. Цель проекта — помочь «своим» аграриям эффективно и с выгодой продвигать свою продукцию напрямую в местные кафе, рестораны, отели и объекты сельского туризма.

Но не сыром единым живы Кутарины. В прошлом году, в конце лета, у них бывала первая группа туристов.

— Для них всё у нас в диковинку оказалось: смотри, коза настоящая! О, сыровары бородатые бегают! — с улыбкой вспоминает Илья.

А после приехал один автобус с московскими туристами, они посетили заповедник на болотах, заодно и к Кутариным заехали, благо это неподалёку.

Для таких гостей наш собеседник мечтает со временем открыть «лесной» ресторан. Ну а что? Молочное производство своё, дары леса в двух шагах от деревни можно собирать. Будет чем удивить городских жителей.

Спрашиваем, не скучно ли им после мегаполиса в этой глухомани и как они отдыхают, если выпадает свободная минутка?

— Нет, не скучно. А насчёт отдыха... телевизора у нас нет, интернет используем на 90% только для работы. Когда совсем устаём, просто сидим на диване и смотрим в потолок. А если остаётся немножко сил, то гуляем по окрестностям. Здесь у нас красиво.

Елена ЯЗЕМОВА

«АиФ», 03.10.2018 г.

Фото: «АиФ»





# Список лучших медоносных трав



**ЛИПА** — 500–1000 кг сахара в нектаре на гектар.

Деревья высотой до 30 м готовы радовать оптимальной продуктивностью мёда. Цветок выделяет 3–12 мг нектара. В России успешно удаётся выращивать до 10 видов липы, каждый из которых сумел снискать славу у почитателей мёда. Самое важное — это благоприятная погода при выращивании растения. Цветение стартует в начале июля и продолжается около двух недель. Крупнолистный сорт всегда зацветает немного раньше. Одна липа может жить около 300–400 лет, но нектар выделяют только те деревья, которым исполнилось 20 лет. Наивысшая продуктивность отмечается спустя век. В большинстве случаев пчёл можно отметить у липовых цветков утром и перед наступлением вечера, так как дважды в сутки отмечается обильное выделение нектара.

**СИНЯК** — 800–850 кг сахара в нектаре на гектар.

На одном месте синяк может произрастать не больше 6 лет. К счастью, он проявляет стойкость к любому виду почвы. При этом допускается размножение самосевом. Основные отличия синяка: нектар выделяется при любых погодных условиях; привлекает к себе большое число пчёл; цветение продолжается длительное время — до 25–35 дней. Такие особенности всегда гарантируют достойные результаты продуктивности растения.

**ФАЦЕЛИЯ** — 200–700 кг сахара в нектаре на гектар.

Пижмолистная фацелия — один из самых достойных медоносов. Пчёлы могут посещать фацелию в любое время суток, так как нектар и пыльца всегда готовы к сбору. Основные характеристики: мёд в сотах проявляет стойкость к кристаллизации; фацелия

подходит для зимовки пчёл. Такие характеристики объясняют популярность этого растения.

**АКАЦИЯ** (на фото) — 300–400 кг сахара в нектаре на гектар.

Акация представляет собой дерево, высота которого может достигать 10–12 метров. Основные особенности: обычно цветение приходится на июль; период цветения составляет около 12–20 дней. В благоприятные годы объём сбора будет больше в 1,5–2 раза. Акациевый мёд считается одним из самых полезных и вкусных.

**ЛЮЦЕРНА** — 270–300 кг сахара в нектаре на гектар.

Люцерна представляет собой бобовую многолетнюю кормовую культуру. В большинстве случаев растение встречается в хлопкосеющих районах. Цветение всегда приходится на первые два месяца лета.

**ЧЁРНАЯ ГОРЧИЦА** — 260 кг сахара в нектаре на гектар.

Мед из чёрной горчицы радует полезными свойствами, что и гарантирует его популярность.

**ГРЕЧИХА** — 160–220 кг сахара в нектаре на гектар.

Гречиха представляет собой одно из самых важных растений, которое готово дарить мёд. Главные районы выращивания гречихи предусматривают наличие нечернозёмной почвы. Такие сорта, как Глория, Виктория, Аэлиа, Юбилейная-2, Тулузская, дают минимальную продуктивность — 160 кг, Орбита — больше 200 кг. Только правильное выращивание позволяет отметить наилучшие результаты приготовления мёда из гречихи.

**ДОННИК** — 120–250 кг сахара в нектаре на гектар.

Белый донник представляет собой травянистое растение, которое может расти до двух лет. К счастью, мёд из этого растения оказывается качественным. К тому же готовый мёд отличается цветочным нежным ароматом и светлым цветом. Растение изначально способствует сохранению нектара, который не может испаряться и вымываться. Продуктивные пчёлы успешно используют дары природы в течение всего месяца.

**БЕЛЫЙ ПОЛЗУЧИЙ КЛЕВЕР** — 100 кг сахара в нектаре на гектар.

Клевер является многолетним растением, которое можно встретить на пастбищах. Особенности: длительность цветения превышает месяц. В некоторых случаях клевер цветёт почти всё лето; самые подходящие условия — влажные суглинистые почвы; нектар не выделяется при засухе и в сырую погоду с низкими температурными показателями. Белый клевер — достойное растение для приготовления мёда, если складываются благоприятные обстоятельства.

**РАПС** — 30–60 кг сахара в нектаре на гектар.

Рапс — стебель высотой 60–160 см. Цветки рапса жёлтые, редко белые, двуполые. Пыльца жёлтая. Хороший ранневесенний медонос. Цветёт в апреле-мае, около 30 суток. Рапсовый мёд светлый, беловатый, иногда интенсивно жёлтый, ароматный, сладкий, быстро кристаллизуется.

**МОРДОВНИК ШАРОГОЛОВЫЙ** — до 1000–1200 кг сахара в нектаре на гектар.

Мордовник шароголовый — многолетнее растение-медонос, принадлежащее к семейству астровых. Обладает очень высокой мёдопродуктивностью, это качество вкупе с неприхотливостью и засухоустойчивостью растения делают его прекрасным медоносом (полностью не изучен).

**КИПРЕЙ УЗКОЛИСТНЫЙ, ИВАН-ЧАЙ** — 300–600 кг сахара в нектаре на гектар.

Максимальное выделение нектара наблюдается в первой половине дня, причём интенсивность цветения напрямую зависит от температуры воздуха и влажности почвы. Оптимальные показатели: 50% влажности при +28°C. Продолжительность цветения обусловлена местностью и климатическими условиями, в среднем от 60 до 70 суток. Интенсивное распускание цветков длится до двух недель. Все виды кипрея непредсказуемы по силе медосбора, он может отличаться в зависимости от года. В неблагоприятные годы сбор нектара падает до 20 и даже 9 кг с гектара! Откачаный из сот мёд имеет зеленоватый оттенок, хорошую прозрачность, приятный вкус и нежный травянистый аромат. В процессе кристаллизации формируются беловатые крупинки, по форме и структуре напоминающие снег. При нагревании кристаллизованный мёд желтеет.

<https://vk.com/@centralrussian-samyeluchshie-medonosy>

## Перспективы приусадебного пчеловодства

Практикующие врачи отмечают очень высокую эффективность лечения людей ценнейшими дарами природы — продуктами пчеловодства. Учёные Академии наук СССР, проанализировав в своё время жизнь 130 долгожителей старше 100 лет, выяснили, что 80% из них были пчеловодами. И эти люди до конца своих дней продолжали работать, сохраняя ясный рассудок, как предусмотрено мудрой природой.

Чтобы дольше прожить, находясь в хорошей физической форме, надо вести здоровый образ жизни, весной и осенью есть натуральный мёд, лучше сотовый, а также пергу. Сейчас на садовых участках и крестьянских подворьях пчёл осталось очень мало. Перекупщики предлагают пчеловодам бросовые цены за мёд, делая тем самым бесперспективным содержание больших пасек. Значит, надо заводить пчёл на дачных и садовых участках, где их можно своевременно обслужить и применять интенсивные технологии. Таким образом, от трёх хорошо перезимовавших семей весной можно получать больше продуктов, чем от тридцати, содержащихся каким-нибудь традиционным способом. И стандарт на ульи, и многое в уходе за пчёлами надо неотложно менять.

Что я предлагаю? Поселите пчёл на втором этаже своей дачи или в чердачном помещении, и не придётся строить сплошной

забор высотой 2 м, а ваши соседи и пчёлы будут меньше беспокоить друг друга. Да и зимовка пчелиных семей протекает лучше на втором этаже, где меньше застаивается холодный и сырой воздух.

Защищаться от укусов пчёл надо с помощью лицевой сетки и надлежащей одежды, а вместо дыма лучше пользоваться распылителем с водой. И вообще в малых дозах пчелиный яд полезен, хорошо стимулирует нервную систему, сосуды и сердце человека.

При зимовке стоит убирать разделители рамок, а ширину улочек делать 8,5–9 мм. В начале зимы клуб пчёл должен располагаться ниже рамок, заполненных мёдом, иначе пласти насекомых в соседних улочках не будут обогревать друг друга. Корма над клубом обязательно должно хватить до первого облёта, иначе семья погибнет от голода. Бывает, что в февралье матка начинает яйцекладку, поэтому в гнезде должна быть перга, необходимая для выкармливания личинок.

Первые два месяца весны семья обязательно должна жить в условиях искусственного обогрева. При прочих равных условиях только за счёт него она сможет увеличить свою силу на 30% и отпустить очень мощный рой.

Известно, что в расплодной зоне температура гнезда должна быть 34°C. При её снижении всего на 2–3°C насекомые рождаются с недоразвитыми крыльями, а при 38°C и выше расплод поги-



бает. Пчёлам стоит больших трудов поддерживать оптимальную температуру, особенно если улей не притенён, долго открыт без острой надобности, неправильно открыты его летки. В расположенном на сильном солнцепёке улье его обитательницы могут заболеть параличом.

В задней стенке корпуса надо сделать отверстие с пробкой для спиртового термометра и время от времени проверять, какая температура в улье за пределами расплодной зоны, особенно когда включен электрообогрев.

Самое главное в нашей технологии пчеловодства (журнал «Пчеловодство» № 5 и № 8, 2004) при весеннем наращивании силы семьи — полностью обеспечить её необходимым количеством перги, заготовленной весной предыдущего года. Она более полезна, чем свежепринесённая пыльца. Ещё полвека назад лауреат Государственной премии СССР И. Халифман в лабораторных исследованиях установил, что по-

ражённые раком мыши, которых кормили свежей пыльцой, погибли. А в другой группе, где давали пергу, было очень мало больных мышей (И. Халифман. «Пчёлы», 1950).

Почему пергу надо заготавливать именно весной? Потому что тогда она наиболее насыщена полезными веществами. В мае 100 г пыльцы садовых культур содержит 140 мг витамина С, а уже в июне в 100 г пыльцы одуванчика — лишь 40 мг, в июле в 100 г пыльцы иван-чая — 9 мг.

Мне написал В. Мошков из Мордовии: «Пчёл развожу восемь лет и имел 17 семей. Весной осталась одна, остальные погибли. Упал духом и хотел даже всё бросить. К счастью, случайно узнал о вашей новой технологии пчеловодства, понял свою ошибку, и теперь снова буду разводить пчёл». Но сотни тысяч пчеловодов потеряли веру в возможность выхода из сложившейся ситуации. У нас не пропагандируют занятия пчеловодством, осо-

бенно в глубинке. Тиражи специализированных изданий для нашей страны чрезвычайно малы. С помощью финансирования Минздрава РФ, Минсельхоза РФ и других ведомств, а также пожертвований богатых людей можно многократно их увеличить и бесплатно распространять среди заинтересованных людей. Надо возвращать России её былую славу медовой державы. Тогда отпадёт потребность в сверхдорогих лекарствах и увеличении числа больничных коек.

Для внедрения нашей новой технологии содержания пчёл необходимо создать краткосрочные бесплатные курсы с целью переподготовки всех желающих и обучения новичков, в том числе и безработных, живущих летом на своих дачах. Таким образом появятся новые рабочие места.

**Дмитрий УЛЕЙ,**

пчеловод-исследователь

г. Москва

<https://vk.com/naturalbeekeeping>





# Сибирская ода друзьям-муравьям

Летом 2007 года, после необычной для Сибири тёплой зимы, в пригородах Саяногорска нашествие гусениц уничтожило листья, и садоводы в панике вырубали тысячи великолепных плодоносящих деревьев. Кстати сказать, вырубали зря. Даже после полной потери листвы деревья, как правило, восстанавливаются. А причину трагедии вижу в том, что в большинстве садов нет муравейников. Их уничтожают ненароком, не замечая, а ещё чаще — сознательно.

Много лет пишу отчаянные статьи, пытаюсь вразумить сибиряков не уничтожать муравьёв. Уговариваю прощать им невольную слабость к «доению» тли, ведь польза от них перевешивает вред в десятки раз. Но мои прежние публикации почти никого не убедили. И всё же попытаюсь ещё раз.

Жизнь крошечных муравьёв скрыта от нас под покровом травы. Удаётся хоть немного подсмотреть за ними, только когда они залезают на деревья. И вот типичная картина: полсотни тлей высасывают сок из молодого листа. Удобно устроившись, несколько муравьёв замерли в наркотической неге: ждут порцию «падевого мёда». В сантиметре от них хищник и гроза тлей, божья коровка, пожирает тлюшек, как пирожки. И никто их не спасает! Эта идиллическая картинка на самом деле часть пищевой цепочки в действии.

«Доение» тли для сибирских (думаю, и для северных) муравьёв — обычное собирательство. Они живут в страшном, суровом мире и мудро используют любые пищевые ресурсы. Между муравьиными семьями идёт непрерывное соперничество, а часто и беспощадная война за пищу, которой всегда не хватает. То и дело нахожу в своём саду опустевшие муравейники. Внимательно осматриваю почву, где-то растут новые семьи. Вот вижу бугорок с отверстиями — начальная фаза строительства нового муравейника. Вбиваю вокруг колья, подкладывая травы: пусть никто не мешает новостройке!

В плодовом саду жизнь муравьёв невыносимо тяжела. Они искусно противостоят любому природному явлению, но человек — самый страшный катаклизм. Например, муравьи — истинные метеорологи, не чета Гидрометцентру. Перед дождём муравейники герметизируются. Льёт ливень, а внутри сухо и уютно. Совсем другое дело — внезапный полив из насоса! Перед таким наводнением муравейник открыт и беззащитен. Про лопаты, тяпки, яды и приманки даже говорить не хочется.

Может быть, мне просто повезло: в своё время внимательнейшим образом посмотрел серию документальных фильмов о жизни муравьёв, прочитал о них книги. И зауважал их без натяжки, как равных себе. Не боюсь показаться наивным (пусть кто-то всерьёз опровергнет!), но муравьи — именно общество, если хотите — цивилизация. И во многом на порядок совершеннее нашей.

Можно сказать ещё точнее: муравейник — единый суперорганизм. Взаимосвязь и единство цели у муравьёв на таком уровне, что разные рабочие касты можно без скидок назвать «органами», а индивидов — «клетками» организма. Им в принципе ведомы

страхи, зависть, ненависть, лень, уныние или усталость. Каждый живёт за всех и все — за каждого. Все новости и решения через минуту становятся общими. Не о таком ли единстве для человечества когда-то мечтал Циолковский...

Скажите: да бросьте, их поведение регулируется инстинктами! Ну и что? Наше — тоже, на 95%. Мозг-то у нас всего на 5% задействован! Давайте судить по результату: сплочённости, взаимопомощности, трудолюбию и умелости, в конечном счёте — жизнеспособ-

средств. Но муравьи не теряют ни минуты, строят МОСТ из собственных тел, сцепляясь в несколько слоёв! Мост готов, и по нему хлынул живой поток. Но тут на него наступает проходящий слон... То, что происходит дальше, не укладывается в моей бедной голове. Оторванные от товарищей посредичи ручья муравьи тут же смыкаются в круглый МНОГОСЛОЙНЫЙ «ПЛОТ», крепко держа друг друга. И ни один не успевает утонуть: слои «плота» постоянно меняются местами! А с берега уже всюю

«райские качества» — сострадание, жалость, милосердие к природе и ближним. Мы лишились разума, цель которого — процветание всех живых существ.

Теперь мы живём в мире коммерции. Продавать надо всё — от урожая до ядов. Именно поэтом в нас буквально вбивают информацию, что в своём саду мы окружены бесчисленными ордами враждебных существ. Вы задумались, в чём причина ненависти к муравьям? Она только в том, что кому-то это выгодно!

ный выход. Ведь мировой гений экохозяйствования Зепп Хольцер считает муравьёв ценнейшими помощниками и даже специально их разводит, имея от этого огромные неприятности с местными бюрократами от садоводства, но не сдаётся.

Так что южан убеждать не стану, опыта нет. А вот сибирякам говорю уверенно: наши муравьи — защитники сада. У нас прямо противоположная ситуация! Численность вредителей невелика, и хищные насекомые уверенно её контролируют. А муравей — один из самых прожорливых хищников. Собирая по саду гусениц и яйца, именно он предотвращает возможные вспышки. Тля для него — не лелеемый домашний зверь, а подарок природы, как для нас лесные ягоды.

Интереснейшее наблюдение сделал садовод из Черёмушек В. М. Калмыков. Увидев тлю на листьях дерева, он собрал её щепотку, раздавил и положил на соседний муравейник. Назавтра увидел: муравьи съели всю тлю на дереве!

Вот и выходит: читая южные советы и покупая бесчисленные препараты от муравьёв, южанин хоть как-то защищает сад, а сибиряк совершает двойную глупость: лишает сад защиты и тем снижает его морозостойкость. Потому я и делю садоводство на южное и северное, оно же сибирское.

Как говорится, картина маслом — осень 2011-го. До конца сентября в моём саду побывало уже человек двести — настоящее «паломничество» со всех областей Сибири и даже из-за Урала. Самые любознательные и недоверчивые сразу обследовали деревья и с удивлением отметили: повреждённых и вправду нет. А потом: «А у нас во всех садах болеют, и что мы только ни делали...». И перечисляли все общепринятые агроприёмы по «спасению» деревьев, больших изначально. И всегда борьба с муравьями — чуть не главное!

Со страхом думаю: скоро высокотехнологичные химии или генетики, не понимающие природу и не смыслящие в садоводстве, изобретут абсолютный яд против муравьёв. Исчезнут муравьи — сады начнут страдать и гибнуть вдвое быстрее, чем сейчас. Что я могу противопоставить этой ненависти к муравьям, внушаемой книгами и прессой? Только свой абсолютно здоровый сад и фотографию нескольких муравейников, уютно расположившихся среди совершенно здоровых саженцев. Я их называю «муравьиной крепостью сада».

Цивилизация муравьёв на порядки древнее человеческой. Их разумность и непобедимость восхищаются даже те, кто вынужден постоянно с ними бороться. Те, кто глубоко изучает муравьёв, считают их равными себе. А раз это так, человечество обязано признать муравьёв разумными и взять их под защиту, как защищает уже многих высокоразвитых животных.

Не торопитесь смеяться. Либо научимся жить именно так, либо вообще жить перестанем. Я — оптимист.

**Валерий ЖЕЛЕЗОВ,**  
садовод и селекционер  
Хакасия, г. Саяногорск  
JelezovSadSib@mail.ru  
<http://sad-sib.ru>



ности. Тогда их инстинкты намного разумнее половины наших умных мыслей! А если брать главный результат разума — поддержание всей жизни вокруг себя, тут просто без комментариев: «гомо сапиенсу» с его оружием, ядами и мусором впору учиться у червей, а не то что у муравьёв!

Жилища муравьёв построенные с гениальностью, недоступной для архитекторов «гомо сапиенс». Муравейники у всех видов разные, но каждый — совершенство. В любой дождь — сухо, в любую жару — вентиляция, и всё это регулируется за минуты! Охрану несут особо вооружённые муравьи-солдаты. Кто бы ни угрожал жизни семьи, даже крупное животное, тут же следует самоубийственная контратака. Рабочие муравьи — бесплодные, точнее, «безполые» самки, как и у пчёл. Носясь по хитрой системе троп, они весь день таскают в семью грузы в несколько раз тяжелее себя, не ведая усталости. Шедевр специализации — царица, муравьиная матка. Настоящая производственная машина: каждые две минуты — яйцо высшего качества!

Некоторые муравьи обходятся без муравейника: представьте, они сами себе муравейник! Вот кадры из фильма: суперсемья из нескольких миллионов особей мигрирует по джунглям Африки. Впереди ручей шириной в несколько метров. Это для нас как переправиться через Волгу без подручных

идёт стройка нового моста из муравьёв — на помощь «тонущим».

Способны ли сообщества людей к подобному разумному и самоотверженному поведению? А ведь я ещё не сказал о невероятно эффективном сельском хозяйстве муравьёв. Сельском хозяйстве без кавычек! Одни виды разводят тлю, при этом даже ведут её селекцию на сахарах и плодovitость! Другие выращивают белковый корм — грибы. Для роста мицелия (весь организм гриба, состоящий из миллионов выростов — нитей, или гиф) постоянно добываются свежие листья, поддерживаются температура и влажность. Третьи добывают на зиму набухшие семена трав и впрыскивают им «наркоз». Всю зиму семена лежат свежими, но не прорастают! Четвёртые разводят специальных гусениц, которые плетут им «шёлк»... Наши учёные только приближаются к тому, чтобы изучить биохимию и механизм этих сложнейших «производств».

Вообще на фоне муравьиной цивилизации человеческое общество с его грехами, пороками, войнами, экологическими преступлениями выглядит жалким и удручающим. Будь муравьи размером с человека, они бы правили миром, не оставив нам ни одного шанса на миллион. Знаете, за что людей изгнали из рая? Вкусив с «древа познания», то есть перейдя с природного на цивилизованный путь развития, мы потеряли

Долго спорил с моим другом и оппонентом, писателем и садоводом Николаем Ивановичем Курдюмовым и расстраивался: ну почему нам не понять друг друга?! Потом осознал: Кубань и Сибирь — действительно экологические противоположности. На юге вредители в экосистеме уже главенствуют, доминируют. Муравьи тут не контролируют их, это уже невыносимо, а лишь немного сдерживают численность самых скромных видов. На фоне регулярных вспышек цветоедов, плодоежор, ежегодно уничтожающих две трети плодов, болезней, в две недели сжигающих все цветки абрикосов, все листья винограда или персиков, подвижность муравьёв незаметно. Наоборот — заметно их вредительство.

Европейский садовый муравей действительно приносит много хлопот. Он не просто пользуется дикой тлёй, а разводит свою, «культурную»! Хранит её в муравейниках под корнями деревьев, а весной затаскивает и рассаживает по новорождённым побегам, едва проснутся почки. На юге муравьиная цивилизация — пособник главного, подавляющего вредителя: тли. А ещё муравей обгрызает точки роста на проростках тыквенных культур, ворует набухшие семена зелёных овощей, грызёт спелые яблоки, груши, виноград...

Пытаюсь представить себя южанином, это какой-то кошмарный сон! Уверен, есть и там разум-





# Баклажанная история

## Если баклажаны заболели...

**Д**алеко не каждый садовод-огородник берётся за выращивание баклажанов. Многие говорят, что их проще купить, чем вырастить, что нужно всё лето вокруг них плясать, а потом налетит колорадский жук и мигом оставит на кустах только голые стебли. Да и болеет он часто...

Как знать, может, именно потому, что все вокруг уговаривали меня не связываться с «синенькими», я твёрдо решила попробовать вырастить этого заморского красавца.

Хорошо, что дачу мы купили осенью и у меня было время подготовиться. Ночами бороздила просторы интернета, выбирая, что же мне посадить на моём скромном огороде площадью 84 м<sup>2</sup>. Именно столько выделил мне муж на 25 сотках земли и сказал: «Развлекайся, дорогая. Ни в чём себе не отказывай». Эх, знал бы он тогда, во что всё это выльется!..

Вот так в поисках огородного счастья набрела на сайт по природному земледелию. Это было что-то! Совершенно другой подход: землю не копать, сорняками выполотыми и травой скошенной грядки закрывать, про рыхление забыть. Даже не верилось сначала, что всё это работает, мы-то по-другому трудиться привыкли. И тут, просматривая лекцию по выращиванию перцев и баклажанов, нашла ответ на вопросы, почему у садоводов не получается вырастить баклажаны и что нужно делать. Всё оказалось просто: нужно создать баклажанам комфортные условия для роста и развития! И самое главное — сделать для них тёплую грядку. В холодной почве они совсем не хотят расти.

Как только пришла весна, работа на участке закипела. Я мигом разделила огород на постоянные приподнятые грядки. На половину из них высадила 130 кустов клубники (не смогла вовремя остановиться, когда заказывала саженцы). Нашлось место огурцам, луку и всяческой зелени. Но для моих баклажанчиков места не хватило. А рассада-то растёт уже в городской квартире, ждёт своего времени для переезда на дачу. Делать нечего, пришлось поймать момент, когда муж пойдёт пообщаться к соседу, и «в темпе вальса» вырыть траншею под тёплую грядку. Даже сама не ожидала, что это у меня так быстро получится. Потом заполнила грядку, как и полагается, различной органикой: соломой, сеном и зелёной травой. Все слои для быстрого компостирования пересыпала «Сиянием-3» и проливала водой.

Даже в конспект свой заглядывать не пришлось, рецепт приготовления компоста написан на пачке с «Сиянием». А тёплая грядка — это и есть, по сути, компостная куча, только мы в неё ещё и рассаду высаживаем.

После того, как тёплая грядка немного остыла и прошло время возвратных заморозков, высадила свои баклажаны под парник из укрывного материала. По краю грядки сразу же посеяла базилик (он защищает баклажаны от вредителей), потом с торцов грядки подсадила пару кустиков бархатцев. Бархатцы быстро нарасти-

ли большие, обильно цветущие шапки. Мне это так понравилось, что теперь высаживаю бархатцы по всему огороду, они не только украшают грядки, но и пугают вредителей своим ароматом.

Баклажаны держала под укрытием всё лето, только приоткрывала торцы тоннеля для проветривания. «Синенькие» к тому же очень не любят сквозняков, поэтому от ветра их нужно обязательно за-



щищать. А ещё мне понравилось то, что под укрывным материалом мои баклажаны не нашли полчища колорадских жуков, которые двинулись на наш огород после уборки соседского картофеля.

В первый год урожай был не слишком большим: с четырёхметровой грядки мы собрали ведро баклажанов. Но для меня это было победой! У меня получилось! Ура!

Да только, как говорится, «аппетит приходит во время еды». Мне захотелось вырастить такой урожай, чтобы баклажаны висели стеной, как на фото из интернета. Пришлось уговорить мужа поставить мне теплицу к следующему сезону. На моём маленьком огороде возле дома места для неё не нашлось, и мы установили теплицу на поле, где много лет подряд бывшие хозяева выращивали картофель.

Почва на этом участке была серая, истощённая, похожая на придорожную пыль. И я понимала, что в такую землю высаживать растения совершенно бессмысленно. Поэтому, несмотря на то, что на дворе было уже 12 ноября, мы стали делать в теплице тёплые грядки. Вырыли траншеи и установили короба из досок, что нашлись в сарае. Чтобы в грядку не заползали сорняки с дорожек и чтобы хоть как-то защитить доски от естественного гниения, мы закрепили на стенках траншеи геотекстиль.

Далее стали наполнять траншеи органикой. Но, к сожалению, её было недостаточно. Поэтому верхним слоем насыпали сантиметров 10 почвы, которую вынули из траншеи. И, видимо, в этом была моя ошибка!

Я не подумала о том, что на этом участке много лет выращивался картофель, что в почве накопились болезни. Нужно было весной, до высадки рассады, грядки «полечить» — пролить по влажной почве раствором «Фармайода», а через три дня после этого — почвенными бактериями «Сияние» (сделать сезонную обработку почвы). Так бы и от патогенов в почве избавилась, и засели-



опадали бутоны.

Первым делом обследовала растения на наличие вредителей, тщательнейшим образом осмотрела нижнюю сторону листьев. Насекомых не обнаружила. Поэтому сделала несколько фотографий и отправила их с призывом о помощи знакомому агроному по защите растений. Ксения Юрьевна поставила неутешительный диагноз: «вертициллёзное увядание баклажанов».

Всезнающий Гугл рекомендовал для лечения системные фунгициды, а ещё лучше — сжечь заболевшее растение.

Но мы всё-таки решили побо-



ла бы её потом полезными микроорганизмами, которые не только перерабатывают органику в компост, но и оздоравливают почву, не позволяя развиваться вредным бактериям и грибкам.

Сначала рассада баклажанов вела себя прилично, все растения прижились и активно стали наращивать новые листья. Пока кустики разрастались, между ними успели вырасти и порадовать нас сочной зеленью салатики, руккола и лучок. Такое соседство оказалось по душе рассаде баклажанов, так как быстро разросшаяся зелень притеняла почву и помогала сохранить влагу в наше отсутствие.

Но через месяц после высадки баклажаны начали болеть: на листьях стали появляться жёлтые пятна, которые всё увеличивались в размерах. В результате листья увядали и сохли. Также засыхали и

пользоваться за будущий урожай и использовать для этого «Аптечку садовода», эффективные микроорганизмы и биококтейль. Ксения Юрьевна подробно расписала мне процесс лечения.

Для начала влажную почву пролила раствором «Фармайода» (10 мл на 10 литров воды). Затем через три дня внесла в почву «триходерму» (этот полезный гриб, завоёвывающий жизненное пространство, подавляет патогены). На тот момент под рукой оказались только таблетки «Глиокладина», и я внесла по 3–4 таблетки в прикорневую зону баклажанов, просто вдавливая их в почву на глубину около 5 см. И в дальнейшем следила, чтобы почва была влажная, это необходимое условие для роста и развития грибов. Через два дня пролила грядку раствором «Сияние-1» (1 столовая ложка ра-



бочего раствора на 10 литров воды, поливать 1 раз в неделю).

Внесение полезных почвенных бактерий — обязательное условие после лечения любых заболеваний у растений. Ведь «Фармайод» и «Фитолавин» подавляют не только болезнетворные бактерии и грибы, но также и полезную флору. В этом лечение растений очень похоже на лечение нас самих. После курса антибиотиков доктор чаще всего назначает пропить курс пробиотиков, чтобы восстановить полезную флору кишечника.

А чтобы растения быстрее справились с заболеванием и быстрее нарастили новые листья, каждую неделю опрыскивала их биококтейлем (это смесь «Здорового сада», «Экоберина», «НВ-101» и раствора «Сияние-1»).

Этот чудо-коктейль не раз уже показал свою эффективность. Както раз он даже помог реанимировать мои томаты после возвратных заморозков. Рассада не только смогла нарастить новые стебли, но и выдала к концу сезона красивые томаты. Мои соседи никак не могли поверить, что такое вообще возможно.

На первый взгляд может показаться, что проще было бы выбросить заболевшие баклажаны, а не возиться с поливами и опрыскиваниями. Уверяю вас, это не так! Работы дополнительной никакой! Мне всё равно пришлось бы раз в неделю поливать грядки, я это и делала. Только добавляла в поливную воду по столовой ложке раствора «Сияние-1». А опрыскивать баклажаны биококтейлем — это не работа, а удовольствие! Когда у тебя в руках качественный опрыскиватель и ты видишь, что твои растюшки вытягиваются буквально на глазах, откликаюсь на твою заботу, душа поёт. Ну и, согласитесь, когда наши действия приносят желаемый результат, это существенно поднимает нашу самооценку. А мои несложные приёмы привели к тому, что сбылась моя мечта — я смогла вырастить хороший урожай! Теперь и в моей коллекции есть фото, где баклажаны висят стеной.

В завершение хочу пожелать всем садоводам-огородникам прекрасного настроения, отличных урожаев и чтобы у каждого в этом сезоне сбылась ваша «дачная мечта».

**Лидия ПЕТРОВА,**

садовод-практик,  
руководитель минского  
Центра природного земледелия  
«Сияние»  
<https://sianie1.ru>





## Фанатам зелёного горошка посвящаю!

**О**божаю зелёный горошек! Не тот безвкусный от незрелости, что на базаре продаётся летом или консервированный из магазина, а сладкий и сочный, прямо из только что сорванного стручка! Могу есть центнерами. На такие аппетиты нужна не одна грядка с этим лакомством. И они у меня есть! Не требуют никакого ухода, только собирай урожай.

Раскрываю секрет простейшего выращивания горошка.

В любом плотном укрывном материале сверлите или режете маленькие дырочки диаметром около 3 см в 2 ряда, по 2 дырки на каждые 10 см. Между рядами 15 см. Между такими парами рядов минимум 70 см — это будет проход. Выравниваете землю, освобождённую от травы (можно и не равнять, просто по ровной удобнее ходить), накрываете материалом с прорезанными дырочками, хорошо закрепляете края и серединку; баннер укрепляется штырьками, края плёнки можно вкопать в землю. Это нужно сделать, чтобы укрывной материал не сорвало ветром или не сдвинуло с места.

Если земля влажная, горох можно предварительно замочить на 6–10 часов. Это позволит убрать пустые горошинки, они всплывут. Если земля суховата, то сажайте сухой горох (для огородов без полива). У семян гороха низкая всхожесть, поэтому, чтобы не оста-

валось много пустых дырочек, сажаем по две горошинки в каждую — хоть один да взойдёт. Если проклюнутся обе, ничего страшного, им вполне хватает места, у гороха стебель и корешок тонкие.

И всё! Если посадите скороспелые сорта не позднее начала мая (горох устойчив к заморозкам), то первый горошек попробуете уже в конце июня. Основная волна урожая придёт на середину июля. Свой горох я ем до конца августа.

И никакие подпорки ему не нужны! Мы посадили горох в два ряда, чтобы соседние растения цеплялись друг за друга и колонной ползли вверх. В конце июля стенка из горошка упадёт на укрывной материал, вот тут-то нам и пригодятся широкие проходы, чтобы не топтать растения. Лежачее положение отнюдь не мешает горошку дальше плодоносить.

Дырочки в укрывном материале маленькие, горошек занимает практически всю площадь, сорняков будет минимум, я их даже не удаляю в течение сезона. Весной только один раз прохожусь плоскорезом или лопатой, предварительно сняв укрывной материал. Да и то не каждый год, по настроению.

Никаких удобрений вообще не использую, даже органику. Растёт прекрасно уже много лет подряд на одном и том же месте. Как вариант, можно просто сдвинуть на следующий год укрывной ма-



териал так, чтобы ряды дырочек попали в бывший проход. И таким образом периодически менять дислокацию посадок.

К августу растения подсыхают снизу ствола. Если будет холодно и мокро, могут покрыться мучнистой росой. Я ничего с этим не делаю, оставляю, как есть. Когда горошек практически перестаёт плодоносить (сентябрь), вырываю ботву и бросаю на ближайшую компостную кучу.

Единственная настоящая неприятность — это гусеницы в стручках. Бабочки откладывают яйца в цветки, в июле вы можете обнаружить в горошке конкурентов. Химией не опрыскиваю и не собираюсь, просто приняла факт как таковой. Так что 2–3 июльские недели 10–20% горошин я разделяю с природой. Потом гусеницы пропадают.

По этой же технологии можно сажать фасоль. Только расстояние между дырочками должно быть

25–30 см в зависимости от сорта, поскольку фасоль растёт низкими кустиками. В этом варианте проходы можно вообще не делать. Посадили и забыли. Вспомнили, только когда стручки пожелтеют и начнут подсыхать, — тогда пора собирать урожай. В отличие от гороха, фасоль созревает вся одновременно.

Тэа МИРА

Латвия

<https://zritelzemli.ru>

## Как растения защищают друг друга

**И**здавна было замечено, что одни растения определённым образом влияют на другие. Например, капуста, высаженная в качестве уплотнителя на посевах огурцов, до самой уборки не поражается вредителями, тогда как на чисто капустном поле их бывает много, особенно тли.

Кстати, хорошее средство для борьбы с тлёй и некоторыми другими вредителями — быстро измельчённые в мясорубке и сразу же используемые корни конского щавеля, цикория (200 г на 10 л воды) или их надземные части (400 г).

Чтобы приготовить средство для опрыскивания, достаточно измельчить листья или корни в соковыжималке или провернуть через мясорубку, быстро промыть холодной водой, процедить и залить раствор в герметичский опрыскиватель. Эти опрыскивания, несмотря на убийственную силу для вредных организмов, не имеют ничего общего с ядами.

**Широко известен народный способ выращивания лука вперемешку с морковью. Последняя треть участка засеивается только морковью.** Со средней трети осенью вы соберёте прекрасный урожай обеих культур, а по краям будет масса червивой моркови и червивого лука.

Во многих местностях практикуется высевание конопли и укропа вразброс по огороду. В своё время этот приём был назван невежеством. Однако вредители не живут в таком невежестве.

**Садоводы-любители практикуют посев лука-батун на рядах и в междурядьях земляники. Листья этих культур обязательно должны контак-**



**тировать, а срывание перьев лука на зелень увеличивает силу фитонцидных выделений.** Две эти культуры отлично обеззараживают друг друга. Лука должно быть много, чтобы зелени той и другой культуры было поровну.

Что происходит при таком соседстве? В процессе эволюции луковая муха привыкла к фитонцидам лука, хотя его выделения смертельны для всех других мух. И наоборот, земляничный клещ или долгоносик приспособились к фитонцидам земляники. Но как луковая муха не может вынести фитонцидов земляники, так и земляничные вредители не переносят фитонцидных выделений лука. Более того, на таких плантациях не бывает серой гнили даже в сырое лето.

**Многие растения способны защищать друг друга. Известно, например, что на нижних ветках яблонь не бывает вредителей, если поблизости растут укроп, томаты и**

**другие фитонцидоносцы.** Также замечалось, что в саду, где в междурядьях высажена кукуруза, вредителей на обеих культурах бывает меньше. Ещё ярче это явление будет выражено при засевании междурядий дикорастущей коноплей — высокофитонцидным растением колоссальных возможностей (не путать с индийской коноплей, которая является сырьём для изготовления наркотиков. Наша дикорастущая конопля не обладает подобными качествами).

**При использовании подземных частей растений для опрыскивания наивысший эффект получается от корней хрена, чеснока и лука.** Испытывались также и корни одуванчика, конского щавеля и репейника (200–300 г раздробленных корней на ведро воды). Из надземных частей растений были испытаны перо лука и чеснока; листья бузины, конопли, облепихи, тополя, ольхи; хвоя; все паслёновые (ботва томатов, картофеля, табака).

Надземной части растений брали до 400 г на ведро холодной воды. Издавна известен способ обрызгивания (веником) кустов смородины настоями и отварами луковой шелухи для борьбы с почковым клещом. Это уже другие, более стойкие фракции фитонцидов. К ним относятся настои из сухих растений. Если начать опрыскивание настоем луковой шелухи с начала выдвижения цветочной кисти и продолжать до образования первых ягод через каждые пять-семь дней, то не только клещей, но и никаких других вредителей на кустах не появится.

Аналогичны результаты и при опрыскивании кустов смородины и крыжовника препаратами из хрена, бузины, тополя. Растения оказывались чистыми от огнёвки, пилильщиков, галлиц, стеклянниц. При этом не причиняется вреда полезным насекомым. Охотясь за вредителями на разных растениях, они становятся невосприимчивыми к их фитонцидным выделениям.

**Во время цветения в кусты крыжовника и смородины втыкают ветки бузины. Это защищает от огнёвки. С этой же целью кусты обливают раствором коровяка.**

Наши деды защищались от плодовой гнили так: паклю, намоченную в дёгте, развешивали на сучьях яблонь после цветения. Лучшие результаты даёт чередование опрыскиваний раствором сока листьев бузины с обработкой другими фитонцидами (настоем луковой шелухи, выжимками хрена, чеснока и др.). Отпугивают летающих вредителей растущие рядом с кустами люпин и томаты. Эффект увеличивается, если листья фитонцидоносцев и защищаемых кустов соприкасаются.

Очень большие перспективы открывает провокационный метод защиты растений от вредителей. Если опрыскивать капусту выжимками из картофельной ботвы, то все капустные вредители перестают её «узнавать» и немедленно улетают, а ползущие вредители фитонцидами картофеля вообще убиваются. Если выжимками из листьев капусты опрыскивается картофельная делянка, то на запах слетаются капустные вредители и начинают откладывать здесь яйца. Но когда дней через 10 из яиц появляются гусеницы, их тут же убивают фитонциды чуждого для них растения. Подобные пары можно найти среди любых растений. Яблоню, например, можно с одинаковым успехом опрыскивать от плодовой гнили раствором из травы мокрицы, листьев томатов, тополя, хвои.

Виктор Михайлович НАЧАРОВ

г. Самара

<http://www.ogorodсад.рф>



# Успешное выращивание томатов

«Для чего морочить себе голову и искать лишнюю работу?» — так многие думают, идут на рынок и покупают готовую рассаду, если её можно так назвать, потому что она вместо хорошей горсти или даже пригоршни корней имеет мышиный хвостик. Кроме того, почти невозможно купить любимые сорта, и вы часто покупаете кота в мешке и получаете вместо названного сорта невесть что. Настоящий огородник выращивает рассаду сам и имеет то, что хочет, если вкладывает в свой труд частичку своей души.

Я выращиваю рассаду так. Заранее готовлю землю для посева. Беру 2 части листового перегноя, 1 часть коровьего перегноя или компоста и 1 часть чернозёма, желателно с кротовой кучи, он гранулированный. На ведро этой смеси добавляю 0,5–0,7 литра древесной золы, перемешиваю. Сею только проросшие семена.



## Проращивание семян

Беру кусочек материи размером примерно 7x7 см, кладу на него семена с номерком, написанным на алюминиевой фольге шариковой ручкой, и завязываю ниткой в узелок. Так поступаю с каждым сортом. Затем опускаю в стакан или баночку с 1%-ным раствором марганцово-кислого калия для протравливания от грибов. Держу в растворе 15–20 минут. Можно протравливать и в 1%-ном растворе перекиси водорода, добавив в 3%-ную аптечную перекись 2 части воды на 1 часть перекиси. В органическом земледелии есть готовые препараты для защиты от болезней, например, «Микосан-Н» или другие биофунгициды. Спрашивайте у консультантов Клуба органического земледелия или полагайтесь на собственный опыт, а он у большинства земледельцев и любителей есть.

После защиты семян промываем тщательно наши узелки в тазике с водой, а ещё лучше под проточной водой (под краном). Кладём промытые узелки в баночки и наливаем туда раствор «Бивита» в концентрации, указанной на упаковке. Семена должны находиться в этом растворе 8–10 часов, чтобы они хорошо набухли. Лично я для набухания семян использую древесную золу, вернее, её 24-часовой настой. Концентрация такова: на 1 л талой воды (из растопленного снега или льда) кладу 1–1,5 ложки с верхом золы. Отмечу своим оппонентам, что ни марганцовку, которой многим приходилось промывать желудок при пищевых отравлениях, ни золу, которая испокон веков использовалась нашими предками, за «химию» не считаю и опираюсь на свой почти 40-летний опыт.

После набухания семян вытягиваю узелки из посуды, отжимаю в кулак лишнюю воду, разрезаю нить, расправляю ткань и семена с номерком в один слой, сверху накрываю влажным кусочком (такого же размера) ткани, складываю все семена (все сорта) друг на друга, как торт «Наполеон». Обматываю влажной тканью в несколько слоёв, кладу на тарелку и ставлю на шкаф, там всегда тепло. Периодически увлажняю, не допуская пересыхания, так как для прорастания семенам нужны влага и тепло.

## Закаливание

На третий или четвёртый день пересматриваю и те сорта, которые начали проклёвываться, буквально несколько (5–7) семян от-



бираю, складываю отдельно на влажную ткань, заворачиваю и помещаю на нижнюю полочку холодильника для закаливания. А сорта, в которых процесс прорастания ещё не начался, стоят и дальше на шкафу, ожидая своей очереди на закаливание.

Закаливание в холодильнике идёт 2–3 суток, после чего — снова на шкаф, обеспечивая тепло и влагой. И те семена, которые не проросли в холодильнике, буквально за сутки-двое быстро проклёвываются. Процесс закаливания стимулирует прорастание, делает рассаду в 10 раз устойчивее и сильнее незакалённой, обеспечивает быстрый рост и, наконец, увеличивает урожайность на 25%.

## Посев

Проросшие семена, имеющие уже корневые побеги в 1–3 см, высеваю в ящичек (или другую ёмкость), имеющий глубину 6–7 см. Наполняю ящичек подготовленной землёй, которая должна быть увлажнена так, чтобы при сжатии

её в кулак образовывался комочек, а после нажатия на него пальцем он должен рассыпаться. Если при сжатии комочек не образуется, то мало влаги. Если надавить на комочек и он не рассыпается, а образуется от пальца дырочка, то земля переувлажнена, надо добавить сухой земли.

Наполнив ящичек землёй, разравниваем её и слегка уплотняем спичечной коробкой, делаем разметку так, чтобы семена были на расстоянии 3 см друг от друга. Намечаем дырочки заострённой палочкой или ручкой кисточки для рисования. Дырочки должны быть такой глубины, чтобы над «шапочкой» семени было 0,5 см земли. Семена при посеве беру пинцетом за «шапочку» и опускаю корнем вниз. Затем палочкой уплотняю землю вокруг семени.

После посева помещаю ящичек, в котором должны быть щели или просверлены дырочки, в тазик с водой, чтобы промочить землю. Потом ёмкость ставлю наклонно, чтобы стекла лишняя во-



да, после этого — на подоконник или стол, приставленный к окну. Через сутки в ящичке всходы будут стоять как солдаты, построенные на парад.

## Пересадка рассады

Когда у сеянцев появится третий настоящий листочек, рассаду пикирую, то есть пересаживаю. Стебель с корнями заглубляю по семядольные листики. Расстояние между растениями — 10 см, можно и больше, тогда рассада будет более мощной. Пикирую в питательную землю, которая должна быть рыхлой и рассыпчатой. Если рост рассады неудовлетворительный, опрыскиваю раствором «Риверма», действует отлично! Выращиваю рассаду в плёночной мини-теплице, а точнее — туннеле, чтобы в солнечные и тёплые дни можно было плёнку снять. На ночь накрываю, чтобы не застали врасплох заморозки. Состав смеси почвы для пикировки идентичен как для посева.

## Высадка в открытый грунт

В открытый грунт (на грядки) высаживаю, когда температура воздуха и почвы будет стабильно не менее 10°C. В последние годы это можно было делать уже после 10 мая.

Размечаю место для каждого куста. Расстояние между растениями: низкорослые — 60x50 см; среднерослые (до 1,5 м) — 80x80 см, можно 80x70 см; высокорослые — 90x80 см. Копаю узкие ямки глубиной 30 см, можно больше.

Щедро поливаю водой помидоры в тепличке, выкапываю, обрезаю нижние листья, чтобы посадить глубже. Аккуратно опускаю в ямку, немного присыпаю корни, вливаю литр воды. Когда земля впитает воду, досыпаю земли, чтобы засыпана была треть глубины ямки. Затем вливаю ещё 1 л воды, в которую добавляю сброженный куриный помёт (1 л помёта на 10 л воды). После впитывания засыпаю ещё треть ямки землёй и наливаю ещё 1 л воды, добавляю ещё землю, то есть мульчирую землёй.

После посадки — подвязка. Все сорта, в том числе и низкорослые, должны быть подвязаны.

## Опрыскивание

Чтобы не развилась фитофтора, обязательно нужно проводить три профилактические обработки. Первое опрыскивание — когда рассада ещё в тепличке и имеет два настоящих листочка; второе — на 3–4-й день после высадки на грядки, третье — когда завяжутся первые плоды. Опрыскиваю «Микосаном-В», «Фитодоктором», «Триходермином».

## Пасынкование

Высокорослые помидоры пасынкую, формируя куст в 4 стебля, среднерослые веду в 6 стеблей. Листья, которые достают до земли, удаляю. А у высокорослых и среднерослых сортов нижние листья обрываю до каждой последующей сформированной кисти.

За всё время вегетации помидоров делаю ещё такую обработку: для укрепления рассады, повышения иммунитета к заболеваниям и устойчивости к температурным колебаниям опрыскиваю рассаду на 3–4-й день после пикировки следующим образом: 10–20 капель на 10 л воды «НВ-101», 20–40 гранул «Здорового сада» и «Экоберина», 100 мл «ЭМ-А» (можно взять «Восток» или «ЭМ-био»). Опрыскиваю по листу.

При неблагоприятных погодных условиях такую обработку следует проводить от одного до четырёх раз в месяц. При нормальной погоде в этом нет необходимости, а вот во время интенсивного цветения и плодоношения это делать необходимо, чтобы не осыпалась завязь плодов и чтобы избежать самостерилизации семян при высоких температурах. Провожу опрыскивание вышеуказанной смесью, как правило, два раза: во время цветения и формирования плодов.

Благодаря посадке растений с куриным помётом необходимость в дальнейшей подкормке под корень отпадает, а внекорневые подкормки делаю при необходимости, руководствуясь наблюдениями за состоянием растений в течение вегетации. Использую «Риверма», «Бивит», «Микосан».

Во время цветения и формирования плодов также подкармливаю препаратами бора и магния.

Хочу отметить, что если необходим полив, то следует его делать рано утром холодной водой под корень по мульче, а все опрыскивания — вечером.

Успехов вам и хорошего урожая!

**Сергей Васильевич КОНОНЕНКО,**  
член Клуба органического земледелия, г. Киев  
<http://cluboz.net>





# Огурцы на тёплой грядке

Познакомившись с агротехникой природного земледелия, мы сразу же сделали тёплые грядки. Первыми опробовали такие грядки на томатах. Но если раньше у нас помидоры хоть как-то росли, то с перцами и баклажанами был полный аврал. Вырастив их впервые на тёплой грядке, мы были под огромным впечатлением! Такого урожая не видели никогда и ни у кого. Кукуруза, и та показала себя во всей красе только на такой грядке.

С каждым годом мы делали всё больше тёплых грядок, даже для кабачков. В итоге стали сажать вместо 20 огурцов всего четыре и не знали, куда девать урожай, так было много огурцов.

Но к хорошему быстро привыкаешь, и большой урожай уже не кажется необычным, относишься к нему как к должному. И даже думаешь, что, может, возиться с такой грядкой не стоит, ведь и без того у нас растут все овощи.

И чтобы не забывать, решила ещё раз проверить, на самом ли деле огурцам нужны такие условия: столько питания, тепла? На трёх одинаковых маленьких грядочках посадила по два семечка огурцов одного сорта. На первую грядку посадила огурцы в обычную землю, ничего в неё не добавляя. На второй в лунки для огурцов добавила компост и биогумус. А третью грядку сделала тёплой: вынула на штык лопаты грунт, забила органикой (в основном прошлогодней лист-



вой); слои увлажняла и пересыпала «Сиянием-3». На ней также сделала лунки с компостом и биогумусом.

Перед посевом измерила температуру почвы на тёплой и обычных грядках, разница была в пределах 13°C.

На все грядки посадила сухие семечки огурцов и стала ждать.

Не удивительно, что первыми взошли огурцы на тёплой грядке, и они быстро стали расти. Ещё бы, так тепло и комфортно!

Огурчики на соседних двух грядках развились намного хуже.

На все три грядки к огурцам посадила сельдерей, не добавляя компост и биогумус. И удивилась: сельдерей тоже нарастал поразному на каждой из грядок!

Когда сельдерей вырос, я его срезала и взвесила. На бедной почве пучок сельдерея весил 50 г, а тот, что рос в бедной почве, но в грядке, где к огурцам при посадке была добавлена органика, — 120 г, на тёплой же грядке вес пучка сельдерея составил 300 г.

Результат каждого сбора огурцов был примерно одинаковый: на бедной земле — один-два огурца, в компостных лунках чуть больше и на тёплой грядке — просто море огурцов!

В конце сентября два куста огурцов, что росли на тёплой грядке, образовали густую стену из пасынков, листьев, и сами огурчики завязывались, росли и останавливались как будто не собирались. Остановил их только мороз.



Итак, что надо огурцам:

- проветриваемость кустов (особенно, если они растут на шпалере без формировки) и большая площадь земли на одно растение — не меньше метра между кустами;
- тёплый грунт;
- постоянно влажный грунт (капельный полив, мульча);
- обильное питание (полив по мульче один раз в неделю «Сиянием-1» и на выбор: настой биогумуса, настой гранулированного кон-

ского навоза, травяной настоей с «Сиянием-3»);

- опрыскивание биоккоктейлем.

Попробуйте выполнить эти простые действия всего на четырёх огурчиках, и я уверена: вы не захотите больше сажать по 20 семян огурцов!

**Татьяна ГРИГОРИЧЕВА,**  
садовод, консультант Центра природного земледелия «Сияние»  
г. Барнаул  
<https://sianie1.ru>

# Клубника без химии

Редко можно встретить человека, который бы не любил полакомиться ягодами земляники садовой, которую в быту мы чаще называем клубникой. Каждому садовому хочется, чтобы кусты земляники радовали обильным урожаем вкусной ягоды. Как же добиться такого результата?

Весь секрет в правильной посадке и уходе. Земляника садовая любит плодородную почву и постоянно требует дополнительного питания. Особенно это касается ремонтантных сортов, которые дают две-три волны плодоношения. Такие сорта нужно подкармливать каждую неделю.

Так как у земляники корневая система находится всего лишь на глубине 20 см, то именно такой верхний слой почвы должен быть очень плодородным. Нужно смешать 1 ведро земли с грядки и 1 ведро компоста, хорошо бы для полноценного питания добавить золу и биогумус.

Мне понравилось высаживать саженцы земляники в тёплую грядку. Мы выкопали траншею, забили её различными органическими остатками. Можно использовать всё, что есть под рукой: сено, солому, ботву от убранных растений, опавшую листву. Все слои органики пересыпали биопрепаратом «Сияние-3», в состав которого входят микроорганизмы, быстро перерабатывающие органику в компост. И уже через 1,5–2 месяца у нас получается целая грядка полуперепревшего компоста, который даст массу питания землянике.

Некоторые сорта земляники садовой имеют довольно мощ-

ные кусты, и это обязательно нужно учитывать при посадке. К примеру, у меня на грядке один взрослый куст земляники сорта Вима Занта имеет высоту 40 см и диаметр 60 см. Поэтому сажать такие сорта нужно на расстоянии 60 см друг от друга. Благодаря этому кусты не смыкаются, хорошо освещаются солнцем и проветриваются.

В дальнейшем уход за посадками земляники заключается в своевременном поливе, ведь влага для земляники очень важна на протяжении всего вегетационного периода.

Подкармливать землянику нужно постоянно, не менее 2–3 раз в месяц. Подкормки можно делать по листу и под корень настоем биогумуса. Для этого берём 1 стакан (200 мл) биогумуса и растворяем в 10 л воды, настаиваем в течение суток. Процедив, опрыскиваем по листу или проливаем под корень примерно по пол-литра под куст.

Биогумус — прекрасная подкормка, так как он содержит гуминовые кислоты, быстро доставляющие питательные вещества к растению, в результате раньше наступают цветение и плодоношение.

Если почва на грядке уже истощена или вы не успели сделать для земляники тёплую грядку, то можно полить растения настоем гранулированного конского навоза «Оргавит» (100 мл разводим в 10 л воды, настаиваем от 4-х часов до двух суток). Перед поливом настоем тщательно перемешиваем и поливаем по пол-литра под каждое растение.

Также можно подкармливать землянику травяным настоем, к



тому же его расход очень экономичен: 100 мл на ведро воды.

Каждую неделю стараюсь делать корневой полив биораствором «Сияние-1». Для этого, согласно инструкции на упаковке, делаю из концентрата рабочий раствор, для полива беру 1 столовую ложку раствора на 10 л воды.

Хочу заметить, что все корневые подкормки нужно проводить обязательно по влажной почве.

Земляника, как и другие растения, очень хорошо реагирует на внекорневые подкормки. Мне нравятся работать с био-

коктейлем. Для его приготовления на 10 л воды беру 20 гранул «Здорового сада», 20 гранул «Экоберина», 20 капель препарата «НВ-101» и 2 столовые ложки рабочего раствора «Сияние-1» (можно использовать готовый раствор «ЭМ-био»). Чтобы препарат лучше держался на листьях и хорошо усваивался растениями, добавляю одну пачку прилипателя «Липосам». Биоккоктейль делает наши растения сильными, здоровыми, повышает их сопротивляемость к болезням и вредителям, земляника с лёгкостью пере-

носит стрессовые ситуации, а ягоды растут крупные, вкусные и полезные, так как в них не накапливаются вредные вещества.

Как видите, подкормки могут быть очень разнообразными. И чем лучше и полноценнее питание земляники, тем более мощными будут кусты и обильнее урожай.

От всей души желаю вам яркого, солнечного, земляничного лета!

**Лидия ПЕТРОВА,**  
руководитель Центра природного земледелия «Сияние»  
г. Минск



# Тро Феечку, которая жила в фонаре

В одном прекрасном, чудном городе жил Мастер. Он занимался изготовлением обычных фонарей, которые по ночам освещали улицы. Фонари у него получались красивые, яркие, они давали много света. Люди с удовольствием приходили в лавку Мастера и покупали у него готовые фонари или, наоборот, просили сделать для них такой фонарь, который отражал бы вкусы будущего владельца.

Но мало кто знал, что некоторые фонари Мастера обладали волшебными свойствами. Знаете, почему?

Мастер очень любил вечером после работы сидеть перед камином и любоваться на огонь. А огонь, как известно, живой. И в нём живут искры, но не долго, только пока есть дрова. Потом огонь умирает, и только искры мерцают ещё долго в камине, не желая умирать.

Вот Мастер научился брать эти искры и поселять их в свои фонари. И тогда фонари оживали. Они не только давали свет в тёмное время суток, но и радовали своих хозяев каким-то особым, домашним, тёплым уютом и немного весёлым озорством.

Однажды Мастер гулял по полю и решил сделать такой фонарь, в котором отражались бы блеск реки в яркий полдень, красота цветущего луга, высь поднебесная, узор крыльев бабочки...

Он работал целую неделю, не выходя из мастерской, забывал есть и пить, так хотелось ему побыстрее сделать чудесный фонарь, какого ещё никогда не было.

Когда Мастер закончил свою работу, то подумал: «А кто же будет жить в этом волшебном фонаре? Какую искорку поселить внутрь?»

Мастер присел к камину. Он смотрел на огонь и любовался его волшебным танцем. И вдруг увидел Фею. Да-да, обыкновенную Фею, которая живёт в огне!

Вы же знаете, что огонь живой? В нём живут феи, но только, пока огонь горит. А потом феи умирают и вновь оживают, когда разжигается огонь. Но раньше Мастеру никогда не удавалось увидеть фей, как он ни присматривался к пламени.

А вот он увидел, как по мерцающим уголькам скачет маленькая радостная Фея и пляшет, перепрыгивая с уголька на уголёк.

— Вот тебя-то мне и надо, — обрадовался Мастер. Он взял свой новый фонарь и подошёл с ним к камину.

— Иди сюда, — позвал он Фею. — Я приглашаю тебя жить в моём фонаре. Ты будешь давать свет и помогать рождаться новым идеям.

Феечке понравилось это предложение, она радостно прыгнула в фонарь и устроилась там, а Ма-

стер аккуратно прикрыл дверцу фонаря (пока Феечка ещё слабая, она боялась сквозняка). Как только она оказалась внутри, фонарь засветился волшебным светом, и комната словно превратилась в цветущий луг, запорхали бабочки, блеснула, отражая солнечные лучи, река, и даже вроде бы повеял ветерок, и показалось, что где-то звучит трель жаворонка...

Вот так и осталась Феечка жить в фонаре.

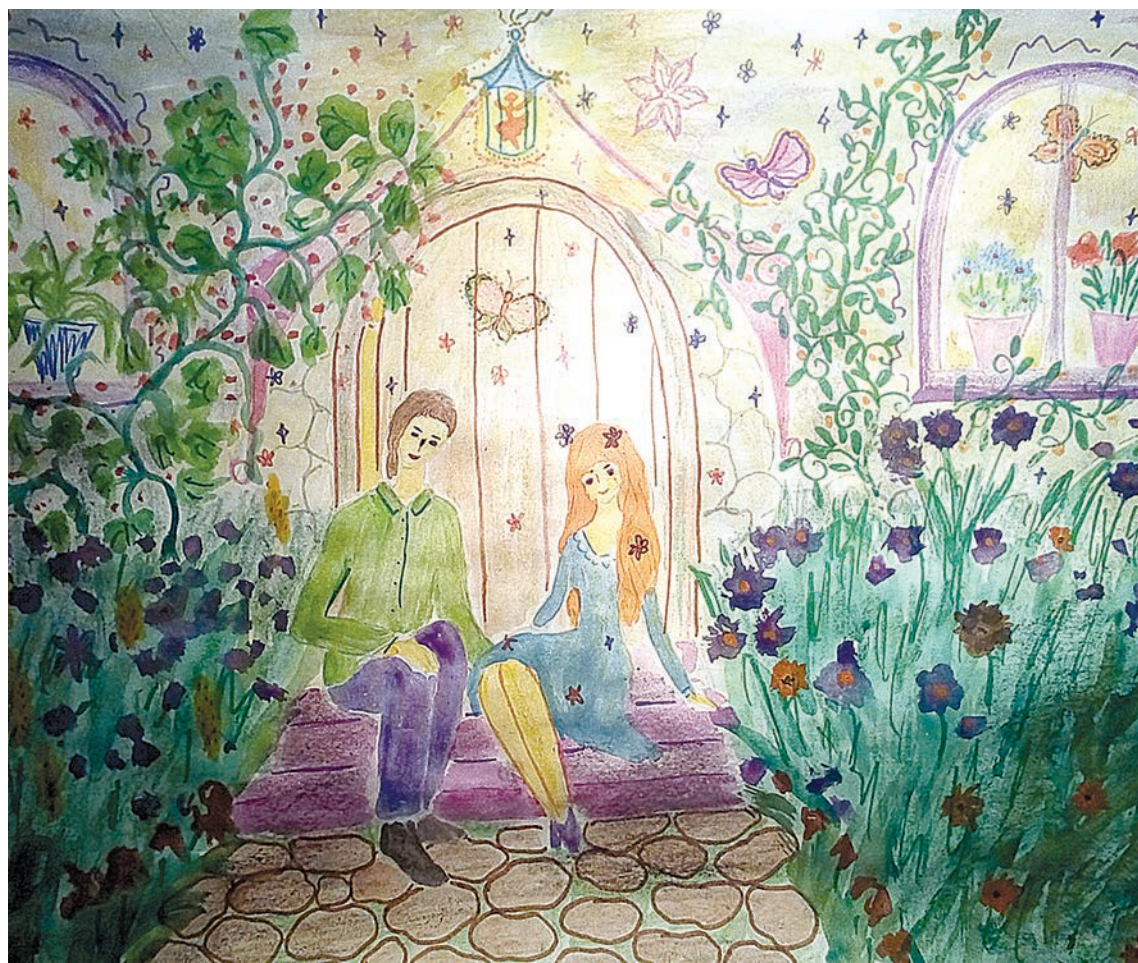
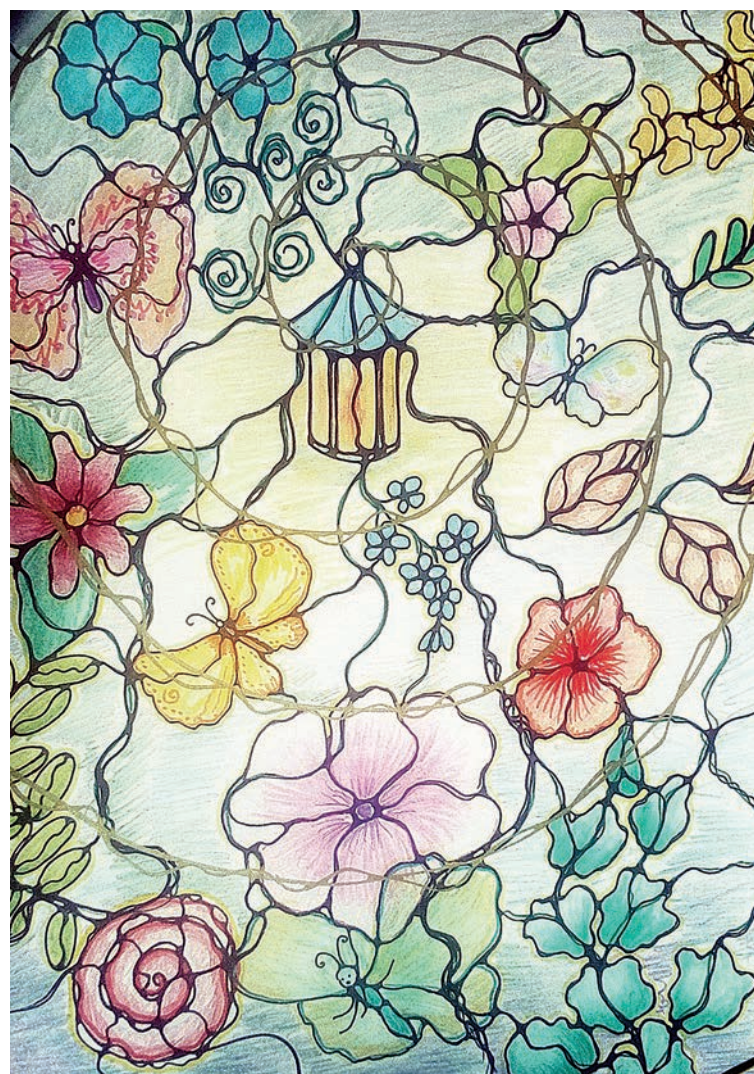
Мастер очень любил свои фонари, но ещё больше он радовался тому, что люди покупали их, приносили домой, вешали над дверьми, воротами, во дворах и просто на столбах на улице. Вечером, когда садилось солнце и город окутывала тьма, из каждого фонаря па-

всё было бы хорошо, но почему-то Феечка решила, что такой созданный Мастером волшебный фонарь никому не нужен, что людям нужны только простые, которые освещают улицы, дают свет, и этого достаточно. Вон как их хорошо раскупают! А вот её фонарь ни один покупатель не захотел приобрести и повесить у себя дома.

Затаила Феечка на Мастера обиду. Зачем он поселил её в этом волшебном фонаре, почему не дал ей другой, попроще?

Спросила она об этом Мастера, а тот только засмеялся в ответ...

Решила тогда Феечка исправить ситуацию. Стала она потихоньку коптить и чадить, чтобы стёкла в фонаре были не такими яркими.



дал на землю кружок рассеянного света, и улицы становились сказочно-прекрасными, немного похожими на цирковую арену, и горожане ходили, не опасаясь в темноте споткнуться и упасть.

Свой новый волшебный фонарь Мастер повесил над входом в мастерскую, чтобы все его видели. Люди приходили к Мастеру, восторгались его работой и умением, но волшебный фонарь никто не хотел покупать, все выбирали фонари попроще. А Мастер опять делал красивые, чудесные фонари, но повторить ещё раз волшебный пока не пробовал.

— У меня тогда было особое настроение, — объяснял он Феечке вечером, когда заканчивал работу и ему хотелось поговорить. — Надо бы создать ещё несколько таких же фонарей, но они у меня не получаются. Может быть, потому что-нибудь придумаю.

Увидел это Мастер, огорчился, но ничего не сказал, может, подумал, что Феечка приболела, поэтому и чадит фонарь потихоньку... Решил он подлить в фонарь нового, чистого масла, а Феечка как пыхнет на него огнём!

Ойкнул Мастер и отпрянул от фонаря, а Феечка сидит себе внутри и обижается на всех: на Мастера, сделавшего её фонарь не таким, как все остальные, на людей, которые выбирают что попроще, а её красивый домик никого не привлекает, как ей кажется, и на судьбу свою невезучую...

Однажды услышала она такой разговор:

— А Мастер, видать, стареть начинает, уже не так умен. Вон, смотри, фонарь висит какой некрасивый, весь закопчённый! Мастер даже не может его починить. Нет, стар Мастер, стар!

И так обидно было Феечке

слышать эти слова несправедливые в адрес Мастера, что вспыхнула она ярким пламенем, копоть от яркой вспышки выгорела, и опять стал фонарь ярким и красивым, засиял чистым, радостным светом, разгоняя тьму вокруг. Тогда показалось прохожим, что вокруг фонаря порхают бабочки, хотя уже была осень и все бабочки давно спали глубоким сном, сложив аккуратно свои прекрасные крылья...

Перестала Феечка обижаться на Мастера, на фонарь свой волшебный, на судьбу-злодейку, на себя... Принялась она ухаживать за своим фонарём, ровно и ярко горела, а иногда и танцевала в нём. От этого фонарь светился ещё ярче, показывал более прекрасные картинки и вызывал ещё большее восхищение у прохожих. Часто люди, спеша по своим неотложным делам, останавливались

у домика Мастера, чтобы полюбоваться на его прекрасное изделие.

Феечка стала придумывать сказки и рассказывать их Мастеру, когда тот работал, вдохновляя его на создание новых фонарей, дарящих тепло, свет и радость.

И вот на крылечко к Мастеру по вечерам стали приходить дети, слушать сказки, которые пела Феечка, и любоваться картинками, которые показывал волшебный фонарь.

А когда довольных детей разводили по домам их родители, на крылечке под фонарём оказывались девушки и юноши, слушали Феечку, беседовали с ней, и все проблемы решались сами собой рядом с этим волшебным фонарём.

Вы думаете, что нашёлся добрый человек и всё же купил волшебный фонарь? Нет, к сожалению, такого не произошло.

Но случилось нечто даже лучше.

Стали приходить к Мастеру люди и просить его, чтобы он дал им этот фонарь на день-другой, на праздник, гостей повеселить, друзей порадовать.

И, конечно, Мастер никому не отказывал, для того ведь и был создан фонарь, чтобы нести людям радость, свет и сказки.

«И хорошо, — думала иногда Феечка, — что никто не купил мой фонарь. Так ведь я гораздо большему количеству людей могу принести пользу!»

Ещё бы! Ведь даже на главной площади города иногда висит волшебный фонарь, когда отмечают большие праздники. У Феечки хватает сил согреть всех людей, пришедших на праздник, и каждому из них подарить радость, сказку, веру в Чудо, которое однажды непременно случится!

...Говорят, о волшебном фонаре теперь знают и в других местах. И скоро фонарь, а вместе с ним и Феечка поедут в другие города. А что? Всё в нашей сказке возможно!

**Галина ГУЖВИНА (Надива)**  
Ростовская область,  
г. Новочеркасск





# Фестиваль родных традиций «ЖИВА»: Сила от корней

18–21 июля 2019 г.

Родовое поселение Богатырское, Ивановская область, в 14 км от г. Иваново



манда Богатырского готовит зажигательную программу для участников фестиваля.

А ещё наш фестиваль — это пространство, где можно жить «по солншку», как это делали наши предки. Каждый день с 6:30 будут проходить утренние практики в лучах восходящего солнца! Так что все желающие смогут встать пораньше и наполнять себя живительной силой на весь день. На нескольких площадках параллельно будут проводиться мужские практики, женская славянская гимнастика и хороводно-игровая зарядка. Многих заинтересуют дневные семинары о том, как без напряжения сделать ранние подъёмы частью своей повседневной жизни,



Приглашаем на фестиваль родных традиций «ЖИВА» с участием группы «АураМира»!

Подобно тому, как сок бежит от корней дерева к его ветвям и листочкам, каждому из нас передаются сила и мудрость от наших родовых корней. Это та самая ЖИВАЯ вода, которая питает дух человека, даёт ему силу творить и следовать своему Пути.

Наш фестиваль — это пространство живой народной традиции. Это не реконструкция. Это родовая мудрость, воспринятая и передаваемая нами, современными людьми. Она актуальна, современна и своевременна.

Погружение в живую культуру своего Рода, своего народа — это захватывающее путешествие. Приглашаем вас вместе совершить его!

Центральным событием нашего фестиваля станет концерт группы «АураМира» под открытым небом с хороводами. А в третий день фестиваля Светозар Евдокимов (создатель и солист «АураМира») проведёт семинар-практику «Пробуждение Силы Рода».

Мы хотим, чтобы наш фестиваль стал по-настоящему семейным. Поэтому в программе будут мастер-классы для добрых молодцев и прекрасных берегинь! Мужчин и парней ждут занятия по боевой системе Русов, любкам, игре на гусях, плетению из рогоза и бересты и, конечно же, молодецкие ярения, где они смогут проявить свою силу, ловкость и отвагу. А женщины, собравшись тёплым женским кругом, будут осваивать крой энергообережной одежды, делать куколки-обереги из крапивы, ткать, расписывать пряники... В



нашей программе запланирована и полноценная программа для детей. Юные участники будут мастерить, петь и разыгрывать сказки. На наш фестиваль приедет известный гуслиар-сказитель Виктор Дымов, который проведёт для детей занятие на развитие образного мышления.

Мы решили отказаться от официальной части! Вместо этого позвоним всем в большой круг и будем от души играть, веселиться и водить хороводы! Хороводная ко-

а также о кухне наших прародителей, дающей силу и долголетие.

На наш фестиваль приглашены прекрасные музыканты: группа «АураМира», автор-исполнитель Ирина Крайнер, гуслиар Виктор Дымов, семейный дуэт Ивана и Анастасии Тодоровых и другие таланты нашей щедрой русской земли. Мы с радостью будем слушать их не только на сцене, но и вечером у костра.

Фестиваль «ЖИВА» продлится три полных дня (19, 20, 21 ию-

Эта каша появилась, как часто бывает, совершенно случайно. Готовила вегетарианские котлеты... (Знакомо?) Тот самый случай, когда понимаешь, что до котлет дело уже не дойдёт...

- 1 пучок молодой майской крапивы
- 1 ст. ячневой крупы
- 2 ст. воды
- 1 луковица
- 50–80 г масла (сливочного, гхи или сыродавленного)
- 2 зубчика чеснока
- 2 ч. л. кориандра
- соль, перец по вкусу
- проростки зелёной гречки (по желанию)

А началось всё с того, что привезла домой сочную и красивую майскую крапиву. (Мы же помним, что употреблять в пищу можно только молоденькую!) Промыла её и окунула на пару минут в кипяток.

Пока крапива заваривалась, вспомнила выражение из старинного травника: «Крапива — лечебное растение, при наружном применении оказывает благотворное воздействие на молодой, растущий организм. Повышает усидчивость, обучаемость и прилежность воспитуемых отроков». Да, с народной мудростью не поспоришь! После ошпаривания достала



ля). Заезд участников — вечером 18 июля.

Стоимость участия зависит от времени оплаты: до 15 июня — 1900 руб.; с 15 июня по 15 июля — 2000 руб.; с 16 июля — 2100 руб.

Также возможно участие в отдельные дни. Многодетным семьям и пенсионерам — скидка 10%. Детям от 12 до 16 лет — скидка 50%. Дети до 11 лет участвуют без оплаты.

Питание вегетарианское — 350 руб. в день для взрослых, 200

свою красавицу, сохранив отвар для полоскания волос (кстати, волосы потом такие шикарные становятся!).

Тем временем начинаем варить ячневую кашу. Крупу хорошо промываем в нескольких водах. Можно предварительно замочить её на 2–3 часа. Потом заливаем кипятком из расчёта: на 1 стакан крупы — 2 стакана воды, доводим до кипения, убавляем огонь и упариваем ещё минут 15 до готового состояния.

Крапиву мелко измельчаем (можно взбить в блендере вместе с проростками гречки).

В готовую кашу добавляем масло, соль, перчик, кориандр, мелко порезанный репчатый лук и чеснок. Смешиваем с крапивой, украшаем проростками и подаём к столу.

Каша приобретает красивый цвет и полезные свойства, так как повышает гемоглобин, улучшает работу почек и поджелудочной железы. В ней много белка, каротина и витамина С (в 10 раз больше, чем в лимоне!).

Так что пользу крапива приносит не только при «наружном» употреблении. Хотя пока её собираешь и готовишь, получается комплексное воздействие на организм со всех сторон.

И вы будьте здоровы!

## Здравушкины рецепты •

■ Оксана Мицкевич

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



## Крапивная каша



# Полезная альтернатива обычному молоку

В последние годы многие люди начали сторониться молока животного происхождения из-за повышения осведомлённости о потенциальных побочных эффектах, в том числе аллергии и непереносимости лактозы, возможного увеличения риска некоторых видов рака и диабета, наличия гормонов и антибиотиков, которыми часто накапаны молочные продукты, а также из-за этической озабоченности по поводу использования животных.

Молоко животного происхождения обеспечивает организм удобным источником жира, белка, кальция и витамина D. Особенно оно необходимо растущему организму. Но для взрослого человека эти макро- и микронутриенты могут более чем достаточно поставляться в виде других продуктов при сбалансированной диете.

Здоровая альтернатива обычному молоку — растительное молоко из семян и орехов, которое можно не только пить, но и использовать в приготовлении еды и выпечки.

Легко приготовить растительное молоко в домашних условиях. Изготовление молока из семян или орехов одинаковое. **Замочить орехи или семена на 8–10 часов, перемолоть в блендере с водой с добавлением полезных добавок на выбор и вкус (мёд, финики, какао, сироп топинамбура, сироп агавы и т. п., свежие или замороженные ягоды и т. д.), процедить через марлю, сито или специальный мешочек (например, лавсановый).** Такое молоко не только полезное, но и очень вкусное.

Жирность молока можно регулировать количеством воды. Готовое молоко хранится в холодильнике от 4 до 6 дней. Перед употреблением его необходимо взболтать.

Приведём 11 рецептов растительного молока с описанием полезных свойств. Полезные добавки в молоко делайте по вашему предпочтению. Мёд можно заменить сиропом топинамбура, или другим полезным растительным сиропом, или финиками, предварительно замоченными.

## Миндальное молоко

Благодаря содержанию витамина Е миндаль называют «орехом женской красоты». Хороший источник фосфора, поэтому полезен для костей и зубов.

- 1 чашка сырого миндаля (250 мл),
- от 3 до 5 чашек воды,
- 1/2 ч. л. натуральной ванили,
- 1 ч. л. мёда.

Миндальное молоко послужит отличной маской для лица, только тогда нужно сделать его более жирным (добавить больше воды) и без добавок. Нанести

на лицо, дать впитаться, смыть тёплой водой.

## Кунжутное молоко

Кунжут чрезвычайно богат кальцием. Продукт содержит в большом количестве витамины Е и В. Таким образом, этот богатый кальцием напиток укрепляет кости. Суточную потребность кальция можно удовлетворить 100 г семян кунжута.

В 100 г кунжута содержится 783 мг кальция, в коровьем молоке — 150 мг.

(растительные гормоны), которые способны замедлить деление клеток при некоторых опухолях, улучшают функции мочевой системы, помогают предотвратить воспаление почек. За счёт селена улучшается зрение и мозговая деятельность, очищается организм от тяжёлых металлов.

Употребление продуктов, обогащённых семенами льна, снижает содержание холестерина.

- 1/4 чашки семени льна (можно не замачивать),
- 6 чашек воды,



Молоко из кунжута выводит из организма продукты метаболизма. Поможет в строительстве костной ткани, способствует профилактике остеопороза.

- 100 г кунжутных семечек,
- натуральная ваниль,
- 1 ч. л. мёда,
- 500 мл воды.

## Молоко из кешью

Молочко из кешью получается более нежное и больше всего напоминает сливочный вкус. Кешью содержит витамины А, В<sub>2</sub>, В<sub>12</sub>, железо, цинк, фосфор, кальций. Укрепляет иммунную систему, улучшает деятельность сердца. Полезен для красоты кожи.

- 1 чашка сырых орехов кешью (250 мл),
- 3–5 чашек воды,
- 5 фиников.

## Льняное молоко

Около половины мозга человека состоит из полиненасыщенных жирных кислот, правильный баланс и количество которых содержат семена льна. Эти кислоты необходимы для всех процессов жизнедеятельности организма. Также лён содержит лигнаны

## Кедровое молоко

Протеины кедровых орехов на 95% усваиваются организмом человека. Состав кедрового молочка отличается высоким содержанием ценных витаминов группы В (В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>3</sub>), витаминов Е и А. Является антиоксидантом, играющим важную роль в профилактике онкологических заболеваний. Отличный источник необходимых организму человека макро- и микроэлементов — фосфора, калия, магния, кремния, железа, кальция, марганца, цинка, меди, молибдена, ванадия, йода, бора, никеля...

- 1 стакан ядер кедровых орехов,
- от 3 до 6 чашек воды.

Кедр сам по себе сладкий, и пить такое молочко лучше без добавок.

## Молоко из семян подсолнечника

В 50 г семечек содержится суточная доза витамина Е. Семена ценны для профилактики и лече-



кое содержание железа, фосфора, меди, цинка, марганца; витамины А, В, С, D, К, аминокислоты, витамин Е в больших количествах, являющийся природным антиоксидантом.

- 1 чашка сырых тыквенных семечек, очищенных,
- 3–5 чашек воды,
- 1/2 ч. л. корицы,

- 1/2 ч. л. мускатного ореха и имбиря,
- 1 ч. л. мёда.

## Овсяное молоко

Овёс богат аминокислотами (триптофан, лизин, метионин), линолевой кислотой; клетчатки больше, чем в остальных злаках.

Поможет при лечении дисбактериоза, хронических заболеваний ЖКТ, заболеваний печени и почек, сахарного диабета. Улучшает состояние кожи и волос, мощный антиоксидант.

- 1/2 стакана овса,
- 3 стакана воды,
- 5 фиников,
- 1/2 ч. л. корицы и ванили.

Овёс имеет лёгкую горчинку, поэтому подсластителей можно добавить побольше.

## Молоко из фундука

Содержит витамины С, Е, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>6</sub>, кальций, фосфор, магний, железо, кобальт, цинк, натрий и комплекс аминокислот. В фундуке больше, чем в других орехах, фолиевой кислоты. Успокаивает нервные симптомы и лечит хронические бронхиты.

- 1 чашка сырого фундука,
- от 4 до 5 чашек воды,
- ваниль.

## Маковое молоко

Этому продукту нет равных по содержанию кальция.

Даже употребляя семена мака в небольшом количестве, можно обеспечить организм необходимой суточной дозой марганца, калия, железа и магния, витаминами Е, А, С и D. Мак полезен для кровеносной системы, улучшения мозговой деятельности, лучшего усвоения пищи, нормализует работу нервной системы.

- 3/4 стакана мака,
- 3 стакана воды,
- 5 фиников,
- ваниль.

Маковое молочко, как и миндальное, также хорошо подходит для лица.

<https://shopnz.ru/blog/poleznerecepti>

ния заболеваний желудочно-кишечного тракта, дисбактериоза, укрепляют иммунитет и нервную систему, улучшают память, зрение и замедляют процессы старения. Исключительную ценность простотки подсолнуха представляют для детского питания.

- 1 чашка сырых семечек подсолнуха,
- 1/4 ч. л. корицы,
- мёд,
- 4 чашки воды.

## Молоко из грецкого ореха

Грецкие орехи содержат витамины группы А, Е, В, Р, С, минеральные вещества (калий, натрий, фосфор, железо, магний, кальций, йод). Полезны для пищеварительной, сердечно-сосудистой и нервной систем, иммунитета, улучшают работу мозга.

- 1 чашка грецких орехов,
- 5 чашек воды,
- мёд,
- ваниль, корица, кардамон.

## Молоко из тыквенных семечек

Тыквенные семечки — кладезь полезных элементов: высо-





# Травяные сборы при разных заболеваниях

Советы от травницы Елены Фёдоровны Зайцевой

**З**аболевания желудка (гастрит, катар, язва, плохое переваривание) при повышенной кислотности. У того, кто нервничает, выделяется адреналин и обжигает желудок. Поэтому нужны успокаивающие травы: пустырник, чернобыльник, зюзник, буковица, мята, Melissa, календула, мать-и-мачеха, тысячелистник, сушеница, шалфей, яснотка белая, лист берёзы, зверобой, ромашка, подорожник ланцетный, хмель, корни валерианы и синюхи голубой.

При пониженной кислотности — те же травы, но добавить подорожник большой.

## ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ

Сначала надо пройти УЗИ, чтобы убедиться, что в печени нет камней, иначе они от трав могут сдвинуться и пойти в протоки. Сбор при отсутствии камней в печени: пижма, безсмртник, календула, золотарник, репешок, душица, дымянкa, зверобой, крапива, рыльцо кукурузы, лапчатка гусиная, лист мать-и-мачехи, спорыш, хвощ полевой, хмель, череда, чистотел.

**СБОР, ЕСЛИ ЕСТЬ КАМНИ:** зверобой, кора крушины, мята перечная, семена льна, семена укропа, крапива, пижма, хмель, чистотел, спорыш. Все травы взять по одной части, а спорыш — пять частей, он удивительно дробит камни.

Также можно пить отвар корней лопуха, цикория, пырея.

**СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЙ СБОР** (гипертония, кардиосклероз, тахикардия и т. д.): астрагал, безсмртник, хвощ полевой, сушеница. Цветы боярышника, пустырник, чернобыльник, мята перечная или любая, Melissa, душица, донник, цветы липы, цветы арники, тысячелистник, горицвет, лист берёзы, корни валерьяны, омела белая.

**ЛЁГочный СБОР** (пневмония, бронхит, катар лёгких, астма, туберкулёз, рак): шалфей, чабрец, багульник болотный, алтей, мать-и-мачеха, медуница, пикульник, подорожник, цветы бузины чёрной, фиалка трёхцветная, крапива, лист берёзы, спорыш, почки сосны.

Корни мыльнянки, девясила,

солодки, любистка, ириса лугового.

**ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК** (нефрит, пиелонефрит, мочекаменная болезнь, почечная недостаточность): хвощ полевой, спорыш, лист берёзы, лист брусники, иванчай, зверобой, золотарник, медуница, лист черники, подорожник, мать-и-мачеха, льнянка, грушанка круглолистная, семена укропа, тысячелистник, мята, безсмртник, корни пырея и лопуха.

Почки очищают кровь от солей. Когда они заболевают и перестают выполнять эту функцию, соли откладываются в позвоночнике, в коленях. Поэтому часто прежде надо лечить почки.

**СБОР ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ:** створки зелёной фасоли (богата инсулином), клевер, лист черники, лист чёрной смородины, лист земляники, лист берёзы, лист брусники, галега лекарственная, мята, крапива, донник лекарственный, спорыш, календула, хвощ полевой, зверобой, подорожник.

Корни лопуха, цикория, одуванчика, пиона, девясила, солодки голой.

**СБОР ПРИ ГИПЕРТОНИИ:**



лист берёзы, донник, солодка, душица, мать-и-мачеха, подорожник, хвощ, укроп, плоды аниса, Melissa, пустырник, боярышник, безсмртник, сушеница.

**СБОР ПРИ ЖЕНСКИХ БОЛЕЗНЯХ:** ромашка, подорожник, тысячелистник, календула, мята, чистотел, буковица, зверобой, крапива, пастушья сумка, ярутка полевая, спорыш, манжетка, клевер, лапчатка, иван-чай, лист берёзы.

**СБОР ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАЗНЫХ ВИДОВ РАКА:** крапива, календула, пижма, зверобой, безсмртник, чистотел, хвощ полевой, спорыш, лист черники, лист

берёзы, вероника, вьюнок полевой (всё растение), герань лесная, донник, душица, клевер (цветы и листья), манжетка, мята перечная, подорожник, просвирник, сушеница, татарник, шалфей.

Корни пырея, лопуха и одуванчика.

**СБОР ПРИ РАКЕ ГРУДИ:** чистотел, календула, ярутка полевая, яснотка белая, цвет каштана, будра полевая, пижма, крапива, зверобой, душица, клевер, подорожник, пырей. В пищу употреблять свёклу, морковь, хрен.

Корни пырея, лопуха и одуванчика.

<https://shopnz.ru>



**И**звестно, что в природе горячей пищи не существует вообще. Более того, под действием последней происходит распад белков тех участков пищеварительного тракта, которые непосредственно контактируют с ней (напомним, что белки распадаются уже при температуре 46–48°C). В частности, под влиянием горячей пищи происходит изменения слизистой желудка (с повреждением самого слизистого

слоя и нарушением сокоотделения и выработки ферментов), отсутствие же защитного слизистого слоя ведёт к аутолизу, когда желудочный сок начинает переваривать стенку собственного желудка, формируя язву.

В обработанной высокой температурой пище в значительной степени нарушена её собственная структура. Белки продукта разрушаются, в том числе и содержащаяся в ней значительная часть витаминов и ферментов.

## Влияние на организм термически обработанной пищи

Последние играют важную роль в обеспечении так называемого аутолиза, при котором они осуществляют внутриклеточное переваривание потреблённой человеком пищи и тем самым облегчают её усвоение. Таким образом, усвоение организмом термически обработанной пищи обходится ему более дорогой энергетической ценой и нарушениями обмена веществ.

При высокотемпературной обработке нарушается и структура углеводов (в частности, сложных — клетчатки и крахмала), вымываются (при варке) минеральные вещества и т.д. Естественно, что последствия употребления такой пищи сказываются практически на всех звеньях пищеварительного тракта. Так, потеря бактерицидных и противовоспалительных свойств такой пищи ли-

шает её способности дезинфицировать полость рта, создавая условия для заболевания зубов и дёсен. Варёная пища легко переваривается, из-за чего уменьшается приток крови к зубам. Положение усугубляется тем, что оказавшийся вне природных биоконплексов кальций плохо усваивается, поэтому зубы испытывают недостаток в нём. Для нейтрализации же избыточной кислотности, возникающей в полости рта из-за употребления богатой углеводами, жирами и поваренной солью пищи, необходимый кальций организм получает за счёт вымывания его из зубов и костей.

Вываренная пища содержит очень мало биорегуляторов (растительных гормонов, ферментов, витаминов), что ведёт к нарушению нейрорхимических механизмов, благодаря которым у челове-

ка возникает чувство насыщения. Как результат — теряется чувство меры в еде (этому же, кстати, способствует и пассивное жевание), что ведёт к перееданию. В кишечнике такая пища провоцирует размножение патологической микрофлоры, продукты жизнедеятельности которой имеют токсический характер и, всасываясь в кровь, нарушают течение обменных процессов. Кроме того, уменьшение количества стимулирующей перистальтику кишечника клетчатки приводит к замедлению прохождения каловых масс в толстом кишечнике, из них активно всасывается вода, что ведёт к запорам, колиту, полипам, раку и другим заболеваниям этого отдела пищеварительного тракта.

*Отрывок из учебника для вузов Э. Н. Вайнера «Валеология».*

## Важность маленьких шагов

**Н**ачинать всегда проще с маленьких шагов. Конечно, если вы сильный, крепкий душой и волей человек, то можете и сразу приняться за дело. Но для большинства людей лучше всё-таки не делать резких движений. Например, здоровое питание можно начинать просто с двух яблок в день. Одно утром и одно вечером. Дальше питаться, как питался. У организма не будет стресса. Он, наоборот, проявит заинтересованность, оценит позитивные последствия от двух яблок еже-

дневно, поймёт, что для него это хорошо, после чего станет включать соответствующие механизмы, и вам уже захочется в день съедать два яблока и два банана, а потом ещё и погрызть морковку. А в один прекрасный день вы поймёте, что совсем не хотите так вами любимых ранее чипсов или сухариков, окажется, что вы можете обходиться без хлеба и других мучных изделий. Да, да, именно так всё и происходит, начиная с маленьких шагов...

Или, например, решили вы начать бегать по утрам из-за из-

быточного веса. Просыпаетесь в шесть утра, на улице темно, холодно, хочется только спать, а вы себя заставляете бежать на одной только силе воли. Уже через 2–3 дня хитрый мозг найдёт крутую отмазку, и вы благополучно будете спать по утрам вместо бега. Как вариант, вам попадётся на глаза статья или какой-нибудь дурацкий репортаж про вред бега и пользу сна.

Но можно попробовать сделать похитрей: вместо бега просто прогуливаться. Одну неделю, вторую... Организм заметит, что его не

сильно напрягают, и сам «предложит» в пути немного пробежаться (проверено). А вы просто согласитесь и 5 минут пробегите. Потом 10 минут, 20, а впоследствии всю прогулку превратите в пробежку.

Аналогичный метод и с тренажёрным залом. Если очень не хочется, нужно прийти туда на 30 минут и просто позаниматься любыми упражнениями, к которым душа лежит. И можно так целый месяц ходить, потом организм сам потребует нагрузок.

Или же книги. После 25 лет уже мало кто просто так, для развития

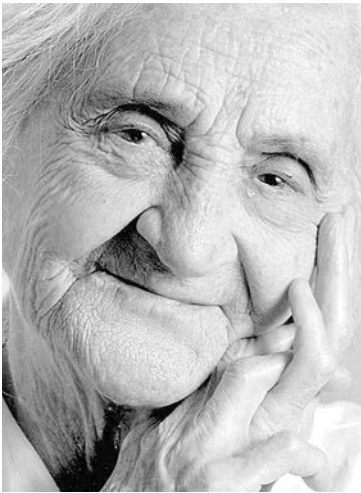
читает книги, но все согласны, что читать — полезно. Тогда набираете в поисковике «лучшие книги», например, по развитию (по психологии, здоровью и т.д.) и просто читаете 10–15 страниц. Не понравилось — откладываете, а завтра приступаете к новой книге. Благо сейчас книг — миллионы, и вы обязательно найдёте те, которые вас зацепят до глубины души.

Так что никогда нельзя недооценивать важность маленького шага в направлении вашей цели...

<https://vk.com/whatisgood2>



# Как можно изменить мир вокруг себя



**В** подъезде нашего дома живёт бабушка Люба. Ей 97 лет. Милая, приятная старушка, всегда в хорошем настроении, улыбка вая и приветливая. Для меня она

— просветлённый лидер. Объясню, почему.

Сначала бабушка Люба украсила подоконники на нашем этаже в нашем подъезде горшками с цветами. Красиво. На следующий день самые яркие цветы, те, что с бутонами, украли, и около метро прыткие торговцы продавали горшки с бабушкиными цветами. Соседи решили поставить замок и домофон на входную дверь. А бабушка повесила на стены рамки с изречениями великих людей, побуждающие совесть и действующие как заповеди. И снова поставила цветы на подоконник. Уютно.

В подъезд стали проникать шумные подростки. Как-то бабушка Люба вышла и ...предложила им воды или чаю. Они долго смеялись. Пообрывали цветы и перевернули рамки. На следующий день она снова поставила цветы, вернула рамкам прежний вид

и положила на подоконник книги — классику.

Пришли подростки. Галдели, шумели. Она вышла и предложила им чаю со своими плюшками, аппетитными и вкусно пахнущими. Ребята не смогли отказаться. И даже прихватили с собой книги с обещанием прочитать. Цветы они не тронули, рамки тоже.

На следующий день она вынесла пластиковую бутылку с водой, чтобы каждый, кто решил позаботиться о цветах, смог их полить, и ... новые книги. Вечером пришли подростки, обливали друг друга водой, хохотали и галдели. Бабушка снова вышла к ним и предложила чаю, плюшек, забрала бутылку, наполнила её водой и попросила их полить цветы. Ребята стали приходить в подъезд каждый день, соседи возмущались, даже как-то вызвали милицию, но бабушка сказала, что это, мол, к ней

её ученики пришли за книжками, раздала при милиционерах книги растерянным подросткам и проводила милицию: «С богом!»

В подъезде появился шкаф с книгами, а рядом объявление: «Просьба: если у вас дома есть интересные и важные книги, уже прочитанные вами, поделитесь, будьте добры! А те, кто взял почитать, пожалуйста, верните для тех, кому также это может быть нужно и важно!»

Шкаф наполнился книгами. Цветы на подоконниках появились на всех этажах, красивые рамки с цитатами — тоже. Каждый вечер входную дверь в подъезд стали оставлять открытой. Вечером можно было увидеть на лестницах подростков, читающих книги. Бабушка положила на подоконник несколько фонариков, чтобы им было удобнее читать. Дети сидели в подъезде с вклю-

чёнными фонариками, и в нём было светлее, чем обычно...

Бабушка умерла. На первом этаже нашего дома открыли Клуб для детей и подростков с библиотекой и цветами на подоконниках. Символом Клуба стал фонарик...

А вы как думаете, эту бабушку можно назвать просветлённым лидером?

Позвольте объяснить, почему я начала свой рассказ со слов «живёт», а не «жила». Потому что такое ощущение, что она по-прежнему живёт в нашем подъезде, в доме, в Клубе, в городе, в стране, на планете, во Вселенной. Жива любовь. Ведь так?

Давайте же начнём преобразовать Мир со своего подъезда, дома, района!

**Ольга ПЛИСЕЦКАЯ**

<https://pandoraopen.ru>

## 0 пути радости

**П**ерестаньте видеть добродетель в оплакивании неудач личной жизни. Отрите глаза, откройте уши — и вы сможете услышать тихий голос Радости, говорящей вам: «В себе несёшь Бога. Он жив в тебе. Ищи понять, что ты всегда не один, что всё в тебе. Но всё открывает свой лик только радостному».

Не останавливайтесь в пути, чтобы оплакивать неверные шаги прошлого. Каждая такая остановка кладёт на ваше настоящее разрезающий пластырь. Учатся на своих ошибках только те, кто вырастает духом, поняв своё вчерашнее убожество. Тот, кто окреп сегодня, потому что увидел в своём вчерашнем недоразумении или споре с людьми собственную ошибку и решил более её не повторять, тот сегодня вырос на вершок во всех своих делах и встречах.

Очи, что плачут, не могут видеть ясно. Так же и уши тех, что жалуются, сетуют и слышат только уныние собственного сердца, не могут услышать зова Жизни. И сердце, стучащее в минорной гамме, стучит монотонно: «я, я, я». Такое сердце знает только страх будущего и раздражающую тоску прошедшего. Но текущей минуты, летящего «сейчас» оно не в силах ни видеть, ни слышать, так как за стенами и страхами о несуществующем прошлом и не менее эфемерном будущем оно мертво для летящего сейчас мгновения, то есть именно для истинной Жизни.

Каждая ваша улыбка ускорит вашу победу и развернёт в вас силы. Каждая слеза и слова уныния скомкают то, чего вы уже достигли в своих способностях, и отодвинут вашу победу далеко от вас.

Только радостный видит ясно и может действовать в полную меру вещей.

Ни в какие мрачные или трагические моменты жизни нельзя забывать самого главного: радости, что вы ещё живы, что можете кому-то помочь, через себя принеся человеку атмосферу мира и защиты.

Человек должен жить так, чтобы от него передавались эманации мира и отдыха каждому, кто его встречает. Вовсе не входит в задачу простого человека стано-

виться или пыжиться стать святым. Но задача — непрременная, обязательная задача каждого — прожить своё простое, будничное сегодня так, чтобы внести в своё и чужое существование каплю мира и радости.

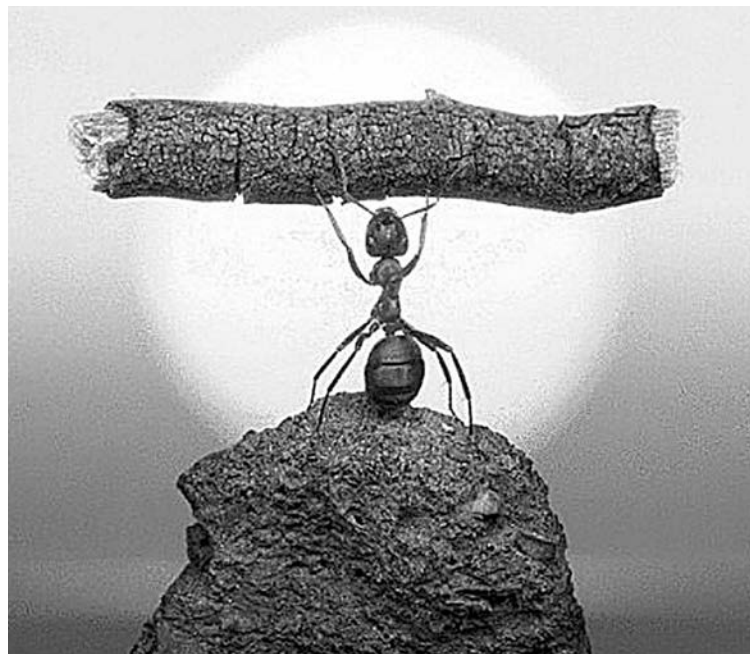
Радуйся, выбирай мысли чистые, не отделяйся от Вселенной, и ты не будешь знать болезней. Всем им начало — страх и себялюбие. Береги сердце от мусора, и тело твоё останется крепким и свежим.

Храни и удерживай мысли светлые и бодрящие и прогоняй мысли унылые. Нет ни болезней, ни злой судьбы человека, есть одна та судьба, что он сам себе создал, судьба — следствие, судьба — результат его собственных мыслей и дел.

Жизнь — это радость. Вся сила дня в том, что можешь радоваться красоте без угнетения в сердце, в том, что ты свободно и спокойно любишь красоту мира и людей. Тогда и песня поётся радостно, потому что в сердце легко и свободно. Тогда и ценишь семью и любовь, когда ложь не давит. Всякое твоё действие правдиво и свободно, и радостью своей ты каждому человеку можешь украсить жизнь, если не давит тебя лицемерие.

Помни, что радость — непобедимая сила, тогда как уныние и отрицание погубят всё, за что бы ты ни взялся. Знание растёт не от твоих побед над другими, побед, тебя возвышающих, но от мудрости, спокойствия и радости, которые ты добыл в себе тогда, когда этого никто не видел. Побеждай, любя, и ты победишь всё. Ищи радостно — и всё ответит тебе.

**Из книги Конкордии АНТАРОВОЙ «Две жизни»**



## Сила даётся на дело

**И**звестно, что всё держится на энергии. Жизненный тонус, способность действовать и трезво мыслить — это уровень свободной энергии в организме.

Как же влиять на этот уровень? Классический ответ специалистов: вода, дыхание, питание и регулярные физические нагрузки. От нас требуется всё правильно делать (больше пить, качественно питаться, глубоко дышать и заниматься спортом), и тело «прозреет», дав нам мощнейший прилив внутренней силы и желание свернуть горы.

Так вот, ответственно заявляю, что практик недостаточно. Практики — важная часть жизни, чтобы почувствовать себя лучше и запустить процесс перемен, это шаг к более здоровому уровню жизни. Однако ключ к источнику внутренней силы и драйва находится в другом.

В человеке скрыт колоссальный резерв внутренней мощи, но многие из нас никогда к нему даже не прикоснутся.

Есть люди, которые светятся, к ним тянешься. А можно быть в меру здоровым, хорошо выглядеть, но при этом оставаться абсолютным «деревянным» внутри: ни мощи, ни силы, ни подъёма из такого человека не льётся.

С любопытством и удовольствием наблюдала как за практикующими (спорт, сыроедение, веге-

тарианство, ничегонеделание на островах т.д.) и творцами (бизнес, проекты, творчество, преподавание и т.п.), так и за собой в разные периоды жизни. И знаете, сделала вывод, который мне хочется громко прокричать, чтобы наверняка расслышали: сила даётся на дело.

Когда-то этот простой вывод буквально ошеломил меня. Пока нам не на что тратить силу, мы её не обретём. Мне даже кажется, что это защитная функция организма. Куда мы будем прикладывать сильный заряд? На самосожжение от собственных сомнений? Силе (или более высокому уровню энергетике) нужен прикладной выход. Чем больше масштаб видения себя и своего вклада в мир, тем нужно больше энергии. Замечали, что есть люди, вообще далёкие от способов повышения энергетике и не растратившие жизненные энтузиазм и подъём? Суть не столько в практиках (которые очень хороши, но, повторяю, недостаточны), а именно в направленном использовании полученной энергии.

Давайте на чистоту: зачем вам сила, тонус, энергия, драйв, энтузиазм? Куда вы будете их прикладывать? Как расходовать?

Есть хорошая аналогия от индийских мудрецов: человек стоит перед жизнью как перед безграничным океаном, но в руках у него только чайная ложка. Энергии масса, да вот только запросы у

нас смехотворны. Сколько смогли, столько и унесли.

Наши цели определяют наши силы, хотим мы этого или нет.

Если мы желаем чувствовать себя бодрыми и энергичными и для этого начинаем заниматься специальными практиками, но при этом толком не знаем, зачем нам всё это нужно, то и сил у нас будет ровно столько на это. Также неплохо.

Но мощь и драйв — это о другом. Меня поймут те, кто может почувствовать тонкую грань.

Если заниматься повышением энергии ради повышения энергии, то она будет держаться на посредственном уровне, достаточном для поддержания текущей жизнедеятельности (включая практики).

Прорывные силы, энтузиазм и жажда жизни появляются в тот момент, когда человек обретает свою цель и начинает к ней двигаться. Иными словами, когда вы принимаете твёрдое решение свернуть горы, то вдруг обнаруживаете, что способны на это.

Но речь не о поверхностных мечтаниях, которые в эпоху интернета уже расплозились по сознанию, как вирус: прочитал статью, загорелся и забыл в считанные минуты, а именно о серьёзном намерении, плане действий и осознанном движении, включая терпение пройти путь до конца.

Когда в жизни «всё хорошо, но ничего хорошего», запустить этот процесс крайне сложно. Иногда вырваться куда легче, если вдруг вы в него попали, как бы абсурдно это ни звучало.

Необходимо очень серьёзное намерение стать человеком, реализующим свой потенциал на полную мощь. Должен отсутствовать страх при постановке большой цели. Нужно иметь дерзость мечтать по-крупному, а главное — перестать экономить силы и не бояться отдаться процессу движения с головой. И тогда есть шанс на практике узнать ответ на вопрос: «Кто я?»

Человек — это существо с безграничными возможностями и колоссальной силой, имеющий всё необходимое для самовосстановления и самонаполнения, способный изменять любые обстоятельства и мастерски творить свой опыт, получая при этом огромное удовольствие и делясь им с окружающими.

**Олеся НОВИКОВА**

<https://vk.com/whatisgood2>





## Не позволяй себе лениться!

**А**кадемик Бехтерев, посвятивший жизнь изучению мозга, как-то заметил, что великое счастье умереть, не растеряв на дорогах жизни разум, будет дано лишь 20% людей. Остальные к старости, увы, превратятся в злых или наивных маразматиков. 80% — это значительно больше, чем число тех, кому по бездушной статистике суждено заболеть раком, болезнью Паркинсона или слечь в старости от хрупкости костей. Для того чтобы войти в будущем в счастливые 20%, постараться придётся уже сейчас.

Известный советский поэт Заболоцкий вывел универсальный рецепт здоровой жизни, который, помнится, заставляли заучивать наизусть всех учеников средней школы. Да-да, то самое четверостишие:

*Не позволяй душе лениться!  
Чтоб в ступе воду не толочь,  
Душа обязана трудиться  
И день и ночь, и день и ночь!*

На деле с годами начинают лениться практически все. Парадокс — мы много работаем в юности, чтобы не иметь проблем в старости, а получается наоборот. Чем больше мы успокаиваемся и расслабляемся, тем больший вред приносим себе. Уровень запросов сводится к банальному набору:

«вкусно поесть — вдоволь поспать», а интеллектуальная работа — к разгадыванию кроссвордов.

Зато непомерно возрастает уровень требований и претензий к жизни и окружающим: «Я-то трудностей хлебнул, теперь ты покрутись!» Возрастает категоричность и процент оценочных суждений. Раздражение от непонимания чего-то выливается в отторжение действительности. Человек, сам того не замечая, глупеет, а то и вовсе превращается в самодура, увеличивая пропасть между собой и окружающим миром; становится враждебным, глухим и слепым к зову близких; теряет физическую и интеллектуальную форму; страдают память, способность к мышлению. И постепенно человек отдаляется от реального мира, создавая свой, зачастую жестокий и враждебный, болезненный фантазийный мир, из которого каждому, кто соприкасается с ним, хочется убежать как можно дальше.

Более всего слабоумие грозит тем, кто прожил жизнь, не меняя своих установок. Такие черты, как чрезмерная принципиальность, упорство, консерватизм, скорее приведут в старости к слабоумию, чем гибкость, способность быстро менять решения, эмоциональность. Главное, ребята, сердцем не стареть!

### Первые ласточки

Слабоумие никогда не приходит внезапно. Слабоумие — не сумасшествие и даже не психическое отклонение, и уж тем более не болезнь. Поэтому и отследить его начало невероятно сложно. Оно прогрессирует с годами, приобретая всё больше власти над человеком. То, что сейчас всего лишь предпосылки, в будущем может стать благодатной почвой для ростков слабоумия.

Вот некоторые косвенные признаки, указывающие на то, что вам, может быть, стоит заняться перезагрузкой мозга.

- Вы стали болезненно воспринимать критику, в то время как сами слишком часто критикуете других.

- Вам не хочется учиться новому. Скорее согласитесь на ремонт старого мобильного телефона, чем будете разбираться в инструкции к новой модели.

- Вы часто произносите: «А вот раньше...», то есть вспоминаете и ностальгируете по старым временам.

- Вы готовы с упоением рассказывать о чём-то, невзирая на скуку в глазах собеседника. Неважно, что он сейчас заснёт, главное — то, о чём вы говорите, интересно вам.

- Вам трудно сосредоточиться, когда вы начинаете читать серьёз-

ную или научную литературу. Плохо понимаете и запоминаете прочитанное. Можете сегодня прочитать половину книги, а завтра уже забыть её начало.

- Вы стали рассуждать о вопросах, в которых никогда не были сведущи. Например, о политике, экономике, поэзии или фигурном катании. Причём вам кажется, что вы настолько хорошо владеете вопросом, что могли бы прямо завтра начать руководить государством, стать профессиональным литературным критиком или спортивным судьёй.

- Вы уверены, что другие должны подстраиваться под вас, а не наоборот.

- Временами вы замечаете, что тираните окружающих какими-то своими поступками, причём делаете это без злого умысла, а просто потому, что считаете, что так правильно.

### Перезагрузка мозга

Заметьте, самыми светлыми людьми, до преклонных лет сохраняющими разум, как правило, являются люди науки и искусства, кто по долгу службы напрягает свою память и совершает ежедневную умственную работу. Более того, им приходится всё время держать руку на пульсе современной жизни, не отставать от новых тенденций и даже в чём-то опережать их. Та-

кая «производственная необходимость» — и есть гарантия счастливого разумного долголетия.

1. Каждые два-три года начинайте чему-то учиться. Конечно, не обязательно поступать в институт и получать третье или даже четвертое образование. Но вполне можно пройти краткосрочный курс повышения квалификации или освоить совершенно новую профессию.

2. Окружайте себя молодыми людьми. У них вы всегда сможете поднабраться всяких полезных вещей, которые помогут вам всегда оставаться современным.

3. Если вы давно не узнавали ничего нового, может быть, просто не искали?

4. Время от времени решайте интеллектуальные задачки и проходите всевозможные предметные тесты, благо и того, и другого сейчас более чем достаточно в интернете.

5. Постоянно учите иностранные языки. Даже если вы не будете на них разговаривать и не выучите язык как следует, всё равно необходимость регулярно запоминать новые слова поможет тренировать память.

6. Растите не только вверх, но и вглубь! Доставайте старые учебники и периодически вспоминайте школьную и вузовскую программы!

7. Занимайтесь спортом! Регулярная физическая нагрузка до седых волос и после действительно спасает от слабоумия.

8. Почаще тренируйте память, заставляя себя вспоминать стихи, которые когда-то знали наизусть, танцевальные па, программы, которые разучивали в институте, номера телефонов старых друзей и многое другое — всё, о чём сможете вспомнить.

9. Разбивайте привычки и ритуалы! Чем больше следующий день будет отличаться от предыдущего, тем меньше вероятность, что вы «закоптитесь». Ездить на работу по разным улицам, откажитесь от привычки заказывать одни и те же блюда, занимайтесь тем, чего никогда раньше не умели.

10. Давайте больше свободы другим и делайте как можно больше сами. Чем больше спонтанности, тем больше творчества. Чем больше творчества, тем больше вы сохраните ум и интеллект!

<https://pandoraopen.ru>



## Россияне ежегодно прокуривают

### Сочинскую Олимпиаду или семь Крымских мостов

**К**ак-то провёл несколько нехитрых расчётов. Даже если ошибусь в десятках или даже сотнях миллиардов рублей, такая погрешность будет не столь значительной. Главное — увидеть масштаб. С ним-то, думаю, не ошибся.

Недавно в супермаркете посмотрел стоимость пачек сигарет. Разброс цен примерно от 75 до 200 руб. Если взять среднюю стоимость пачки (пусть будет 150 руб.) и умножить на количество дней в месяце (в среднем 30, пачка в день

«уходит» у среднего курильщика), то получим 4500 руб. В год это в среднем  $4500 \times 12 = 54000$  руб.

54 000 рублей в год только на сигареты!!!

А ведь это по меркам России приличная месячная зарплата.

За эти деньги можно, например, с десяток раз побывать пилотом одномоторного самолёта (посмотрите расценки, я серьёзно). Раз в месяц полчаса управлять самолётом! Или съездить в отпуск на пару недель, а может, и на месяц. А за десять лет можно ско-

пить на очень приличный автомобиль. С учётом инфляции на сегодняшний день за 10 лет это что-то около 700–800 тысяч руб. А кто курит немного — неплохой б/у автомобиль.

И это ещё цветочки! Увеличиваем масштаб.

По разным данным, в России на 2018 год курит примерно четверть населения страны (к счастью, всё меньше и меньше, ранее была треть). Возьмём условно 30 млн. человек и умножим на 50 тысяч руб. Получим (ВНИМАНИЕ): 1 500 000 000 000 руб.!!!

1,5 трлн. руб. — выручка табачных компаний.

Вам что-нибудь говорят эти цифры? Пожалуй, немного, ведь за ними нет образа. Сейчас его подберу.

1,5 трлн. руб. — это бюджет Олимпиады в Сочи!

Каждый год россияне прокуривают «Олимпиаду в Сочи» со всей её инфраструктурой! Каждый год! Или семь Крымских мостов!

Только представьте: за 10 лет мы могли бы в каждом (!) регионе России построить базу для зимних олимпиад!

Вот ещё пример. На 1,5 трлн. руб. можно купить жилой фонд 600-тысячного Иркутска, а за пару лет — Новосибирска.

Даже с учётом погрешности в расчётах (я всё же опирался на условные числа), в любом случае — это огромные деньги и потенциал!

И это всего лишь одна общепризнанная и «привычная» для нас вредная привычка (заметьте, я обошёл вопрос здоровья, а это ещё минус годы жизни и плюс расходы на лечение).

Экономически в рамках жизни одного человека данная привычка обращается потерей одного или нескольких «автомобилей», а в масштабе нашей огромной страны — громадной инфраструктурой.

Курение привёл лишь для примера. Уверен, что данная привычка — лишь капля в море. Можно только представить, в каком мире мы могли бы жить, если бы разумно пересматривали свою жизнь. Наши повседневные дела, привычки, слова и мысли несут в себе такой потенциал, что ни один Старик Хоттабыч со своей бородой не сможет наколдовать.

Вот такие мысли, друзья.

**Евгений ШАДРОВ**



**Н**а заре становления древнейшей человеческой цивилизации существовала традиция деления людей на варны. Варны — это ступени сознательного эволюционного развития, пройти которые должен каждый из обретших облик человека, при этом каждая последующая ступень включает в себя весь опыт, накопленный ранее.

Деление людей на варны осуществлялось волхвами и происходило вскоре после рождения человека. Волхвы определяли статусный уровень новорождённого благодаря внимательному наблюдению за развитием ребёнка, видению кармы (судьбы по прошлым жизням) и предстоящего предназначения в этой жизни человека.

В этом делении не было ничего унижающего, так как основная ценность человеческой жизни состояла в накоплении знаний и восхождении человеческого Духа к Богу. Данное деление помогало человеку в его духовном развитии, предлагая ему посильную жизненную задачу, и только волхвы, практически свободные от материальной собственности и соблазнов, могли выполнять миссию наставления человека на его Путь.

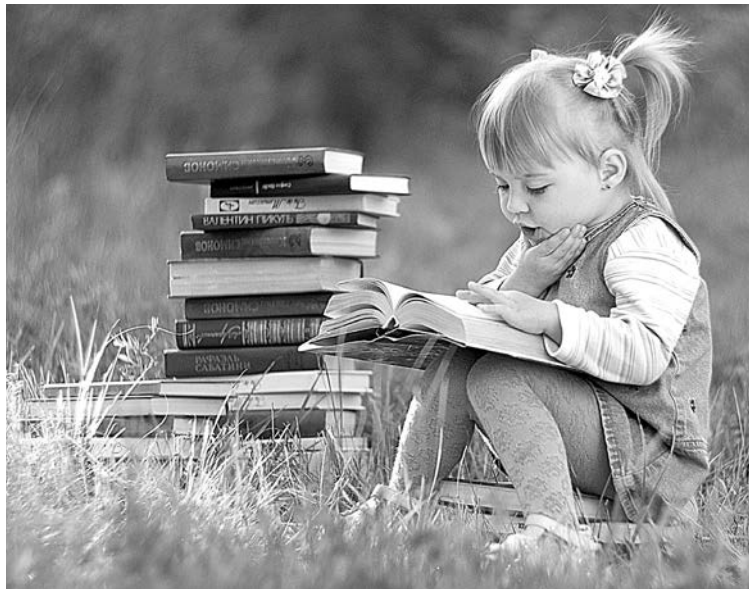
Воспитание ребёнка напрямую зависит от варновой принадлежности. Как понять, к какой варне принадлежит детская душа?

Для этого по сторонам света клали четыре предмета: священные писания, оружие, деньги и инструмент. Эти предметы характеризовали ту или иную варну. Священные писания — принадлежность к варне волхвов, оружие — витязей, деньги — хозяев и инструмент — тружеников. Ребёнка помещали в центр, и он должен был выбрать какой-то из этих предметов. Выбор предмета определял его Путь. Кроме того, на протяжении всего этапа взросления внимательно следили за его поведением, за проявлением черт характера.

### Дети из варны ведающих

Дети, принадлежащие к варне ведающих, как правило, очень способные и имеют стремление к познанию, науке, книгам и мистическим умениям. Со временем при верном воспитании из них вырастают учёные, священники (настоящие духовные проводники), первооткрыватели, духовные учителя и тому подобное. Эти дети стремятся к глубинному познанию истины и дают это знание другим людям. Они с детства желают что-то изучать, внимательно слушают то, что им говорят. Для таких детей самое главное — понять смысл и суть. Они волнуются и испытывают неудовлетворение, если чего-то не понимают, поэтому часто пребывают в размышлениях. Главная черта этих людей — честность. Такого человека нельзя купить. Если ребёнок не имеет честности и покупается на что-то, значит, у него другая варна.

Воспитание в варне ведающих. Важно, чтобы и сами родители имели соответствующий уровень духовности, иначе им трудно будет понимать такого ребёнка. Если вы не уверены, что можете дать ребёнку необходимое воспитание, отдайте его на учёбу человеку, который действительно является духовной лич-



волей и сильным стремлением.

Воспитывать таких детей нужно в дисциплине и порядке. Мальчикам давать возможность заниматься боевыми искусствами, что помогает реализовать нравственность и духовность воина. Честность, справедливость, преданность Родине и тому подобное — главные черты характера, которые вы должны развить у ребёнка. Иначе он перейдёт на другую сторону и воспримет мораль других учителей, которые вам могут не понравиться. Для девочки воспитание тоже должно проходить в дисциплине, но материнская ласка должна быть наравне. Учите её искусству управления людьми, лидерству, обязательно выберите для неё какой-



### Дети из варны весей

Дети из варны весей (хозяев) склонны к реализации в материальном мире и получению прибыли. Они в своём детском мире быстро настраивают отношения между детьми так, чтобы иметь прибыль. Им нравятся экономические игры, эти дети заботятся о своём доме, о достатке семьи. Они не тратят средств зря, а, наоборот, постоянно думают, как их приумножить. Таким детям родители должны обеспечить карманные деньги, иначе они сами начинают искать пути их получения. Не бойтесь, когда ребёнок учится руководить деньгами, он не будет их зря тратить. Часто дети их просто откладывают и радуются, что имеют свой запас. А ещё склонны коллекционировать, быть на высоте в каком-то деле, то есть имеют стремление к выгоде в любой её форме. Когда становятся взрослыми, в основном занимаются торговлей и хозяйственной деятельностью. Главная черта, которую в них необходимо развивать, — это щедрость и благодущие по отношению к людям.

Ребёнок-хозяин не менее одарённый и умный, чем дети-воины и ведающие. Его талант в умении творить и организовывать материю. Материальное состояние — это тоже энергия, и

# Варна ребёнка

ностью и принадлежит к варне ведающих; только тогда ребёнок возьмёт от него то, что ему нужно. Воспитывать нужно в доброте и справедливости. Давать возможность читать книги, обеспечить доступ к информации. Ребёнок быстро выберёт сам своё направление работы, которое со временем может поменяться. Если вы видите, что у ребёнка есть ещё склонность к суровому управлению, это значит, что он недавно вышел из варны воинов, и когда ситуация не развязывается, он опирается на старую и проверенную модель влияния на людей. Воспитывайте у него чувство прекрасного: душевного отношения к людям, красивой музыки, красоты природы, понимания себя и Бога. Учите его собственным примером, добрым словом. Такой ребёнок понимает доброе отношение, ценит любовь, родителей. Отношения должны быть дружескими и нежными. К такому ребёнку нужно относиться с вежливостью, считаться с его мыслями, стремлениями. Не принуждайте, а убеждайте, иначе ребёнок будет сильно сопротивляться вашей грубой физической силе. Любимые игрушки таких детей — это книги, развивающие игры. Рано учатся читать, писать.

### Дети из варны воинов

Дети, принадлежащие к варне витязей (воинов), независимо от пола проявляют свой характер в стойкости, выносливости и даже некотором упрямстве. Они всегда уверенно идут к своей цели, стремятся к управлению людьми. Постоянно занимаются своим физическим и психическим совершенствованием. Они большие защитники правды, установления правил, законов. Они любой ценой стремятся сделать жизнь справедливее, правильнее, часто поддерживают власть, руководят или как-то принимают участие в структурах власти. Важная их черта — стремление к справедливости и милосердию. Если человек стремится к справедливости и считает, что должен вынуждать всех делать правильно и сам пытается быть примером в этом, значит, в вашей семье растёт воин. У таких людей ярко выражено желание защищать слабых и обиженных. Они готовы от-



стаивать справедливость даже с оружием в руках. Часто реализовывают себя в разных структурах руководства. Интересуются политикой или становятся политиками, военными, руководителями больших предприятий. Стремятся к государственной работе в результате чувства большой ответственности и долга перед Родиной.

Ребёнок-воин отличается независимым характером, стойкой

то вид спорта. Главное задание — научить любить людей и уважать их. Уметь руководить людьми, заботиться о них — вот на что должны обратить внимание родители. Отношения с родителями должны быть как у ученика и учителя. Эти дети уважают авторитет, потому что родители будут жить так, как они учат, то для своих детей станут настоящими учителями, и те их отблагодарят служением и уважением.

очень важная. Человек не станет воином и ведающим, если не будет хорошим хозяином. Каждый мужчина в своей семье и специалист, и хозяин, и воин, и ведающий, как и женщина.

Воспитывают детей в понимании и доверии. Доброта и щедрость должны занимать важное место в воспитании, потому что иначе вырастает озлобленного и жадного ребёнка. Учите его экономическим наукам, купите ему





копилку, расскажите о деньгах, достатке, научите этим пользоваться для себя и для мира. Учите не бояться денег, чтобы ребёнок с возрастом понимал и легко руководил большими потоками денег. Объясните, что он и мир — единое целое, что это замкнутая система, поэтому необходимо что-то отдавать, чтобы получить что-то взамен. Учите ответственности, правдивости и благодарности Богу. Это души, которые только стали на путь хозяина.

### Дети из варны тружеников

Такие дети любят мастерить, делать что-то своими руками, проявлять творчество, но в будущем не хотят организовывать эту работу как бизнес. То есть не стремятся руководить, у них нет для этого желания и особых способностей. Они только учатся организовывать пространство вокруг себя. Их души совершенствуются через труд своих рук, через раскрытие своих способностей и талантов. Основное качество их характера — трудолюбие и старание. Содержат своё рабочее место и инструменты в порядке.

К сложным наукам у них нет особых способностей, но они любят посещать всевозможные кружки, в которых приобретают разные практические навыки. С удовольствием делают то, о чём их попросят, особенно за компанию. Главное для них — быть занятым каким-то полезным делом. Очень важно их хвалить и как-то поощрять.

В дружбе они верны и постоянны. Любят поесть, но в то время, когда заняты каким-то делом с увлечением, могут на длительное время забывать о еде. Одежду предпочитают простую и недорогую. Как правило, послушны и исполнительны. Стремятся поскорее устроиться на хорошую работу, чем «просиживать штаны» в институте.

Воспитание детей в варне труженика. Главное — научить терпению и трудолюбию, добрым взаимоотношениям с людьми. Важно найти то ремесло, которое будет по душе ребёнку. Нужно дать ему возможность заниматься тем, к чему лежит его душа. Необходимо также давать знания об окружающем мире, о важности с любовью делать своё дело на благо Роду, народу, Родине и всему Миру.

При правильном воспитании из них вырастают трудолюбивые и старательные люди, творчески подходящие к своему делу.

Сейчас из-за недоступности славянских ведических знаний, поскольку волхвы физически были истреблены и воцарилось материалистическое понимание мира, воспитание детей разных варн смешалось в одно, и все потеряли понимание своего предназначения. Главная проблема — найти себя в жизни. Такие люди очень несчастны. Ведь хуже всего, когда ты не знаешь, что тебе приносит счастье в работе.

Поэтому для родителей очень важно понять, к какой варне принадлежит их ребёнок. Воспитывать в соответствии с моральными и духовными установками варны намного важнее, чем отдать ребёнка в престижную школу или университет или сделать его богатым. Необходимо с детства обнаружить наибольшие способности ребёнка, дать им максимальное развитие, именно так развивается Душа.

<https://vk.com/vedafamily>

## Как запрограммировать ребёнка на хорошее поведение

**В**ы, наверно, замечали, как часто родители награждают своих детей разными кличками и прозвищами — от ласковых и нежных до уничижительно-презрительных. Если себя вспомнить в детстве, скорее всего, вы тоже получили в свой адрес несколько таких «ярлычков».

Быть может, вам было приятно, а может, вы даже протестовали. Особенно, когда ваши мама или папа выговаривали за какой-то проступок: «Опять весь перепачкался?! Ну и Хрюша!» или: «В кого ты такой уродился, прямо не знаю, горе ты моё луковое!..»

А ведь любые характеристики от взрослых прочно оседают в детскую головку.

Вот мама торопит медлительного сына или дочку, недоумевает, почему тот или та застревает на, казалось бы, простейших действиях. И терпение порой не выдерживает: начинает делать всё за них, попутно награждая словами типа:

«Что ты как соня?», «О чём мечтаешь?!», «Ничего у тебя не получится, дай-ка я сама...» и т. д.

Или ребёнок периодически плохо ест. Вот такой малоежка. И отлично себя чувствует. А мама что? В разговоре с подругой или соседкой она вздыхает в присутствии ребёнка: «Совсем ничего не ест!», «Он у меня болезненный». А ребёнок это слышит про себя, и, действительно, он часто болеет, снижается аппетит.

Малыш только осваивает круг общения со сверстниками, с незнакомыми держится к родителям поближе. А мама может сказать своему собеседнику: «Он у меня не любит общаться», «Он такой стеснительный...». Ребёнок запоминает: «Я стеснительный, лучше не общаться, а то ещё влипнешь в какую-то неловкую ситуацию». И стесняется ещё больше.

Не только вне дома, но и в семье в адрес ребёнка могут звучать самые разные эпитеты:

- отрицательные («Лентяй!», «От рук отбился!», «Неблагодар-

ный!», «Какой ты жестокий, маму (папу, бабушку) не жалко»);

- положительные («Ты — мой умница!», «Как ласково ты гладишь кошку», «Ты добрый, помог бабушке найти очки», «Молодец, ты меня всегда радуешь!», «солнышко», «живчик», «шустрик» и т. д.).

Каждое наше слово про ребёнка и по отношению к нему всегда несёт свою эмоциональную окраску и смысл. Маленькие, совсем малыши, которые ещё лежат попереёк кровати, воспринимают обращение к себе в эмоциональном тоне. Они могут не знать значения слов, но прекрасно улавливать настроение родителей. После года-полутора дети уже усваивают смысловое значение всех эпитетов, которые получают в своей жизни. И тут важный момент: это их программирует на определённое поведение.

Другими словами, эпитеты и характеристики, которые родители присваивают своему сыну или дочке, часто становятся в основу поведения ребёнка. Если роди-

тели считают, что их малыш неуправляемый, он будет вести себя в соответствии с этим представлением. Если они, напротив, ищут хорошее в ребёнке, то эти положительные качества дети будут невольно усиливать.

Когда нужно больше уделять внимания ребёнку? Тогда, когда он не балуется, слушается, охотно сотрудничает с вами, всегда готов вам помочь, стремится радовать своими успехами и т. д. А отрицательное поведение нужно игнорировать. В результате идёт закрепление положительного поведения. Вот и весь секрет!

Поэтому старайтесь контролировать свои мысли и слова. Пусть каждое слово будет тщательно проверено, настройтесь на положительные черты в характере ребёнка, и вы с удивлением увидите, как станет легко и просто с ним общаться.

**Татьяна ЕГОРОВА,**  
психолог

<https://vk.com/waldorfkras>

## Поселение Родовых поместий ЧИК-ЕЛГА Межпоселенческая семейная школа «БОСИКОМ ПО ЗВЁЗДАМ»

Семейный образовательный лагерь с 21 по 27 июля 2019 года

**Тема сессии: «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.

### Программа<sup>1</sup>:

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 Создателей планеты. Изучим способы гармонизации здоровья себя 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 «Со-

твори свою планету». Хожение на ходулях. Мастер-класс по травоплетению. Творение ежедневных стенгазет, школа юного хорооводника, 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 бережных кукол из ткани. Качание на гамаках, качелях, тарзанках, 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 основному массажу «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 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-подроскам. Младшие же в большинстве своём воспринимают это как само собой разумеющееся.

**Внимание!** Приглашаем добровольцев для помощи на кухне (женщин/девушек) и носке 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](https://vk.com/id2187994),

Татьяна Ибатуллина: 8-917-428-1346, [vk.com/matoyoga](https://vk.com/matoyoga).

**Группа проекта:** [vk.com/bosikom\\_po\\_zvezdam\\_4](https://vk.com/bosikom_po_zvezdam_4)

*Регистрируйтесь заранее! Количество мест ограничено! До скорой встречи!*





# Модель семьи

Если представить модель семьи, то мужчина — это сосуд. Он твёрдый, крепкий, надёжный, негибкий, оберегающий. У него две стороны — внутренняя и внешняя. Внутренней стороной он соприкасается со своей семьёй, оберегает её и окружает заботой со всех сторон. Внешняя сторона — это социум, взаимодействие с внешним миром, реализация, самовыражение, признание.

А женщина — это вода в сосуде, в котором плавают дети. Она

мягкая, текучая, плавная, отвечающая за внутренний комфорт детей и своего мужчины, который внутренними стенками соприкасается с ней.

Но у воды есть одно свойство, помогающее жизни и Роду выживать даже в самых невыносимых условиях: она умеет застывать и превращаться в лёд. Это очень важное качество, потому что, если вдруг сосуд разобьётся (война, несчастный случай и т.п.), то дети не погибнут, женщина сама застынет и примет форму сосуда. Ко-

нечно, в этом случае дети не смогут полностью раскрыться, так как во льду развиваться невозможно, но они хотя бы выживут. Именно поэтому у мужчин порой создаётся ложное ощущение, что женщина всё может без них. Да, она действительно может занять и выполнять мужскую роль, но в этом случае некому взять на выполнение её роль, истинно женскую. Дети при таком развитии событий выживут, но, чтобы стать счастливыми, им придётся много-много работать над собой, всю жизнь.

И это именно то наследие, которое пришло к нам от нашего страшного военного прошлого, от наших бабушек и прабабушек, которые путём невероятных душевных усилий, отказавшись от своей женской сути, спасли следующее поколение. Наши дедушки и отцы выжили, но у них не было перед глазами образа цельного сосуда, они видели только «лёд» вокруг себя, исходивший от их матерей. И следующее поколение строилось по образу и подобию предыдущего: наши мамы и бабушки копировали поведение своих сильных и холодных мам, а папы и дедушки не понимали, где их место в этой семейной иерархии. Многие сдавались (спивались, сбегали из семьи на рыбалку или насовсем, меняли женщин), но суть не менялась.

И вот сейчас мы — новое поколение, и наша задача — вернуть образу семьи его первоначальное значение и украденное войной счастье нашим детям. Именно от внутренней работы каждого из нас зависит, насколько нашим внукам и правнукам будет лучше жить в этом мире.

Важно понимать, что лёд не оттаёт сразу. Как только его положат в сосуд, он ещё какое-то время будет оставаться льдом, ему нужны время и тепло. И я считаю главной ответственностью сегодняшних мужчин, взявших на себя роль мужа, — создать для своей женщины такие условия, в которых она будет абсолютно уверена, что её сосуд никуда не денется и что этот сосуд тёплый и не продуваемый (т.е. в нём нет дыр от измен, предательства и недоверия). И даже если такие дыры уже появились на сосуде в прошлом, то достаточно не создавать новых, и женщина, оттаяв, зальёт, замажет своей женской любовью и нежностью каждую трещинку, каждый скол на этом сосуде.

И не надо её спрашивать, какой формы она хочет, чтобы был сосуд, это творчество и самовыражение мужчины. Если лёд растаял, вода примет любую форму! Поэтому считаю, что мужская задача — не пытаться подстро-

ить свой сосуд под форму кусочка льда, что внутри него (или этот кусочек выкинуть и пойти искать новый, более подходящей формы), а создать для своей женщины такие условия, в которых она растёт и будет счастлива греть свой сосуд изнутри, какую бы форму он ни принимал.

Женская суть оттаивает, когда мужчина берёт на себя истинно мужские обязанности — защита и оберегание своей женщины и дочерей, воспитание и передача своего опыта сыновьям, решение вопроса обеспечения семьи всеми необходимыми ресурсами, решение внешних конфликтных ситуаций вместо своей женщины (например, наезд учительницы, штрафы из налоговой, судебные дела, скандальные соседи... и вообще любые вопросы, где женщина чувствует себя неуверенно и незащищённо).

Дорогие мужчины, желаю вам мудрости, сил, терпения, много-много любви и понимания сути процессов, чтобы ваши семейные сосуды были крепкими, надёжными и всегда наполнены согревающей, чистой, родниковой водой ваших любимых супругов!

**Галина САМОКИНА**

ППП Дуброво,  
Нижегородская область  
[https://vk.com/ya\\_esm](https://vk.com/ya_esm)

## Гормоны улетучиваются, уважение — никогда

У женщин есть одна маниакальная идея и даже убеждённость, что если мужчина влюбляется в женщину, то он закрывает глаза на все её недостатки и что любовь безогочна. Что, когда мужчина любит, он принимает объект своей любви таким, как он есть. Поголовно веря в это откровенное заблуждение, женщины не боятся обзаводиться насыщенной сексуальной жизнью, венерическими болячками, кредитами, неудачными браками, «прицепами», целлюлитом и возрастом 30+, пожив сначала «для себя». Они верят, что вопреки всем приобретённым недостаткам однажды придёт принц

(настоящий мужчина) и полюбит её такой, какая она есть, женится на ней, и всё будет в шоколаде.

В чём такая женщина заблуждается? С точки зрения женщин — ни в чём. С точки зрения потенциального принца — во всём.

Начнём с того, что любовь — это просто гормональный угар, призванный свести самца и самку вместе и удерживать их примерно три года вместе, чтобы родить потомство и заботиться о нём до той стадии, пока самка с дитём беззащитна и безработна и не может добывать себе и ребёнку пищу. Дальше действие гормонов ослабевает и затем исчезает вовсе. Так задумано природой. «Любовь»

проходит. Брак, заключённый под действием гормонов, распадается. Это подтверждает статистика, согласно которой средний срок брака в наше время составляет 3–5 лет. И это как раз те браки, которые заключаются под действием гормонов.

Однако есть примеры таких пар, которые живут вместе гораздо дольше. И речь не о тех, где брак сохраняется ради детей или «что подумают люди». Этих людей объединяет и удерживает вместе нечто большее. Романтичные особы называют это «истинной любовью», а простой гормональный угар — «влюблённостью и страстью». А ведь между этими понятиями огромная и принципиальная разница. То, что романтики называют «истинной любовью» и что удерживает людей вместе дольше 3–5 лет, называется УВАЖЕНИЕМ.

Любовь — это действительно гормональный угар. А вот УВАЖЕНИЕ — нечто совсем иное. Человека можно «любить» не больше трёх лет, а вот уважать — безконечно долго, пока он этого, конечно, заслуживает. Так вот, мужчины уходят от тех женщин, которых они перестали «любить» (закончилось действие гормонов) и если им не за что их в дальнейшем уважать.

И уходить стали чаще. Можно заметить огромную разницу между статистикой разводов 100 лет назад и сейчас.

Невозможно уважать женщину, которая пьёт и курит; вульгарно одевается; выкладывает в интернет кучу откровенных фотографий; ругается матом и ведёт себя вульгарно; не уважает мужчину; не смогла правильно выбрать мужа, вышла замуж по залёту и закономерно стала разведённой с «прицепом»; всю жизнь прорабо-

вала на самой лёгкой работе, ни к чему не стремилась и просто ждала, что придёт мужик и всё ей решит; у которой дома бардак или вообще нет своего дома и какого-либо приданого; расслабилась и перестала следить за своей фигурой; не берегла девственность; не умеет готовить и грамотно тратить деньги.

Жить с такой женщиной можно только под действием определённых гормонов, а потом бросить. Таких женщин сейчас абсолютное большинство (и так с ними сейчас чаще всего и поступают). Но они всё равно ждут своих «принцев», которые, скорее всего, не придут НИКОГДА. Они надеются на то, чего не будет. Что их полюбят за их пустой внутренний мир, который они считают богатым вопреки всем недостаткам. Они вкладывают ресурсы и время в свою внешнюю оболочку, чтобы поймать самца через гормоны, и в этом их ошибка. А надо тратить ресурсы на что-то полезное, за что женщину можно уважать и ценить. Гормоны улетучиваются, уважение — никогда.

Не зря многие бывшие в браке люди учат молодых тому, что любовь проходит, и когда «пелена спадает», начинаешь видеть человека таким, какой он есть и оценивать его объективно. Что объективно может увидеть мужчина после рассеивания гормонального тумана? Эгоистку, ленивую и безхозяйственную дуру, с которой никакой пользы. Разумеется, мужчина уходит. И женщина в очередной раз лезет на форумы, сайты знакомств и соцсети с причитаниями: куда делись настоящие мужчины? Но никуда они не девались. Просто не осталось настоящих женщин, которых можно

за что-то ценить, уважать и с которыми хочется остаться. И пока эти неликвидные женщины на что-то надеются, мужчины осознали реальность и учатся обходиться без их постоянного присутствия.

Поэтому, бабоньки, принц не придёт, решайте свои проблемы и не надейтесь на чудо.

**Владимир ПРЕПОДОБНЫЙ**

**От редакции.**

Чувства всегда видят ту сторону обстоятельства, куда их привели ноги. Мнение о себе субъективно, а реакция окружающего пространства — всегда объективна. Можно не согласиться с автором статьи по отдельным формулировкам. Женщины придумают опровержения утверждениям автора. Но направление хода мыслей — очень отрезвляющее и разрушает иллюзии строительства взаимоотношений. Если не согласны — читайте заголовок ещё раз.

<https://www.planet-kob.ru>



### Ищу родственную душу

Мне 61 год, вдовец, жена умерла 8 лет назад. Жили мы в Воронеже 20 лет, детей нет. После смерти жены вернулся в родительский дом, так как квартира отошла к сестре жены.

По характеру добрый, простой, отзывчивый, уступчивый, нравиться работать на земле. Высокий, крупный мужчина, работаю трактористом.

Я из многодетной семьи, братья и сёстры живут в Воронеже.

Держу кур, кроликов, голубей разных пород. Люблю ездить в лес на своём авто за грибами, ягодами.

Если у моей избранницы физический недостаток, лёгкая (рабочая) группа ин-

валидности — не беда, мои сёстры часто навещают нас с мамой, и есть кому навести порядок в доме, помочь по хозяйству, заодно и поухаживать. Только особу без пропуски, пьющую, сексуально озабоченную принять прописать не смогу.

Предпочитаю живое общение, СМС и письма писать некогда.

Живу на стыке трёх областей, всего в 10 км от райцентра. Могу встретиться и довезти на своей машине.

Мой адрес: Воронежская область, Нижнедевицкий район, с. Кучугуры, ул. Первомайская, д. 60.

**Николай ПОДПЕВАЛОВ.**  
Тел.: 8-903-854-4845,  
8-905-654-0323.







# Многое зависит от нас, матерей

**В**ышла я днём в магазин, малышня моя бежит впереди. Навстречу тётюшка лет 50-ти, в глазах — любопытство и сочувствие. Поравнялась со мной и спрашивает: «Это что, все четверо ваши?» Отвечаю с улыбкой: «Нет, ну что вы, не все». Тётюшка выдохнула с облегчением, заулыбалась, а я продолжаю: «Ещё трое сейчас на занятиях в школе». Тётюшка чуть не упала в обморок.

Мы живём в мире стереотипов, они знакомы, понятны и просты в употреблении, как готовые полуфабрикаты. Например, если при знакомстве вы скажете: «Мне 35 лет, я менеджер в иностранной компании; работу свою терпеть не могу, но получаю 80 тысяч рублей в месяц», то тут же получите одобрение: «Ух ты, здорово, 80 тысяч, да ещё, наверное, медстраховка есть!»

А если произнесёте: «Мне 35 лет, я мама троих детей, не работаю; люблю своих малышей», вам непременно выразят сочувствие: «Ну-у-у... э-э-э... ты молодец. Сильно устаёшь, да?» Нелюбовь к работе легко простят, трёх малышей — нет. Потому что устать, недосыпать и нервничать на работе можно, нужно и даже престижно. А тратить те же ресурсы на дом, семью и детей — не очень.

Ведь дети — это девять месяцев бремени, роды, безсонные ночи, частый плач маленького, требовательного человечка; это привязанность, постоянный контроль: куда пошел, что схватил, не опрокинул ли на себя гладильную доску, не смахнул ли цветочный горшок; это трата времени, денег и себя. Без зарплаты и социального одобрения.

С точки зрения стереотипов многодетная мама — несчастная женщина. В её жизни много минусов: нет спокойного времени «на себя», еженедельных посещений салона красоты и спортзала, зарплаты и годовых премий, общения с коллегами, профессионального развития, милых походов в ресторанчики и кафе, свободно перемещения и ещё много чего.

Остаётся лишь... любовь. Но это самое главное! Без любви ничего не получится.

Привычный мир стереотипов уныл, в нём два основных цвета — чёрный и белый. При любом их смешении кроме серого, ничего не получишь!

Любовь даёт нам столько цветов и красок, столько нюансов и полутонов! Но, чтобы наполнить свою жизнь любовью, нужно забыть о стереотипах, хотя бы о самых распространённых.

Когда-то у меня был такой же

стереотип о многодетных мамах, пока не обосновалась в интернет-сообществе, посвящённом материнству. Тогда я вынашивала сына и жаждала «общения по теме». Сообщество многодетных мам оказалось одним из самых приятных коллективов на многомиллионном сайте. Уже через несколько дней с удивлением обнаружила, что многодетные мамы успевают с тремя-четырьмя-пятью детками больше, чем я с одним беременным животом!

«Многомамы» покупали отличную одежду себе и детям, умело планировали день, водили своих чад на кружки и в секции и могли приготовить вкусный ужин за 20 минут. Замечу, при абсолютно средних доходах. Но общий уровень жизни у них был на порядок выше моего, так как сказывался опыт управления большой семьёй.

А ещё поразило то, как они обожают своих малышей! С большой нежностью «многомамы» писали заметки именно о новорождённых, тех самых, которых «одномама» называет «больше-никогда-на-такое-не-решусь». На том же мамском сайте выяснилось, что многодетных жалуют сердобольные тётюшки-бабули, а ещё ругают обычные женщины и мужчины в очередях, в детской поликлинике, на кухне и в интернете...

Как же так получается, что нам проще осудить, чем порадоваться, ударить, чем обнять, съязвить, чем ободришь? Почему есть нелюбовь к большим семьям?

На мой взгляд, это комплекс ложного превосходства. Мы рожаем одного-двух максимум, пашем на работе — часто нелюбимой, но что поделать, «тянем» ипотеку, кредиты, машину, быт, секции, кружки, английский для ребёнка. Мы нагибаемся под тяжестью забот, почти согнулись, а тут на детской площадке: «Нет, вы посмотрите — троих родила, четвертым беременна и улыбается!»

У каждого своё понятие достойной жизни. У кого-то — деньги, у кого-то — дети. И можно безконечно рассуждать, что правильно, а что не очень. У каждого своя история, свой опыт.

Многодетной маме не требуются рассуждения и осуждения. Ей нужны теплота и поддержка, потому что большая семья — это действительно сложно. Очень важно, чтобы мы смогли от души пропустить её без очереди, улыбнуться или просто спросить, чем помочь. Без налёта тоски и жалости. Ну а если большая семья вдруг кого-то чем-то заденет, пожалуйста, не судите тех, кто пустил в свою жизнь любовь.

Вы никогда не задумывались, почему практически каждой из нас так тяжело быть постоянно с детьми? Почему мы рвёмся на работу, бросая ребёнка в полтора-два года на чужую тётю в детском саду?

Нас тоже мамы отдавали в детский сад. И мы росли и развивались вне дома ещё много лет, а точнее, 21 год: 5 лет детского сада, 11 лет школы и 5 лет вуза. Мы постоянно куда-то спешили, у нас были дела: утренники, занятия, уро-

ки, контрольные, репетиторы, экзамены, пары, курсовые, диплом, работа, курсы...

Нам говорили: «Учись, иначе будешь домохозяйкой!» И это звучало так угрожающе, что хотелось действительно грызть зубами гранит наук. Ведь главное — это красный диплом, хорошая работа и умопомрачительная карьера.

Наши родители не знали ничего о нашем внутреннем мире, о наших мечтах и стремлениях. Они реагировали только на плохое, потому что реагировать на хорошее у них не было времени.

Мы тоже не знали своих родителей. Мы и не могли их узнать, потому что у нас не было времени на долгие душевные разговоры, летний отдых с палатками у реки, совместные игры или чтение, семейный поход в театр или парк на выходных...

Вот так мы и росли. Так воспринимали в себе какие-то идеи и представления о будущем, о жизни, о жизненных целях и идеях. И в наших умах место для семьи было отведено очень незначительное.

А ведь главный учитель в жизни — мама. Она указывает на жизненные ориентиры, учит любить

свою женскую миссию, объясняет важность быть женой и матерью. Она учит любить.

И выход в том, что нужно учиться быть матерью, женой, хозяйкой, женщиной и видеть всё другими глазами — женскими, добрыми, любящими... Учиться думать не о работе большую часть дня, а о своей семье, ценить семью, мужа, детей, служить им, помогать им стать лучше, согревая нашей женской любовью.

Нам нужно понять, что мы не просто растим человека, а формируем его внутренний мир, мировоззрение, жизненные установки. Многие из того, что ребёнок получит в детстве, будет следовать за ним всю его жизнь. И нам необходимо сделать блестящую карьеру матери и жены. Ведь упущенные возможности и отвергнутая ответственность дают в будущем горькие плоды.

И важно помнить, что многое зависит от нас, матерей, от нашего жизненного вектора, от ценностей, которые мы несём в мир своей семьи.

**Татьяна ГОНЧАРОВА.**  
<https://my.mail.ru>

## Летний семейный лагерь «Школа волшебников»

с 21 по 30 июня

Усадьба Благодатное, Нижегородская область, Чкаловский район,  
рядом с д. Котельницы, в 85 км от Нижнего Новгорода

Друзья! Летний семейный лагерь будет проходить в уникальном пространстве: красивый берег Горьковского водохранилища, особая энергетика места, обустроенный уголок природы для гармоничного развития.

**Наш лагерь** — семейный, поэтому мы ждём приезда детей и взрослых любого возраста.

**Тема лагеря** — экология (тепла, окружающего пространства, отношений, чувств и т. д.). Мы будем встречать рассветы, вместе готовить вкусные вегетарианские блюда, водить хороводы и петь у костра. Обязательны игры на командообразование, мягкая школа, баня, строительство шалашей, катание на лодке и поход. Тради-

ционно планируется много мастер-классов, музыки, рисования и творчества.

Лагерь организован совместно с «нешколой» «Сотворение» <https://vk.com/nnsotvorenie> и «Школой жён» <https://vk.com/skolazen>

**Проживание** в палатках. Возможна аренда палаток.

**Стоимость:**

- до 1 июня:
- 1-й взрослый — 12 тыс. руб.;
- 2-й взрослый — 10 тыс. руб.;
- 1-й ребёнок (до 14 лет) — 8 тыс. руб.;
- 2-й ребёнок (до 14 лет) — 7 тыс. руб.;
- 3-й ребёнок (до 14 лет) — 6 тыс. руб.

• после 1 июня цена немного увеличится.

Подробнее о ценах: [https://vk.com/topic-178664626\\_39086653](https://vk.com/topic-178664626_39086653)

В стоимость входят проживание на территории лагеря в своих палатках, питьевая вода, душ, туалет и т. д.; трёхразовое вкусное вегетарианское питание (плюс фруктовые перекусы и выпечка); насыщенная программа с участием мастеров, расходные материалы для мастер-классов; баня (один раз)

По всем вопросам пишите личным сообщением Галине Самохиной или звоните ей по телефону 8-920-020-3204.

<https://vk.com/volshebnikinn>





# Как болотный хвощ помог в битве под Москвой

**Р**асскажу об интересном эпизоде, связанном с такой героической страницей нашей истории, как битва под Москвой.

Наступление немцев идёт как по нотам, по расписанию (у немцев же всё было по расписанию). И вот в ночь с 7 на 8 октября 1941 г. пошёл дождь, если быть точнее, ливень. Три дня шёл ливень, потом стих, но не прошло и полсутки, как он начался снова. И такая ситуация затухания дождя и вновь его начала продолжалась три недели. Немцы были ошарашены та-

ким природным явлением, и это сбilo все их планы.

Вода, когда идёт непрерывно, проникает глубоко в почву, и она дошла до того слоя в земле, где в обилии обитают мыши и крысы. Грызуны рванули из земли туда, где нет воды и потеплее, — к людям. В итоге до четверти немецкого состава заболело сыпным тифом. Была полная деморализация немецкой армии. Те, кто не заразился тифом, стояли по колено в грязи. Наступил коллапс во всех коммуникациях немецкой армии.

7–8 ноября дожди прекрати-

лись, но на следующий день грянул мороз. Известно, что Гитлер потребовал 16 ноября начать наступление. Причём генералы понимали, что армия была деморализована уже с октября. И действительно, наступление наших войск показало, что все планы немцев рассыпаются, как картонный домик.

Откуда взялся этот дождь? До 7–8 октября по всей российской территории, начиная с Твери (тогда назывался Калинин) и до Орла, к Москве-реке и за Москвой, то есть на огромной территории,

езде население занималось простым действием — жгло костры. Костры эти жгли с определённой травой, которой было более чем достаточно везде, как зимой снега, — болотным хвощом. Всё население, от мала до велика, активным образом собирало болотный хвощ и сжигало в кострах, в небо поднимался дым. Наше население откуда-то знало, что болотный хвощ — одно из немногих растений, существующих сегодня, сформировано не на углеводной основе, а на кремниевой. Это одно из тех растений, оставшееся на Земле после другой геологической эпохи, как папоротник в южных регионах планеты. Когда сжигаешь болотный хвощ, то в облака поднимаются кремниевые пары, и если их уходит очень много, то происходит выпадение осадков, влаги. И вот это знал наш народ и сознательно жёг костры из хвоща.

Сейчас, чтобы разогнать облака над Москвой, используются материалы на йодистом серебре, это все знают. Но болотный хвощ на кремниевой основе в тысячу раз сильнее, чем йодистое серебро, это научно доказано.

Так вот этот непрекращающийся ливень закончился, все понимали, что инфекция сыпного тифа не будет разбираться, где свой, а где чужой, офицер или солдат. Поэтому дожди нужно было ограничить, чтобы инфекция не пошла дальше. В результате после дождя пришли морозы, а, как мы знаем, минусовая температура убивает инфекцию.

Можно только удивляться тому, насколько наш народ был образован и понимал, что делает!

**Александр ПЫЖИКОВ,**  
доктор исторических наук,  
профессор  
г. Москва

# Безсмертный полк!



Стихи посвящены моему дедушке Геннадию Фролову и прадеду Семёну Васяновичу, погибшим во время Великой Отечественной войны. Вечная память героям!  
Наталья Заря,  
станция Азовская, Краснодарский край

## Безсмертный полк

Безсмертный полк идёт по всей России, В одном строю погибшие, живые. Былая мощь из древности поднялась: Святая Русь красою засияла! Сыны и дочери от мала до велика. О, Русь моя, ты снова многолика! В твоих очах рождаются былины, Из пепла поднимаясь, из руин. Мы снова вместе — Род великих Руссов, Где каждый славен и России нужен, Где каждый — продолженье мудрых предков! В одном строю — отцы, деды и дети! У всех в сердцах свет гордости великой! О, Русь моя, ты снова многолика! Родные Боги Путь нам осветили: Безсмертный полк шагает по России!

## В одном строю

Шагают вместе с дедом дочь и сын В полку Безсмертном поступью державной! Сам Бог их Путь душой благословил К Святой Руси Великой, Православной! О, сколько их, как прежде молодых, На той войне оставшихся когда-то, Теперь в одном строю среди живых — Отчизны нашей доблестной солдаты! Их души к нам стучались в сердца: «Проснитесь вы, потомки славных Руссов! Вставайте, отряхните же от сна: России снова Свет ваш чистый нужен!» И вот они идут через века... Здесь стар и млад — сошлась вся Россия! Вновь полноводна времени река. Мы снова стали самые РОДные!

## Дедушкин портрет

А на стене у нас портрет, Там дедушке семнадцать лет. Такой красивый, молодой,

Такой счастливый и живой! Ещё на фронте не бывал И подвиг свой не совершал. И если б только не война, Увидел бы мой дед меня! Мы с ним прошлись бы по селу, Затеяли в лапту игру, Сразились в шахматы, в футбол. Мой дед забил бы внуку гол! Я б не обиделся совсем, А всё б на дедушку глядел! О, как бы бабушка цвела, Когда б не грянула война! И мамочку бы в первый раз Повёл бы дед мой в первый класс! Встречали б вместе мы рассвет, Ему б не двадцать было лет! Меня бы он в походы брал, Со мной читал бы, рисовал. И на стене б висел портрет, Где были б вместе внук и дед!

## Дедушка из 45-го

### Сценка

*Внуки и правнуки:*  
О, как бы я хотел тебя увидеть,  
Мой прадед, витязь русский и солдат!  
Остался ты в далёком 45-м  
На страже нашей Родины стоять.

Мне хоть разок к тебе бы прикоснуться,  
Тебя, родного и могучего, обнять,  
В твоих объятьях бережных очнуться...  
Хочу достойной тебя, прадед, стать!

Как мало твоих, прадед, фотографий...  
На них ты бодрый, славный и живой!  
И память в наших пусть сердцах не гаснет:  
Остался ты навеки молодой!

Мне кажется, что я с тобой знакома:  
Ты так на папу, дедушка, похож!

Ты будто снова с нами рядом, дома...  
А за окном смывает память дождь.

На фото ты весёлый и серьёзный,  
В медалях грудь твоя и орденах.  
А ветер той войны великой, грозной,  
Звучит как память в любящих сердцах!

Приди, мой прадед милый, на мгновенье:  
Мне б хоть разок в глаза твои взглянуть!  
Соединить разорванные звенья  
И мудрость предков сквозь века вдохнуть!

И он пришёл, услышав приглашенье...  
Такой желанный, светлый, молодой...  
Отдавший свою жизнь без сожаленья,  
Стоял мой прадед рядышком со мной!

*Прадед:*  
Ты звал меня? И я на зов явился  
Сказать тебе, что я всегда с тобой!  
В тебе, мой правнук, вновь я воплотился,  
Я продолжаю путь в тебе земной!

Ты не грусти, в той жизни было надо,  
Чтоб я тогда остался в 45-м,  
В жестокой и безжалостной войне...  
Я отстоял Мир на Родной Земле!

Тебе я эстафету передал,  
Чтоб Мир ты на планете сохранял!  
И я хочу, мой внук, тебя спросить:  
Что понимаешь ты под словом «жизнь»?

Ты научился трепетно любить,  
Беречь семью и миром дорожить?  
В тебе, мой внук, звучит моя душа...  
Скажи, какой ты сделал к Миру шаг?

*Внуки и правнуки:*  
Я, дедушка, вокруг сады сажаю,  
Планету в рай цветущий превращаю!  
Уже мои деревья плодоносят,  
Плоды они вкуснейшие приносят!  
Отведать их со всей Земли спешат,  
Все стать здоровыми и крепкими хотят!

А я живу в своём Бору Кедровом,  
Поднялся он до Солнца, до небес!  
Стал для людей, животных отчим домом  
И озаряет светом всё окрест!  
Уже который год Бор плодоносит:  
Орешки нам кедровые приносит,  
Здесь фитонциды в воздухе витают,  
Людей, растения и животных исцеляют!

Я маслодел, на деревянном прессе  
Я отжимаю маслице живое:  
Кедровое, кунжутное, льняное...  
Я изучил старинные рецепты.  
Мои масла дают людям здоровье!

Я изучаю, прадед, пчеловодство —  
Такое, чтоб пчела жила вольготно  
В природных тёплых домиках-колодах  
И приносила людям много мёда!

В целительных продуктах пчеловодства  
Так много радости, любви и солнца!

Целитель я, травы изучаю:  
Здоровье людям, прадед, возвращаю!  
Моя мечта: пусть на родной планете  
Здоровы будут взрослые и дети!

А мы с детьми театр сотворили,  
Живая сцена нам — цветущий сад!  
И столько счастья мы даём и доброй силы,  
Со всех селений люди к нам спешат!

Открыл я, прадед, школу Счастья  
Среди дубрав, садов, березняков!  
Здесь каждый стал Природы частью,  
Божественную суть обрёл!

Мой хоровод людей объединяет  
Из разных стран, планет, материков!  
Жить в счастье, мире вдохновляет,  
Здесь на Земле вновь царствует Любовь!

Придумал я, как воздух всей планеты  
Очистить и эфирами наполнить.  
Мне мудрецы дольменов помогли советом,  
И я мечту свою, мой дед, исполнил!

Озёра очищаю я и реки,  
Моря и океаны, ручейки...  
Вновь появилась на родной планете  
Целительная сила у воды!

Моя стихия — Космос, Мирозданье,  
Сиянье звёзд, вращение планет.  
Вновь возвратилось к людям осознанье:  
Всему несём Любовь, добро и свет!

Я — архитектор. У живой Природы  
Беру я знания в мире красоты  
И создаю я терема в узорах,  
Дома живые и прекрасные дворцы!  
Уютно людям в них, счастливо:  
В таких домах живут Любовь и Сила!

Я, дедушка, России Президент!  
Я помню предков пламенный завет:  
Жить в мире и согласье каждый день!  
И вот собрались мы на мировой совет!  
О мире мы решили говорить,  
Как мир нам на планете сохранить!  
Все президенты приняли решение:  
Начнём всеобщее разоруженье!  
И вот уже пять лет по всей планете  
Передаётся мира эстафета!  
Перед тобою, дед, держу ответ:  
Сумел я предков выполнить завет!

Здесь, в нашем мире новом, столько счастья,  
Тепла, Любви, огня и доброты!  
Мы ощущаем себя Бога частью,  
Мы Его доченьки и славные сыны!

*Прадед внукам:*  
Гляжу я, внуки, и на вас люблюсь:  
Создали вы мир добрый на Земле!  
Пусть с вами счастье, радость,  
нежность будут  
В каждом сердечке, доме и семье!

Давайте, люди, за руки возьмёмся  
И встанем все в единый хоровод!  
И пусть над нами ярко светит Солнце  
И вся Земля ликует и поёт!





**Б**ереста обладает удивительными качествами: не впитывает воду, не проводит тепло, имеет малый вес и достаточную прочность. Бересту употребляли для строительства дома, делали из неё посуду, в которой не портились продукты, а в Поморье даже шили одежду. Теперь береста — в основном материал для сувениров и поделок. Как возрождают современные мастера старинный берестяной промысел?

Безкрайни просторы Отечества родимого, несчётно число мастеров-умельцев и художников русских, живших и живущих на землях предков своих. Нет ремесла народного, нет такого дела рукоприкладного, в которое не вкладывалась бы душа мастера, произрастая и расцветая в нём до границ безкрайних и высот недостижимых. От отца к сыну, из поколения в поколение передаются опыт, техника, приёмы. Индивидуальность одного сливается с другими и струйкой ручейка впадает в широкую реку мастерства, создаёт образ целостного народного искусства, вечного, прекрасного и безконечного в своём разнообразии.

Берестяной промысел нельзя назвать только русским, так как кору берёзы использовали все народы, на землях владения которых росла белокорая красавица. Но именно русский умелец вдохнул в это занятие такую глубину духа, что наша береста превратилась в подлинные произведения искусства.

Внимание наших предков к бересте объясняется её замечательными природными свойствами: береста совершенно не впитывает воду, не проводит тепло, способна обеззараживать, имеет малый удельный вес и достаточную прочность. Долговечность бересты не подвергается никаким сомнениям, достаточно вспомнить об известных берестяных грамотах, которым насчитывается более восьми сотен лет.

В прошлые века на всех северных базарах и ярмарках России продавались большие полотнища бересты, называемые скальём. Их употребляли в строительстве, прокладывая в один-два слоя под штукатурку, что предохраняло строение от гниения и сохраняло тепло. На востоке Сибири и в Якутии местные жители делали из бересты временные жилища. Охотники, уходя на промысел, брали с собой свёрнутую в рулоны бересту, и она не давала им замёрзнуть в холоде зимней ночи, позволяла отдохнуть и набраться сил для нового нелёгкого дня. А летом шалаш из бересты защищал промысловика от жары. Из бересты делали лодки, детские колыбели, трафареты узоров для рукоделия и прочее. На севере Сибири из берёзовой коры мастерами ночные люльки для малышей, в отличие от дневных — из дерева. В такой колыбельке малыши не мёрзли и спали здоровым сном. На жару, во время полевых работ, берестяная утварь сохраняла продуктам и напиткам прохладу и свежесть, а зимой не давала замёрзнуть. Молочные продукты не закисло в берестяных емкостях до двух-трёх суток. Стоит упомянуть и Поморье, где бересту научились обрабатывать таким образом, что она приобретает свойства кожи и из неё шили одежду. Сегодня в музеях Архангельской области можно увидеть шитые из бересты пиджаки, сюртуки, сапоги.

В настоящее время современ-

ных технологий свойства бересты почти забыты. Но, выходя из деревенских изб вчерашнего дня, береста начинает завоевывать городские квартиры, привлекать к себе внимание выставочных залов. Уникальные свойства, большое разнообразие приёмов работы с этим материалом и способов его обработки дают в руки мастера огромные возможности. Освоив городское культурное пространство, в котором упор с утилитарного назначения бересты был смещён на декоративно-прикладное, крестьянский промысел стал городским ремеслом. В качестве примера этому наглядно служат промыслы вологодской, шемогородской, прокопьевской бересты. Современные мастера берестяных дел не стремятся сделать и продать на ярмарке как можно

ка? И сразу же начался процесс, который можно назвать творческим: заработала мысль, назойливой мухой закружила над проблемой придания формы крынки бересте, при этом надо было сохранить утилитарность изделия. Упорный труд не пропал даром, и поставленная цель была достигнута. На свет появилась берестяная крынка, в которой молоко без холодильника хранилось до трёх суток!

И тут я понял, что береста открыла для меня такие широкие просторы для творчества, что от такой перспективы даже голова закружилась. Сразу же сформировалась цель: открыть для бересты двери столичных музеев и галерей, поставить её в один ряд с золотыми и серебряными произведениями искусства. Настало вре-



# ВОЛШЕБНАЯ БЕРЕСТА



больше одинаковых туесков, а создают исключительные произведения, привлекающие внимание необычностью материала, воплощённого в знакомые формы.

Когда заходит речь об изобретении чего-то нового, например велосипеда, человеческая натура сразу же восстаёт в праведном возмущении, что всё уже, мол, давно изобретено и куда тебе, обыкновенному человеку, преодолеть силу тяжести без постоянной помощи... Однако стоит погрузиться в изучаемый материал полностью, без остатка, чтобы ни один твой волос не оставался над поверхностью, то тут же перед мысленным взором открываются необъятные просторы непаханой нивы. Вот оно, безкрайнее поле для творчества, работай, твори!..

Довольно длительное время я работал с берестой в общепринятом, привычном направлении: стаканчики, шкатулки, туеса и пр. Варьировал лишь с внешним оформлением, год за годом экспериментируя с орнаментом и стилем. И жизнь моя в это время была привычная и монотонная. Всё было хорошо и спокойно до тех пор, пока в голову не пришла шальная идея: а почему бы не сделать из бересты крынку для моло-

да работать над другими столовыми предметами. И я сразу же взялся за изготовление чайника. Вот работа, которая поглощает тебя целиком и полностью. Ты ни о чём ином и думать не можешь; с утра до вечера и даже ночью, во сне, также приходят идеи одна за другой. Забываешь обо всём!..

Затем процесс приобрёл лавинообразный характер, и появились берестяной бочонок, бадейка, братина и, наконец, самовар из бересты. В нём нельзя было кипятить воду, но разливать кипятком по берестяным чашкам, делая заварку в берестяном чайнике, — одно удовольствие. Спустя три года я разработал и сделал первый берестяной самовар, не уступающий своему медному самоварному предку. С трубой, с дымом — всё как положено. Вода вскипает от сгорающих щепок или шпешек в стальном титане. Остальное — только береста.

Является моё искусство народным или нет — решать не мне. Я работаю с традиционным материалом, но в необычных для бересты формах. В оформлении изделий использую славянскую символику (обереги) и традиционные русские орнаменты. При этом стараюсь не нагромождать излишние



кружева орнамента, чтобы можно было увидеть сам материал, почувствовать его. Береста способна воздействовать на зрение, осязание и обоняние. Запах свежей бересты, разнообразная, хорошо подобранная гамма оттенков, теплота и нежность на ощупь — всё это не может оставить человека равнодушным. Любовь к берёзе, воспетая поэтами, не случайна. Душой мы родственны, землю сроднены. И мастеру надлежит выразить эту любовь так, чтобы она стала видна окружающим, чтобы чувства, вырвавшись наружу, обрели материальный облик в гармоничных формах и цветах, в песне узора.

В декабре 2010 года в Шадринске появилась берестяная мастерская «Честа», работающая под моим руководством. Постоянная выставочная деятельность по России и за рубежом вывела шадринскую бересту на широкий уровень известности, и теперь от приглашений со всего света нет отбоя. Изделия шадринской берестяной мастерской зачастую служат в ка-

честве подарков на самом высоком правительственном уровне. Шадринская береста на сегодняшний день хранится в Московском музее ДПИ, в Шанхайском музее центра промыслов и ремёсел, в Тульском музее самоваров, в Екатеринбургском и Челябинском музеях изобразительного искусства, в музее Русского географического общества, в Чебоксарском государственном художественном музее, в Шадринском краеведческом музее, а также в многочисленных частных коллекциях по всему миру.

И всё это — обычная береста, верхний слой коры берёзы. Удивительная и волшебная. Только она может глубоко проникнуть в русское сердце и тронуть спрятанные там струны памяти. И это не выдумки. Это воспоминание Рода, воплощённое руками потомка в рукотворное изделие.

**Владимир МАХНЮК**

г. Шадринск, Курганская область  
<https://nashural.ru>



**З**а многими с виду привычными и повседневными словами порой прячутся такие смыслы, которые большинством из нас перестали восприниматься в полном объёме. Любовь, совесть, истина, свобода — за каждым из них у отдельно взятых людей стоит, как правило, своё, зачастую урезанное понимание, а всякие беседы об этом уже философские категории. Но мне бы хотелось заострить внимание на таком понятии, как мировоззрение. Что это вообще такое, почему формирование правильного мировоззрения так важно для человека и как узнать, что является правильным, а что нет.

Наш мир объективен. Это значит, что его существование не обусловлено нашими о нём представлениями и знаниями. Вне зависимости от того, появились бы мы на свет или нет, кардинально ничего бы не изменилось, законы физики, математики и природы в целом работали бы абсолютно одинаково. В масштабах Вселенной наличие вида человек разумный на планете Земля так же кардинально ничего не меняет, существование звёзд, планет и галактик — не наших рук дело, и повлиять хоть сколь-нибудь значимо на существование звёздных систем мы не в состоянии. Мы можем лишь изучать эти явления настолько, насколько нам позволяет уровень развития цивилизации. Другими словами, наш мир наделён всей полнотой знаний о самом себе, он объективен и самодостаточен, он именно такой, каким является вне зависимости от наших представлений о нём.

Мировоззрение каждого человека строится из всей совокупности его знаний и представлений об окружающей реальности. Любые факты, теории, законы, алгоритмы, программы, отрасли деятельности и науки, с которыми мы сталкиваемся, — это кирпичики, формирующие наши представления о реальности, которая объективна по своей сути. Т.е. мировоззрение — это всего лишь проекция, некий образ объективно существующей реальности в наших головах. Для формирования представлений о мире нам даны пять чувств с определёнными ограниченными спектрами восприятия, а также разум, который позволяет нам выходить за пределы этих спектров в познании. Сегодня никто не оспаривает существование радиоволн, инфракрасного излучения, радиации, хотя наши чувства не способны их воспринимать. Это результат работы человеческого разума, создавшего вспомогательные приборы и устройства для измерения и использования не воспринимаемых нами, но объективно существующих явлений.

Вопрос правильности мировоззрения состоит в том, насколько соотносится лично наше представление о мире с тем, каковым он является на самом деле. Это обуславливает качество жизни в целом, независимо от того, задаёмся мы такими вопросами или нет. Критерием же правильности является практика жизни. Многие не желают задумываться о вещах глобальной значимости и охватывать в измышлениях большие категории, но это не значит, что процессы, происходящие в этих категориях, не оказывают влияния на конкретно их существование. Во-первых, всё взаимосвязано, мир один и целостен. Во-вторых, как говорится,

чем больше ложь, тем охотнее в неё верят. Очень часто из-за желания подняться выше в своём понимании и посмотреть на проблему (предмет спора, явление) с высоты птичьего полёта люди бывают не способны увидеть всей полноты картины, предвидеть последствий своих действий и становятся жертвой масштабного надувательства или просто соучастником несправедного дела в обход собственного сознания.

Какие функции несёт осмысленное формирование мировоззрения? Простой пример. Вы устраиваетесь на новую работу. Для вас там всё новое, вы пока

длительности жизни человека и потому видны и осмысляемы. Такие процессы называются высокочастотными. Гораздо сложнее объять и осмыслить так называемые низкочастотные процессы, которые длятся десятилетиями, столетиями, тысячелетиями. По отношению к человеческой жизни процесс становления мировоззрения — низкочастотный, потому многими не осмысляется как важный, а иногда и вообще как существующий.

В рамках планеты система управления обществом в целом поддерживает алгоритм разобщения всех со всеми. Иногда это

гих явлений и действий, где любая случайность, как правило, оказывается непознанной закономерностью. Где кубики, из которых строится наше представление о действительности, образуют единую картину, и даже если в какой-то области кубиков-знаний не хватает, то это не меняет картины в целом, а наличие недостающих кубиков сделает уже существующую картину более детализированной.

В этой модели есть также очень важный нюанс. Мы с вами всего лишь одна из многочисленных форм жизни. Нас уже семь миллиардов, и мы — неотъемле-

ны мира следует менять точку зрения, исходные позиции. Если все наши знания не рассыпаны как попало, а взаимосвязаны и упорядочены в единое целое, то при взгляде, скажем, с иных масштабов восприятия вместо того, чтобы рассыпаться на мелкие составляющие, она только приобретёт новые детали, станет объёмной, интерактивной.

К примеру, мы можем освободиться от многих глобальных капканов и заманух наподобие алкоголя и табака, просто взглянув на явление с разных мировоззренческих позиций. Всем доподлинно известно, что это вред-



## Что такое мировоззрение и почему так важно его совершенствовать

ещё ни с кем не познакомились, не знаете, как всё устроено и заведено, словом, ещё не влились в коллектив. По мере пребывания на своём рабочем месте вы будете всё больше узнавать о структуре компании, о коллективе и взаимоотношениях в нём, постройте свои собственные, выработаете какие-то автоматизмы, алгоритмы взаимодействия с сотрудниками и с предметом собственно труда и т.д. и т.п. Чем более детализированнее будет становиться ваше представление о новой работе, тем более эффективно вы начнёте выполнять свои задачи. Большее понимание среды обуславливает большие возможности в принятии собственных решений, даёт способность реагировать на внештатные ситуации и оценивать свои действия и возможности наперёд, предвосхищая последствия. Иначе говоря, в целом понимание среды повышает эффективность вашего труда на рабочем месте.

Аналогичный процесс, но длиною в жизнь, можно назвать мировоззренческим становлением. Отличается он от адаптации на новом рабочем месте исключительно своим масштабом и длительностью. Каждый человек способен распознать процесс периодичностью в один час, день, неделю, месяц. Изменения в рамках подобных процессов происходят быстро по отношению к

называют принципом «разделяй и властвуй». Образовательная система «для всех» не учит нас воспринимать мир единым и целым, а реализует прямо противоположную цель — не дать сформировать единую картину мира. Все предметы и науки изучаются оторванными друг от друга, а разрозненные факты и даты образуют в голове такую безформенную кашу, что мир нам представляется одной большой лотереей, где всё случайно и непредсказуемо, а цивилизация развивается спонтанно и хаотично, сама собой. В быту мировоззрение, сформированное подобным образом, называется «калейдоскопичным» и является абсолютно несостоятельным для полноценной и осознанной жизни в обществе ввиду неспособности обладателями такого мировоззрения видеть дальше своего носа. Управление долговременными низкочастотными процессами для них недоступно, т.к. в таком представлении о мире отсутствуют всякие взаимосвязи и закономерности, на основании которых можно было бы вести подобную деятельность.

Альтернативой такому воззрению является «мозаичная» модель миропонимания — осознание целостности и неделимости окружающей нас действительности, где всё обусловлено всем, где каждый процесс является результатом одних и причиной дру-

мая часть этого единого и целостного мира. Мозаика мировосприятия по определению не может строиться от собственного «Я», поскольку это создаёт противоречие с единством всего и вся, при таком понимании на Земле было бы семь миллиардов разных мозаик, но по факту мы все лишь разноцветные стёклышки одного большого витража. Мы можем только догадываться, что или кто является венцом всего существующего, некая наивысшая форма сознания, от которой по иерархии вниз распространяются все формы жизни во Вселенной. Глупо считать, что человек является таковым хотя бы потому, что он ограничен пятью чувствами, что он никогда не узнает, сколько объективно существует на свете явлений, недоступных его пониманию.

Невозможно переоценить важность крепости и стройности мировоззрения для человека. Чем больше мы стремимся познать и узнать о нашей действительности, чем больше общего наша картина мира имеет с объективной реальностью, тем меньше проблем и противоречий будет поджидать нас на жизненном пути. Образ бытия как проекция объективной картины мира на плоскость сознания подразумевает собой плоскую картину. Для более полного представления этой многомерной карти-

но. Но не все осознают, что это яд, и уж совсем немногие распознают их как оружие геноцида, целенаправленно внедрённое в общество циничными владыками мира сего по принципу «разделяй и властвуй» для подрыва генофонда и блокирования личностного потенциала развития каждого из нас, выкашивающее сотни тысяч наших сограждан ежегодно. Три взгляда на явление: вред — яд — оружие геноцида — являются различными по масштабам, но только осознание последнего, самого объёмного взгляда даёт наиболее полное понимание сути данного явления и целей, которые оно осуществляет.

Это лишь один пример. Чем осознаннее и осмысленнее человек подходит к пониманию окружающего мира, тем сложнее становится его обмануть не только по мелочи, но и по-крупному.

В век интернета возможности самообразования поистине безграничны. В отличие от телеканалов и газет, где информация проходит массу фильтров, прежде чем попасть на экран или разворот, интернет не имеет главного редактора, и информацию можно получать из первых уст. Мы больше не едим, что дадут, мы свободны выбирать. Учитесь и развивайтесь!





Урочище Сундуки, известное как сибирский Стоунхендж, расположено в пойме на берегу Белого Июса в Республике Хакасия и представляет собой комплекс поверхностных археологических объектов, сочетающих могильники, наскальные рисунки и специальные сооружения, которые все вместе являются фактически прибором наблюдения за небом, астрономической обсерваторией древних людей. Почти всё — и могильные камни, и рисунки — служит главной задаче древних астрономов: наблюдению за звёздами, солнцем и луной.

Профессор Виталий Ларичев из института археологии и этнографии Сибирского отделения Русской академии наук, утверждает, что строение, возраст которого составляет около 16 000 лет, имело не только огромное религиозное значение для людей, живших в этих местах, но и было местом наблюдения за звёздами. На вершине каждого из восьми пиков лежит гигантский камень, похожий на ящик или сундук, отсюда и название.

Комплекс насчитывает несколько наблюдательных площадок, два варианта «солнечных часов», календарь, жизнеописание великого воина, отражающее мифологию древних, а также множество объектов и артефактов непонятного назначения.

Территория археологического комплекса сочетает в себе наслоение нескольких культур и эпох, от древнейшего европеоидного до скифского и хакасского периодов.

Жемчужиной комплекса является «Белая Лошадь», расположенная на горе Каратаг (Чёрная гора), рядом с грядой Сундуки. Этот наскальный рисунок, выполненный по уникальной технологии, по мнению профессора археологии В. Е. Ларичева, насчитывает от 17 до 30 тыс. лет и представляет собой проекцию созвездия Льва.

Объекты Сундуков будят воображение и заставляют по-новому взглянуть на нашу древнюю историю.

Перед Сундуками огромная поляна, ступать на которую могли лишь жрецы. Хакасы боялись этого места и никогда сюда не ходили. В древности на поляне жрецы вели наблюдения. Каждая выемка на скальном уступе, как считает учёный Ларичев, — это удобное место наблюдения за определённым созвездием. Согласно гипотезе того же Ларичева, в системе 20 Сундуков. Наиболее популярны и доступны лишь пять.

Пятый Сундук — самый южный из всех. Перед ним расположена большая группа могильников. Пятый Сундук полностью связан с движением Солнца. Это Сундук Времени. Здесь встречали Новое Солнце, шаманы проводили обряды поклонения ему. До сих пор

осталась тропа, по которой ходили жрецы на пятый Сундук, куда были направлены солнечные лучи. Там изображены змея и дракон, разделённые на шесть частей.

Виталий Ларичев полагает, что этот Сундук — древние часы человечества. Интересна и его гипотеза о том, что весь сибирский фольклор начинался когда-то вот здесь, на Сундуках. Помимо того, здесь множество астрономических площадок, с которых древний человек вёл наблюдения за основными космическими светилами.

Четвёртый Сундук представ-

бири, не пользуясь инструментами, использовали гигантские скалы и щели в них для своих расчётов и наблюдений. Он утверждает, что нашёл многочисленные древние солнечные и лунные обсерватории по всем Сундукам.

С Сундуков открывается прекрасная панорама на степь с сетью оросительных каналов, по которым бежит чистая (её действительно можно пить) и очень холодная вода. Эти каналы были сделаны руками древних хагасов-земледельцев (II–VI вв. н. э.), и до сих пор основная их сеть нор-

# Урочище Сундуки — древняя обсерватория



ляет собой целый сборник эпоса из жизни воина: его рождение, развитие, участие в охоте, битвах, победы и гибель. Такое не часто встретишь. Обычно бывают изображены отдельные сюжеты.

В окрестностях найдены остатки захоронений, и есть все основания полагать, что этот герой был реальным.

Памятник, по мнению Ларичева, относится к поздней тагарской культуре II — начала I века до н.э. Сейчас, к сожалению, от этой стены остались только фрагменты. Этот Сундук символически называют горой прошлого, настоящего и будущего. Именно здесь можно, по преданию, соприкоснуться с верхним и нижним мирами.

Первый Сундук — наиболее красивый и значимый в гряде в обрядовом и астрологическом смысле. Именно здесь располагалась «мировая гора» — астрологическое святилище, включающее жреческий храм и древнейшую обсерваторию.

Между Первым Сундуком и горой Каратаг расположены остатки загадочного Некрополиса (города мёртвых) — особой системы могильников, построенных для астрономических наблюдений.

Украшением Некрополиса служит большой менгир в форме лошадиной морды с изображением космической символики тагарской эпохи.

Профессор Ларичев считает, что древние астрономы Си-

мально функционирует. Вообще об этой долине ходит множество легенд. Достоверно известно, что в ней долгое время жил могучий народ, который строил каменные дома, крепости и умело использовал природные сооружения.

На северо-востоке от Первого Сундука километрах в десяти находится гора Кобякова, на вершине которой расположена загадочная «крепость», использовавшаяся не как оборонное, а скорее как магическое сооружение. Длинные валы метровой высоты из камней отгораживают сакральное внутреннее «помещение» от прочего мира.

Из «крепости» идёт тропинка к небольшому ущелью, где расположено «святилище Солнца» тагарской эпохи, с четкими рисунками солнечного божества и его жрецов.

У подножья Кобяковой горы, на высоком берегу Июса, находится один из самых загадочных астрономических приборов данной местности, т. н. «Лимб», состоящий из больших камней, установленных по дуге.

Также представляет интерес комплекс «Кинжал», лежащий на севере от Сундуков.

Всё здесь за десятилетия многократно исхожено и просмотрено — шаг за шагом, километр за километром, вдоль и поперек, и потому, кажется, не отыскать около пламенно-красноцветных песчаниковых гор нечто новое. Но, видимо, неисчерпаемы сокрови-

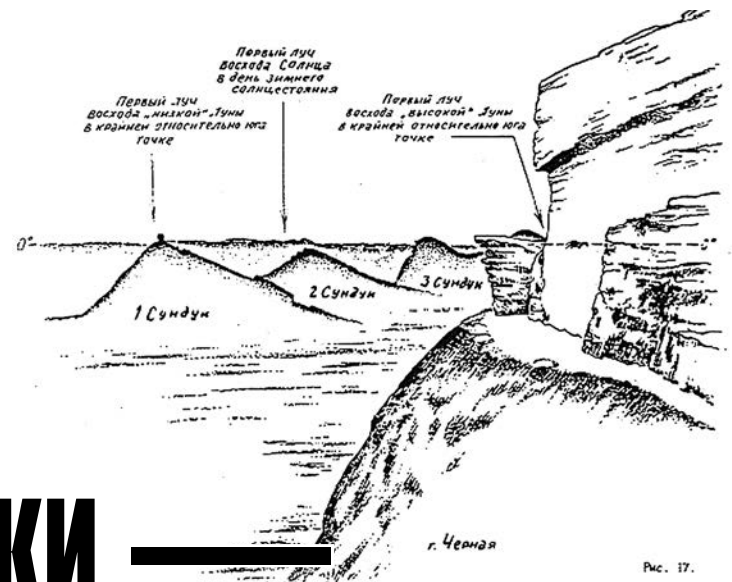
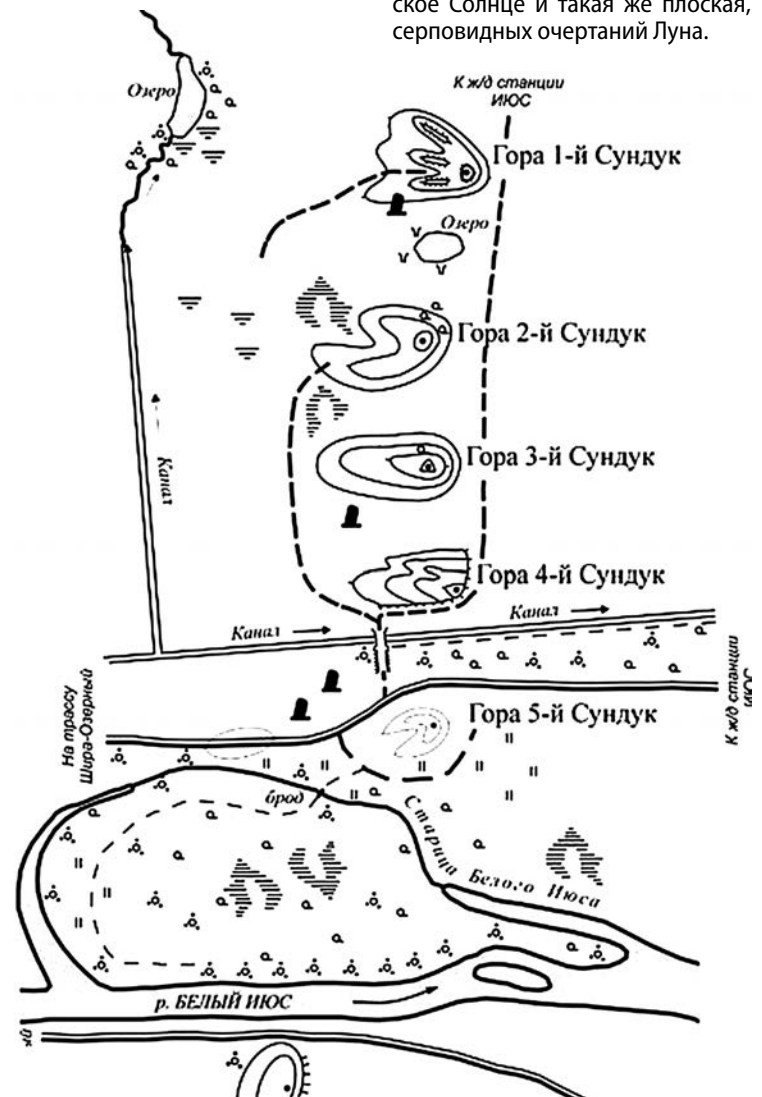


Рис. 17.

шего божества, и 13 округлых символов светил, позволяющих считать время по Луне и Солнцу в течение года и трёх лет. Площадки храма доселе сохраняют от непогоды потолок — массивная песчаниковая плита, а у основания его лежат многотонные блоки — во плённые в камне круглое плоское Солнце и такая же плоская, серповидных очертаний Луна.



ща скальных Сундуков, ибо каждый очередной полевой сезон не обходится без сюрприза.

Таким сюрпризом в 2005 году стало открытие «храма «Сотворения Мироздания» там, откуда как на ладони просматривается Первый Сундук. На одной из двух площадок его, сплошь покрытых многофигурными композициями из разного вида зооморфных и антропоморфных изображений, была запечатлена уникальная для наскального искусства Сибири величественная картина. В центре её размещена главная компонента сюжета, повествующего о сотворении Вселенной, — овальное, вертикально поставленное яйцо. Внутри него вписаны правильный круг вод Океана и сфера Земли, а в непосредственном соседстве с ним разместились семь фигур первозданных богов. Тут же выбиты рисунки хищного орла с головами быков у концов широко расставленных крыльев, человека с поднятыми к Небу руками, выс-

Египетские пирамиды всегда были для людей синонимом великих достижений предков в становлении протонаук и духовных канонов. Сибирские Сундуки, сотворенные Природой чрезвычайно остроумно, без особо тяжких усилий обустроенные древними людьми, заслуживают не меньшего почитания. Такое утверждение справедливо ещё и потому, что, как выяснилось, первобытный человек севера Азии начал оценивать их «небесный аспект» задолго до появления на берегах Нила рукотворных феноменов, во мраке полутора десятков тысячелетий древнекаменного века, когда в котловине «Первозданной Земли» Июса бродили мамонты и шерстистые носороги.

Это только краткое описание того, что входит в культурное наследие «Сундуков», переоценить значимость этого археологического памятника невозможно.

**Виктор МАКСИМЕНКОВ.**  
<https://salik.biz>







# 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

✓ **НАТУРАЛЬНАЯ ПРОДУКЦИЯ РОДОВОГО ПОМЕСТЬЯ ИБАТУЛЛИНЫХ.**



**КЕДРОВАЯ:** масло кедровое, жимка, живица, настоящая на кедровом и растительных маслах, орешки в скорлупе и очищенные ядрышки.

ЖимкоМёд – суперфуд жимка с мёдом. Шишки семенные кедровые и кедрового стланика.

**Мука цельнозерновая, смолота на мельнице с каменными жерновами из зерна класса ОРГАНИК (БИО):** пшеничная и ржаная. Крупа. Зерно.

**Натуральная косметика ручной работы:** мыло домашнее, кремы-бальзамы, шампуни и гели.

**Пихтовое масло и пихтовый водный экстракт.**

**Башкирский мёд.**  
**Доски** поварские разделочные и декоративные из массива доски.

Для жителей Родовых поместий — специальное предложение.  
Альберт Ибатуллин, ПРП Чик-Елга, Башкортостан.

Тел. 8-905-351-31-25. Полный перечень продукции с описанием и фото смотрите на странице: vk.com/ibatullin3000.

✓ **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.;  
• **ГРЕЧИШНЫЙ МЁД** — 280 руб.;

• **ЦВЕТОЧНЫЙ МЁД** (более тёмный) — 230 руб.;

• **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 прода-

жам) — 190 руб./л;  
• **ОРЕХ ГРЕЦКИЙ** — 190 руб.;  
• **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.;

• **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** (консистенции «масло»). Основные медоносы: ива, иван-чай, донник, липа, лесное разнотравие. Забираем 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 витаминный с ягодами рябины и листьями сморо-

дины — 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, Melissa, 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, Melissa — 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 ВКонтате <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-даля 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 стлан-**

**ника**, 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](http://eco-trapeza.ru).

Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

## Участки, Дома

✓ **ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ** Милое в Калужской обл., Юхновском районе, от Москвы 5 часов.

Отсутствие ж/д и 3 км бездорожья обеспечивают тишину и безопасность глуши. Чудесные смешанные леса, медовое разнотравье, родники, ручьи и речка. Место на пригорке. Возделанная, удобренная земля. Электричество, интернет, колодец.

Двухэтажный деревянный дом с русской печкой, отдельно — полностью оборудованная кухня и баня.

Огород, яблони, ягодные кусты, теплица, хозяйстройки. Большая библиотека. Кот, собака, куры, коза.

В деревне 6 домов дачников-москвичей, не стремящихся к общению. Зимуют два старика. Магазин и школа в 10 км.

Место сильное, наработанное, отвечает на вопросы, исполняет желания, но не всякого примет.

Сильно озабоченным бумагами — не беспокоиться. Документы подготовлены, земля поселения. Будет охота платить государству — разберётесь сами.

Есть землеустроительный проект на 10 га в землях поселения. Вокруг полно свободных полей, но поместье одно. На расстоянии 2 км просветлённые люди общества СаиРам оформили землю и проводят выездные лагеря.

Я счастливо прожила здесь 11 лет, выросла детей и внуков, мне пора на новый виток. Переезжаю в дальние края и ищу для Милого хозяев и жителей. Рассчитываю на компенсацию, обсуждаемую.

Можете уточнить некоторые вопросы по тел. 8-926-794-6630 или почте [youzhe@yandex.ru](mailto:youzhe@yandex.ru), моём профиле в фейсбуке.

Однако решения только на месте: деревня Куновка, Юхновский район.

Всё лето будет действовать благотворительная домашняя распродажа: одежда, книги, музыкальные инструменты и другое по цене 100–1000 руб. и раздача подарков.

Прошу предупредить о приезде.

Юлия Жемчужникова.

✓ **ПРОДАЁТСЯ ДОМ** в посёлке Псебай Мостовского района Краснодарского края: 51 м<sup>2</sup>, летняя кухня с ванной и душем, дровник с дровами (две машины), газовое отопление, бассейн. Участок обнесён рабицей на железных опорах.

Три кирпичных сарая, птичник

из пенобетона 4x5 м; баня 5x6 м; гараж со смотровой ямой, летний душ. Сад, ягодники, немного земли под картофель и овощи. Каркас металлический для теплицы.

Цена 3 млн. руб. Подробности в письме.

352585, Краснодарский край, Мостовской район, пос. Псебай, пер. Южный, д. 34. Анна Ивановна Сергеева.

✓ **ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ** в поселении в Хакасии. Участок земли 1 га, дом 120 м<sup>2</sup>, в стадии строительства: есть крыша, потолок, пол, скважина. Ходит школьный автобус до райцентра.

Тел.: 8-912-445-2611 — Людмила, 8-902-012-4802 — Надежда.

✓ **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 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 собственности.

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 м<sup>2</sup>, 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.





## 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** кедров 35 руб./шт. и пихты по 25 руб./шт.

Минимальный заказ 100 корней (можно, например, 50 кедров и 50 пихты).

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 кедр 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 кедр 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 страничка в интернете <https://vk.com/tima888g>. Родовое поместье Кинжеевых,

д. Иткара, Яшкинский район.

## Экотуризм

✓ Приглашаем в **УНИКАЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ В СКАЗКУ-2019 «НЕИЗВЕСТНАЯ ЦИВИЛИЗАЦИЯ: ДОЛЬМЕНЫ»** к морю и дольменам Сочинского национального парка! Цель поездки — самосовершенствование, познание самого себя, решение своих внутренних задач и поиск ответов на свои вопросы через непосредственное общение с людьми, ушедшими в Вечность — мудрецами дольменов.

Размещение в посёлке на берегу моря, походы и поездки в горы, за 11 дней — посещение около 30 дольменов. Ночлеги у дольменов (по возможности), походы по уникальному субтропическому лесу, проводник — лесник. Сопро-

вождение — человек, общающийся с мудрецами дольменов.

В группе до 12 человек.

Стоимость 21100 руб. (трансфер от ст. Лазаревская и обратно, проживание в трёхместных номерах посёлка Нижнее Макапсе Лазаревского района, транспортно-экскурсионное обслуживание, походы, сопровождение, отдых на море, проработка психосоматических проблем (по запросу человека).

Тел.: в Челябинске — 8-951-78-76-773; 8-919-349-8385;

в Сочи — 8-918-100-64-02.

Даты поездок: 17 июня — 27 июня, 1–11 августа, 12–22 августа, 1 сентября — 11 сентября.

Время в дороге до ст. Лазаревская не входит в период путешествия и осуществляется самостоятельно. Дополнительно — КРУГЛОДОЛЖНО (по договорённости) возможны индивидуальные либо семейные походы и путешествия к дольменам.

## Разное

✓ **ПРОДАЮТСЯ КОЗЛЯТА**, козы чешской и других пород.

Тамара, тел., WhatsApp 8-908-932-1059;

Александр, тел., WhatsApp 8-923-528-7000 (Кемеровская область, Плотноково). —

✓ **КУПЛЮ СЕМЕНА РЖИ СТАРИННЫХ СОРТОВ** на посадку весной или обменяю на семена.

Тамара, тел., WhatsApp 8-908-932-1059;

Александр, тел., WhatsApp 8-923-528-7000.

✓ **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. Валяевой; развивающие правильные ИГРЫ для детей; **ЭКО-КОСМЕТИКА ЯГА.**

Интернет-магазин «БлагоДарья» — [blagodarja.ru](http://blagodarja.ru). Тел. 8-918-082-4515, Лидия.

## ПРП Доброе приглашает друзей!

Поселение — это большая семья, где каждый живёт своим трудом, но все объединены общей идеей — совершенствованием среды обитания и жизнью в Родовом поместье.

Поселение находится на юге Ярославской области в излучине полноводных рек Нерль и Кубрь. 130 км от Москвы, 60 км от Сергиева Посада.

Поселению уже 8 лет. За это время к нам присоединилось 46 семей, 7 живут постоянно. Построено

## «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, 8-906-407-8037.

**Дзержинск, Нижегородская область.** Степыкина 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, 8-958-835-6569.

**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 Гуган, 8-913-173-1934.

**Москва.** «Уголок «Анастасия», Калинин А. Н., 8-905-510-1027.

**ОРЕЛ.** 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. Екатеринбургская, 180, тел. 8(342) 236-26-87 (книги и газеты), [www.ecomir.perm.ru](http://www.ecomir.perm.ru), [ecomir@perm.ru](mailto: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, 8-960-592-4325.

**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.

27 капитальных домов, 7 км дорог, проведено электричество.

Решения принимаем на Вече. Стараемся быть добрыми соседями. Преимущественно вегетарианцы, ведём здоровый образ жизни, заботимся об экологии, восстанавливаем леса, сторонники природного земледелия и пермакультуры. Ждём в гости, есть свободные участки под Родовое поместье.

Контакты: тел.: 8-905-130-8064, 8-960-540-8109; [dobroe76@bk.ru](mailto:dobroe76@bk.ru), [vk.com/dobroe76](http://vk.com/dobroe76).

## Издательство Светланы Зениной

[www.zeninasvet.ru](http://www.zeninasvet.ru)

### Новинки



«Северный сад. Сотворение чуда своими руками». Валерий Железов. 270 с., илл. — 600 руб.

«Живые Души дольменов». Шершукова Т. 104 с., илл. — 180 (160) руб.

\* \* \*

«Со светом по Свету. Часть 1. Пособие для Ведущих хороводно-игровых праздников». Гавриленков 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., илл., — 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., илл. — 180 (150) руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 360 руб.

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., илл. — 150 (135) руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльникова А. 100 с., илл. — 277 (250) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., илл. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., илл. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., илл. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., илл. — 300 (260) руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 120 (100) руб.

«Тайны, поведенные волком» (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., илл. — 220 (180) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Геленджикский район Краснодарского края». 144 с., илл. — 220 (180) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». 144 с., илл. — 220 (180) руб.

дольменов». «Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 2». 144 с., илл. — 220 (180) руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., илл. — 220 (180) руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 2-е изд., 88 с., илл. — 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., илл., № 1, № 2, № 3 — по 200 (180) руб.

«Асана Бога» (теория и практика його). Афонин В. 648 стр., илл. — 400 (350) руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 (75) руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., илл. — 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., илл. — 180 (160) руб.

«Тропинка. Рассказы». Макеев Н. 96 с. — 60 (50) руб.

«Зарянка». Перьков А. А. 32 с., илл. — 140 (125) руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Перьков А. 56 стр., цв. илл. — 180 (160) руб.

«Севкины героини. Побывальщины для детей». Перьков А. 80 стр., цв. илл. — 150 (130) руб.

«Врагабой». Славянская сказка для детей. Перьков А. 80 с., илл. — 200 (180) руб.

«Сквозь лабиринт времён. Остров Веры». Юнцова О., Бояринцев И. 296 с. — 250 (235) руб.

«Часть 5. Сквозь лабиринт времён. Легенда о бабичке». Юнцова О. 200 с. — 100 (90) руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грань 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 Землян» (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 АВТООТВЕТИК:**

**8-960-650-9990**

— форма заказа в интернет-магазине издательства [www.zeninasvet.ru](http://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](mailto: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 № 853.

Подписано в печать 6.05.2019 г. По графику — 18.00, фактически — 18.00.

Выход в свет 7.05.2019 г. Тираж 3000 экз. Цена свободная.

Учредитель и издатель — Светлана Васильевна Зенина

И. о. главного редактора — Д. Ю. 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](mailto:book@zeninasvet.ru),

[yad-zem@zeninasvet.ru](mailto:yad-zem@zeninasvet.ru) — материалы для публикации, письма,

[zemarka@zeninasvet.ru](mailto:zemarka@zeninasvet.ru) — объявления в рубрику «Ярмарка».

Сайт: [zeninasvet.ru/rodzem](http://zeninasvet.ru/rodzem), [http://vk.com/rodovaya\\_zemlya](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>.**

**ПР-602 по электронному каталогу «Почта России»**





- приезд за 2–3 дня до начала фестиваля для подготовки площадки;
- отъезд через 1–2 дня после окончания уборки площадки;
- участие в работах по своему профилю в течение фестиваля.

**Как проехать на фестиваль**

- На машине: из Москвы по Варшавскому шоссе до Мценска. Проехать через город до поворота на Болховское шоссе. Едете примерно 10 км по Болховскому шоссе, затем поворачиваете на-



**Ф**естиваль «Радость жизнь» проходит в живописном месте, на высоком берегу реки Зуши, что в нескольких километрах от древнего города Мценска (ПРП Междуречье, Мценский район, Орловская область).

Наш фестиваль — неделя активного отдыха и развития. Замечательная природа нашего поселения, удивительные просторы, купание в реке, мастер-классы, духовные практики, концерты позволят вам прекрасно провести время и зарядиться позитивным настроением, радостью на целый год. Чудесный пейзаж, который открывается с высокого берега фестивальной поляны — непроглядный горизонт, поля, лес, деревня с загадочным названием Марс, — надолго останутся в ваших сердцах!

Одним из самых запоминающихся и спланированных событий

на нашем фестивале стала уже традиционная «Зарница». Благодаря этой игре участники получают возможность проявить себя, сблизиться с совершенно незнакомыми людьми, сдружиться и стать настоящей командой.

На фестиваль уже в четвёртый раз приедет Марат Нигматуллин — музыкант, исполнитель песен, весёлый и романтичный, открытый и искренний, одним словом, настоящий джедай, который делает добро, в ответ ничего не ожидает и никогда не гасит яркий и добрый свет своей Души, дающий всем, кто слушает его песни, тепло и радость, Радость Жизни!

Мы будем проводить казачий вар — незаслуженно забытый сегодня способ коллективного обучения азам поведения в бою. Казачий вар пробуждает мужскую энергию, заряжает дух, снимает эмоциональные блоки и уравновешивает разум, вываривает стра-



хи, слабость, придаёт уверенность и силу.

У женщин — свои практики, у мужчин — свои.

Организаторы фестиваля приглашают добровольцев!

Требования к добровольцам:

**Стоимость билета** составляет 4000 рублей, действуют скидки. По вопросам оплаты участия на фестивале пишите Татьяне Ивановой <http://vk.cc/4wZbXH>.

По остальным вопросам звоните по телефонам 8-962-475-11-77, 8-926-123-85-25.

право на д. Шашкино. Через 8 км — поворот направо по указателю «Междуречье». Далее следуйте указателям.

• На общественном транспорте: до Мценска ходят ж/д поезда (смотрите расписание на сайте РЖД: <http://pass.rzd.ru>).

Также через Мценск идут автобусы из Москвы, Тулы, Рязани, Калуги, Брянска, Орла, Курска, Белгорода.

Обращаем внимание на ресурс: <https://www.blablacar.ru/>, на нём можно найти попутку, иногда бесплатно, чаще просто дешевле и удобнее, чем на общественном транспорте.

Из Мценска идёт автобус до д. Шашкино в 6:25, 10:30, 14:27 и 17:10. Попросите водителя остановиться возле столбика «8 км» на повороте направо с указателем «Междуречье», ведущем на грунтовую дорогу.

**Ф**естиваль «Добрая Семья-2019» (Владимирская область, Судогодский район, д. Студенцово, РОО «Добрая Земля») открыт для всех, кто хочет оказаться в уютной семейной атмосфере, в очаровании русской природы. В нашем пространстве легко встретить свою пару, побывав на лекциях о гармоничных семейных отношениях, а также найти новых друзей на вечерах и хороводах!

Всех нас в этом году ожидает насыщенная и сильнейшая музыкальная программа.

**С нами будут** группы «Калинов Мост», «Отава Ё», «Аура Мира», «Хорошо да Ладно», Марат Нигматуллин, Таисия Краснопецева, Дмитрий Ибрагимов и многие другие зажигательные исполнители.

«Добрая Семья» — трезвая, охраняемая территория, где каждый человек оказывается членом большой семьи и ведёт себя ответственно и экологично.

На фестивале можно проснуться под пение птиц и шелест листвы на деревьях, а вечером посидеть у костра с чашкой иванчая в тёплой компании новых друзей.

Семьям с детьми у нас легко и интересно, потому что наши аниматоры и кураторы детского пространства будут участвовать с детками в играх, соревнованиях, конкурсах и разнообразных мастер-классах. В это время родители смогут посетить важные лекции о домашнем образо-



вани и гуманистическом воспитании детей.

В завершение фестиваля праздник Купалы вновь заиграет всеми красками под чудесные добрые песни. Вы вновь встретитесь с Бабой Ягой, Лешим, Водяным и другими персонажами, создающими неповторимый колорит праздника.

Чудеса традиционной культу-

ры представлены также мастер-классами по гончарному мастерству, кузнечному делу, резьбе по дереву, созданию обережных кукол и, конечно, широкой ярмаркой, на которой можно найти всё, что душе угодно!

Для тех, кто чувствует в себе неудержимое желание быть ещё ближе к фестивалю, у нас всегда найдётся место в команде добро-

вольцев.

**Организационный взнос** на все 9 дней:

- до 20 мая — 5900 руб.;
- с 21 мая по 20 июня — 6900 руб.

• с 21 июня — 7900 руб.

Парковка автомашины — 150 руб. в день.

Аренда палатки — 150 руб. в день, пенки — 50 руб. в день; за-

лог — 2000 руб. (количество ограничено).

**Стоимость оргвзноса:**

- при посещении одного дня без ночёвки — 790 руб. для 1, 2, 3, 5, 7 июля, 890 руб. — для 29 июня, 990 руб. — для 30 июня, 4 и 6 июля (праздник Ивана-Купалы);
- при посещении одного дня с ночёвкой — 1290 руб.

В стоимость оргвзноса входят: все концерты; основная часть семинаров и мастер-классов; охрана порядка; места для палаточного лагеря; питьевая колодезная вода и кипяток; туалеты; раздельный сбор отходов и вывоз в переработку; электричество для зарядки телефонов и другой маломощной аппаратуры; Wi-Fi; дневное дежурство фельдшера.

Дополнительно на платной основе организованы вегетарианский пункт питания; горячий душ; парковка (150 руб. в день); размещение в хостеле Добрай Земли или в гостевых домах на территории ближайших поселений Родовых поместий; частный извоз; пребывание на фестивале до и после времени проведения мероприятия (исключая волонтеров и технический персонал).

Мы ждём вас, друзья, и рады сотрудничеству!

Доброй Земли хватит на всех! Телефон 8-920-926-6611.

**Зарегистрироваться, купить билеты** или прочитать подробности о фестивале: <http://dobrayazemlya.ru/blog/events/festival-2019/>