

# Родовая Земля

ПЕРВАЯ  
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА  
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 4 (237), апрель 2024 г.

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



Путь  
в вечность

4

Идея рая  
на Земле

10

Сила  
Родового  
дерева

16

Мудрая  
поговорка  
индейцев

21

Возвращение  
к женщине

24

Ключи к  
управлению  
жизнью

26

## ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН



Человек-невидимка потому невидим,  
что человечности в нём нет, а не тела...

В жизни мы часто сталкиваемся с непониманием и недоверием, зачастую это приводит к появлению агрессии и неоправданной жестокости. Мы учимся защищаться и отстаивать свои интересы, тем самым незаметно для себя включаемся в весьма деструктивный процесс. Если взглянуть на всё происходящее на нашей планете со стороны, легко прийти к выводу, что Земля населена какими-то двумя видами человеческих существ, которых можно охарактеризовать как люди и нелюди. Если для одних насилие, причинение боли и страданий недопустимо, то для других, наоборот, это лучший способ утвердить своё превосходство, продемонстрировать право сильного диктовать свою волю. В этом заключается корень многих социальных явлений, например, капитализма, расизма, национализма, утверждающих превосходство одного класса, нации, расы над другими группами, народами, странами. И если в отношении слабого одни всегда готовы прийти на помощь и защитить, используя свою силу как данную свыше способность и священную обязанность, то другие непременно воспользуются силой с целью устрашения, подчинения более слабого и превращения его в раба — дополнительный ресурс для удовлетворения своих гипертрофированных потребностей.

Но, несмотря на все видимые различия, как ни странно, возможен переход из одного вида в другой. Происходит он посредством блокировки сознания человека, отключения определённых центров осознанности, отвечающих за разумную деятельность и душевную организацию. Это позволяет говорить о духовных и душевных мотивах поступков человека, как о чём-то эфемерном, своего рода атавизме, мешающем в полной мере ощутить себя властелином мира и насладиться состоянием превосходства. Блокировка определённых центров запускает механизмы, заключающиеся в реализации постоянного желания удовлетворить свои возрастающие амбиции. Возникает параноидальная зависимость — обладать ещё большими ресурсами (властью, капиталом).

В этой связи уникальным становится изобретение системы, в которой все материальные ресурсы конвертированы в денежном эквиваленте. Это намного упростило ход социальных процессов, ведь надо только напечатать нужное количество денежных знаков и тем самым обеспечить достаточную мотивацию на совершение любых действий.

стр. 2



# ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН

Окончание. Пачало на стр. 1.

Вспомним известное высказывание Карла Маркса: «Нет такого преступления, на которое не пошёл бы капитал ради 300% прибыли». И это было сказано всего лишь в отношении тех, кто стремится к обогащению. Но гораздо страшнее замыслы о безграничной власти. В арсенале этой категории представителей вида нелюдей находится уникальный инструмент, который в настоящий момент активно используется для внедрения технологии расчеловечивания.

А что же другая категория? Получается, она в этих условиях проходит своеобразный краш-тест, должна выдержать все испытания и не утратить человечность. А что такое человечность? Смотрим базовые настройки, об этом сказано во многих религиозных трактатах. После того как Господь сотворил небо, землю, весь растительный и животный мир, Он создаёт своё высшее творение — человека. И сказал Бог: сотворим человека по образу Нашему [и] по подобию Нашему (Быт. 1, 26). И создал Господь Бог человека из праха земного, и вдунул в лице его дыханье жизни, и стал человек душою живою (Быт. 2, 7).

С «прахом земным» всё понят-

но — это биологическая форма с её набором химических элементов в органических молекулярных структурах, где «дыхание жизни» запускает тот процесс, что отличает живую материю от мёртвой. Наконец, «и стал человек душою живою», из этого утверждения следует, что венцом творения является именно живая душа. Казалось бы, человек и живая душа — неразделимые понятия. Но из различных источников нам хорошо известно выражение «продал душу», характеризующее сделку человека прежде всего со своей совестью. В настоящее время в силу известных причин это понятие всячески размывается. Изначально же в русском языке оно обозначало совместную весть (данные свыше знания) — сведения, способные вести человека по жизни согласно его божественному предназначению. Уберём из слова «совесть» букву «о», получим весьма конкретное действие «свесть» в значении свести вместе, направленное на объединение. Из чего следует, что если в своих поступках и делах человек руководствуется своей совестью, интуитивным Божественным знанием, то его жизненный путь будет лежать на объединение с Богом, в сотворчестве, в соответствии с Его Образом и Подобием.

И, наоборот, утратив совесть (свод морально-нравственных правил), человек перестаёт жить ценностями своей души. Отныне его потребности становятся в плоскости материальных интересов и продиктованы низменными инстинктами, для удовлетворения которых он приобретает новое качество, характеризующееся способностью предавать: предавать своих родных и близких, друзей и товарищей, предавать свой народ и страну, предавать своё духовное начало и высшее предназначение. Живое творение Бога для человека с заблокированным центром осознанности превращается всего лишь в антураж. Варварское отношение к природе, садистские наклонности ко всем живым обитателям Земли, массовое уничтожение флоры и фауны, лесных и водных систем, отравление химикатами и истощение плодородия почв, организация войн, эпидемий, геноцида, террора, пропаганда смерти и насилия, легализация извращений — всё это плод воображения и дело рук самого страшного вида на земле — человека, лишённого совести. Утрата высших божественных смыслов, блокировка центров сознания, потеря осознанности в глобальном масштабе ставят человечество на грань экологической катастрофы,

ведь уничтожение природы достигло чудовищных масштабов. А моральное разложение человеческого социума, внедрение технологии расчеловечивания лишь усугубляют происходящее.

Необходимо глубоко задуматься над тем, как прекратить дальнейшее распространение психического заболевания, в настоящее время массово поражающее сознание человека? И это могут сделать только те люди, которые ещё не утратили совесть — осознанности своего предназначения. Именно они должны инициировать процесс очищения и просветления сознания, достучаться до сердца каждой спящей души, попытаться вернуть её к жизни в гармонии со своим высшим предназначением, привести в соответствие с Образом и Подобием Божиим. Повышение осознанности в духовном восхождении человека в православной традиции называется «стяжание духа святого». Известны слова Серафима Саровского: «Стяжи дух мирен, и тогда тысяча душ спасётся около тебя». И это правда, ведь в осознанном состоянии своего бытия человек становится словно камертон для окружающих, определяя действительность своей совестью, отмечая всё ложное и пагубное.

Интересное открытие в этой связи сделал выдающийся русский учёный Пётр Петрович Горяев, автор целого научного направления — лингвистико-волновой генетики. Он установил, что спираль ДНК — не что иное, как антенна, принимающая сигнал и в соответствии с ним выстраивающая ту или иную молекулярную

структуру. Как в малом, так и в великом, человеческий организм изначально настроен на высокую частоту, определяющую его существование и самосознание. Стремление жить по совести, с любовью относиться ко всей живой природе, с малых лет хранить честь и достоинство, формирует огромную силу духа и составляет тот духовный стержень человека, который вызывает уважение и является собой яркий пример для окружающих. Но смирение и кротость, сострадание и душевность, связанные с высокой духовностью, за долгие века ставшие элементом русской национальной культуры, зачастую воспринимаются недругами как слабость и отсталость. Отсутствие сребролюбия и самопожертвования трактуются ими как невежество, ведь все эти качества вступают в диссонанс с западным мировоззрением. А как Запад поступает в отношении слабого, всем хорошо известно. Вот и получается извечная причина постоянного противостояния России, её многонационального народа всему потустороннему миру.

Но нам в этой борьбе суждено побеждать, ведь на пути правого дела мы во все времена прежде всего руководствовались своей совестью! Сам погибай, а товарища выручай. На миру и смерть красна. Эти простые истины для русского человека не пустые слова, пока мы чтим завет предков — хранить Род, беречь Землю, держать Небо!

**Дмитрий ОРЛОВ (Митрадор)**  
ПРП Ладное, Судогодский район,  
Владимирская область  
<https://vk.com/vestnikr>

## Фестиваль «Перволетье»

с 4 по 9 июня 2024 года

Родовое поселение Большая Медведица,  
между Екатеринбург и Челябинском (100 км)

Приглашаем на юбилейный (десятилетний) ежегодный международный семейный фестиваль по возрождению народной культуры России!

Фестиваль «Перволетье» проводится с 2015 года около места Силы.

«Перволетье» (со слов участников) — это

- знакомство с замечательными людьми и единомышленниками;
- полезные практики и обучение важным жизненным понятиям;
- кладезь полезной информации;
- отдых, веселье и перезагрузка;
- праздник души, тела и духа;
- игры, танцы, хороводы, счастье и радость;

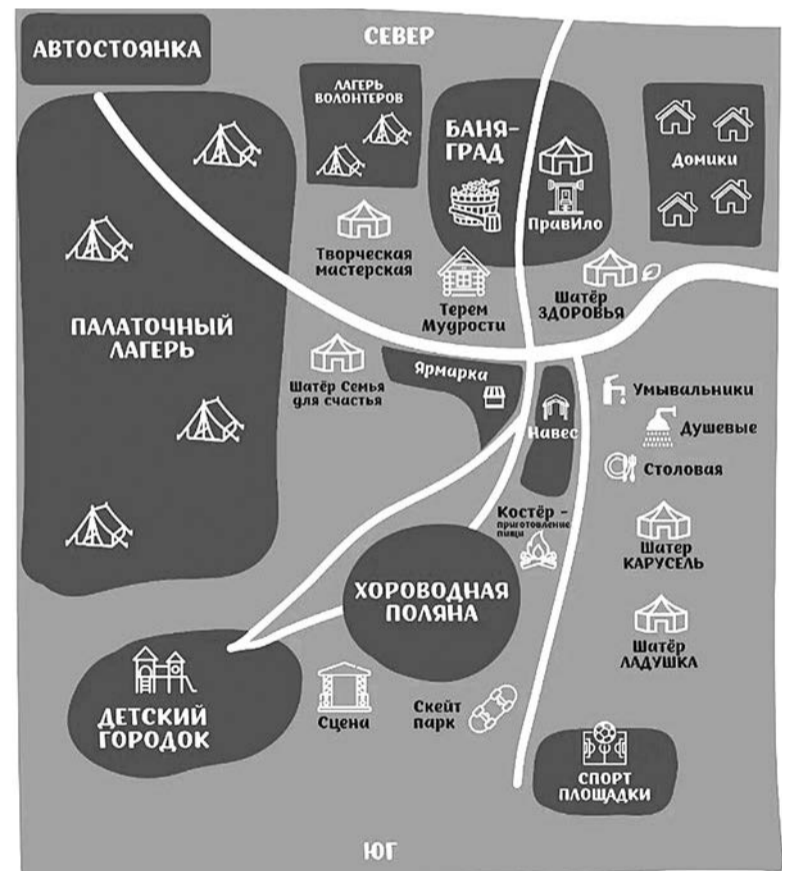
- заряд бодрости;
- свобода и раздолье для детей (можно отпустить и не беспокоиться за них);
- пространство тепла и радости;
- великолепные концерты и ведущий;
- светлые люди и душевное общение;
- гармония с природой, людьми, собой;
- доброжелательная атмосфера, где свободно, как дома;
- место, где переосмысливаешь жизнь;
- мощь единства Духа народа;
- единый мощный поток;
- атмосфера праздника, света, благодати, мудрости, творчества, радости.

Фестиваль «Перволетье» — особый мир!

### Программа фестиваля

- Девять площадок.
- Более 300 часов обучающих семинаров, лекций и мастер-классов.
- Концерты.
- Хороводы и вечёрки каждый день.
- Бани «Град».
- Гончарный городок.
- Воспитание и обучение детей.
- Йога-программа.
- Правильно и массажи.
- Детская и подростковая программы.
- Программа по восстановлению здоровья.
- Экскурсии на место Силы.
- Экскурсии к жителям поселения.
- Хождение по углям, стояние на гвоздях и пр.
- Молодецкие забавы.
- Бардовские песни у костра.
- Слёт половинок.
- Ярмарка ремесленников.
- Слёт гусяров.
- Мастер-классы по фехтованию и стрельбе из лука.
- Рукотворные и рукодельные мастер-классы.
- Свободный микрофон.
- Встречи у костра под гитару.

На юбилейном «Перволетье» вас ждёт самый большой хоровод за всё время проведения фестивалей в Большой Медведице



под песни Степана Усача, Светозара Евдокимова, союза Шадровых, Владимира Борисова и многих других. С участием Ивана Царевича и лучших хороводников Урала.

### Проживание на фестивале

Основное место проживания на фестивале — палаточный лагерь.

Место под палатку уже включено в стоимость участия.

Пожалуйста, привозите свои палатки, спальники, коврики.

Желательно иметь накидку от дождя, головной убор, резино-

вые сапоги или калоши на случай дождя.

Есть летний душ и возможность посетить баню.

Дополнительно (при желании) можно разместиться в домиках повышенной комфортности у жителей поселения.

### Контакты

- Служба заботы — 8-922-604-2722 (Наталья Шипилова).
- Программа Мастеров — 8-922-636-7352 (Екатерина Репницкая).
- Ярмарка — 8-912-686-0604 (Анна Иванова).

<https://pervolete.ru>







# Куда путь держим?

Хочу предупредить всех читающих эти строки, что всё изложенное является всего лишь моим личным мнением относительно происходящего. И я ни в коей мере не претендую на истину в последней инстанции, и никому не возбраняется где-то изложить своё личное мнение по поводу затронутой темы.

Пятнадцать лет назад мы с женой совершили переезд из города в небольшой хутор, чтобы создавать своё Родовое поместье в будущем поселении. К тому времени две семьи уже перебрались сюда год назад. В течение следующих нескольких лет переехали ещё несколько семей, и поселенческая жизнь забила ключом.

Череда гостей для выбора места, несколько фестивалей творчества, концерты нашего коллектива на разных площадках, поездки на фестиваль в Геленджик. Были и встречи с администрациями, вплоть до губернаторского уровня, где мы рассказывали о нашей прекрасной мечте будущего.

Приезжающие гости смотрели на окружающее пространство своими глазами и, похоже, видели что-то совсем не то, что видели мы.

Нам представлялись будущие леса и сады, обустроенные прекрасные места общественного пользования, а они видели степь и бурьян, вместо расписных теремов. И поэтому многие из гостей уезжали и даже не обещали вернуться. Тогда пришло понимание того, что мало просто лежать на травке под тёплым солнышком в своих таких классных мечтах (к тому же, зимой на снегу, да ещё при свежем пронизывающем ветре особо не понежишься) и нужно что-то делать ручками.

Таким образом, постепенно процесс «праздника каждый день» сменялся суровой необходимостью обустройства личных пространств для создания минимальных достойных условий жизни на земле. Общих мероприятий становилось всё меньше, а встречи с соседями всё короче, вплоть до знакомого многим «Ну, давайте рассказывайте быстрее, что хотите, у меня дел много, некогда мне тут с вами бла-бла-бла».

Следующий всплеск поселенческой жизни начался после создания ТОСа. Пош-

ли победы в небольших районных грантах, затем областных и даже президентских. В результате появились беседки на роднике, посадки вдоль улиц, общественный парк, творческая площадка «Радуга» и ещё дюжина интересных дел и мероприятий. Но с каждым новым совместным делом всё больше росло понимание того, что что-то не так.

Постепенно стала проявляться разница понимания каждым того, какое же будущее мы представляем. И это привело к тому, что в этом году мы даже не смогли выбрать общую тему, интересную всем, чтобы подать заявку на очередной президентский грант.

И, чтобы попытаться разобраться в сложившейся ситуации, я решил провести небольшие статистические исследования среди жителей нашего поселения. Был задан вопрос о степени состоятельности нас как поселения и дано несколько вариантов ответа. И вот какие интересные, с моей точки зрения, данные были получены.

Вообще в чат группы нашего поселения входят 22 участника. Участие в опросе приняли только 11 из них, то есть половина. Одна поселенка сказала, что не нашла подходящего варианта для ответа. Ещё один поселенец решил «удариться» в философию и произнёс примерно следующее:

«На вопрос может быть два противоположных ответа и оба будут правильные. Нужен ли такой опрос? Нет, это всё балаболство. Нужен ли такой опрос? Да, следует напоминать друг другу об этом, нужно это проговаривать, мыслить, чтобы мысли воплотились».

Его нестандартный подход немного озадачил меня, но, наверное, я ещё не достиг такого уровня логики.

Итак, перейдём к ответам. Два человека считают, что всё прекрасно. Один — что всё очень плохо. Этот человек, можно сказать, новый, в поселении с прошлого года. Но в прошлом году не зимовал, эта зимовка у него первая. Видать, в чём-то мы не оправдали его ожидания, надеюсь, когда-нибудь он нам это расскажет подробнее.

Твёрдое же большинство опрошенных выбрали ответ: «Не очень хорошо, надо что-то делать».

Какие же первые выводы напрашиваются по результатам этого опроса поселенцев?

Оказывается, большинство поселенцев ощущают, что что-то создаёт дискомфорт в общественной жизни поселения, и их это не устраивает. Как говорится, признание факта «существования болезни» — это первый шаг на пути к успешному выздоровлению.

Представьте себе автовокзал. Думаю, каждому человеку приходилось хотя бы раз воспользоваться междугородним автобусом. По платформе ходят люди и ищут нужный автобус «Город — поселение Родовых поместий». По громкой связи объявляют платформу, и все ищущие устремляются туда. Кто-то сразу забегает в автобус с рюкзаком, не уточнив, сколько придётся ехать и сколько это будет стоить. Кто-то грузит чемоданы в багажный отсек. Кто-то уверяет, что приедет к нам обязательно следующим же рейсом. А кто-то решил, что будет сначала зарабатывать кучу денег, чтобы привезти потом туда побольше чемоданов с собой.

Отъезжающие помахали оставшимся ручкой, мол, «не поминайте лихом», и автобус отправился. Первая остановка «Загород». Пассажиры выходят прогуляться и вдохнуть воздуха свободы. Ура! Мы не в городе! Классно! Кто-то на травке лежит, кто-то палатку ставит, кто-то пикничок организовал.

И вот тут проявляется проблемка. Автобус не может отправиться дальше по маршруту, пока все «пассажиры» не займут места в автобусе. Кто-то считает, что надо быстрее дальше ехать. Кто-то говорит: «Дайте пикником на природе насладиться, потом дальше поедем». А кто-то заявляет: «Зачем дальше ехать, нам и здесь хорошо».

Как же дальше быть? Каждый пытается убедить других в своей правоте. Как говорится, есть два мнения: одно — моё, другое — неправильное. Может, прав один известный товарищ, утверждая: «позволь себе быть собой, позволь другим быть другими».

Как же тогда доехать до пункта назначения всем вместе, если все разные?

Каково ваше мнение о степени состоятельности нас как поселения?

Всё очень раскрепрасно

18%

Не очень хорошо, надо что-то делать

72%

Всё очень плохо

9%

Все эти рассуждения про какое-то поселение просто фантазии

0%

11 голосов 7:56

В качестве лирического отступления совет всем «вновь отправляющимся» — выясняйте друг с другом, «куда едете» до отправления «автобуса».

Подтверждением понимания среди поселенцев того, что нужно что-то делать, служит то, что после размещения опроса два дня не утихали страсти в чате поселения. Не обошлось при этом без «потерь». Кто-то покинул чат без объяснения причин. Надеюсь, когда-нибудь они расскажут нам об этих причинах. Потом. Если захотят.

Есть ли возможность выработать единую модель будущего поселения, учитывая наше различное представление о том, чего мы хотим? Думаю, есть. Разумные люди всегда найдут возможность договориться. Особенно, если является правдой заявление о том, что люди сюда приехали на века проработать вместе!

Бог хочет, чтобы мы были счастливы! И на пороге начала нового божественного цикла «путешествия вокруг Солнца на космическом корабле Земля» желаю всем быть счастливыми!

**Игорь ЗАХАРОВ**

ПРП Радужное у Медведицы, Волгоградская область

Вестник Родовых поместий

<https://vk.com/@-194533609-kuda-put-derzhim>

## Семейный фестиваль «Лукоречье»

с 8 по 14 июля 2024 года

Самарская область, Комсомольский район, п/о Копылово

«Лукоречье» — фестиваль сказочной атмосферы, фестиваль семейный, фестиваль жизни и творчества. «Лукоречье» — это место, где возможно всё! Сердце Самарской Луки открывает всем путь в сказку! (<https://vk.com/lukoreche>)

### В программе фестиваля:

- Семейный творческий лагерь, погружение в практики, мастер-классы и игры, мужской круг, женский круг, для детей фестиваль в фестивале (сотворяет Оксана Лапаева). Чистое ретритное состояние!

- Приводим в целостность Дух, Душу, разум и тело.

- В женской программе с нами Юлия Жива из Оренбурга, а ещё в программе «Здравницы» она поделится гимнастикой «Рысь».

- Чудесная мастерица, чистый проводник Инна Бондина (г. Пурех) проведёт встречи в женском кругу и на площадке «Древо Рода».

- Для мамочек с детками приедет из Казани Наталья Ладная.

- В этом году Дарья Жарова из Москвы поделится мастерством звучания в практиках раскрытия

природного голоса и, конечно, в детской программе будут уже любимые игры и представления от Дарьи!

- Ирина Черных поможет разобраться в теме «Дочки-матери», а также они с супругом проведут семейные практики.

- Ольга Юрьева откроет в каждом талант художника (картина маслом всем под силу!) и проведёт тайными тропами в путешествии в Жигулёвских горах.

- Роман Зубрилин исцелит в доброй баньке и раскроет секреты банного мастерства.

- Всю неделю для вас работает площадка «Здравница», куратор — Мария Артыкова. Телесные практики, цигун, остеопатия, различные виды массажа, семейные ребозо-практики, добавюкивание и многое другое.

- Сергей и Оксана Беляева готовят программу площадки знакомств и отношений.

- Вечерами душевные посиделки и пение у костра.

- «Поляна гуслиаров». В программе не только гусли, а мастер-



классы с различными музыкальными инструментами.

- Театр импровизации «Путники» из Тольятти.

- Сергей Аллахвердов сотворит музыкальную программу, а значит, фестиваль будет звучать на высоте.

- На фестивале работают Ярмарка и Поляна мастеров (ремесленные мастер-классы), хозяйюшка — Оксана Камельчукова.

- Концерты, хороводы, добрые встречи, озарения и вдохновение.

- В концертной программе: Евгения Воинова и группа «Вода, лето, луна», Сергей Аллахвердов,



превратилась в волшебную сказку — пусть сбудутся ваши мечты!

**Контакты:** 8-902-153-2147, 8-927-786-8749 — Анна Огаркова-Леонтьева.

Марат Нигматуллин, группа «Волга-фолк бэнд».

«Лукоречье» рождается на ваших глазах и с вашей помощью. Это волшебное действие, в котором каждый сможет принять активное участие, стать творцом своего праздника. И мы желаем, чтобы благодаря нам ваша жизнь





# Преемственность Родового поместья

Когда построен дом в поместье, поселение растёт, налажены отношения с соседями, то в воздухе начинают витать вопросы: «А дальше что?», «Для чего всё это?», «Что будет, когда...?». Есть ли смысл и необходимость задумываться об этом до этапа начала обустройства своего Родового поместья? Над этими вопросами размышляли участники круглого стола «Преемственность Родового поместья».

За освоением участка, строительством, посадками, рождением детей и общественной жизнью часто теряется смысл — для чего всё это? Вопрос вроде бы странный, даже неудобный. «Как это — зачем? Всем же понятно!»

Однако цель «жить в Родовом поместье» достигается быстро. Жить в поселении среди добрых соседей — уже сложнее, но тоже достижимо. А дальше?

Всё живое хочет создать место для жизни, сохранить его и передать следующим поколениям в лучшем виде. Но просто оставить поместье детям — недостаточно.

Преемственность — это интегральная задача, включающая в себя всё. И самое главное — преемственность является критерием того, смог ли человек создать счастливый образ жизни, привлекательный для детей? Если ребёнок, родившийся и выросший в поместье, родит своего ребёнка в этом же поместье, значит, он выбрал этот образ жизни как наиболее счастливый. Значит, основатель поместья смог создать и передать вкус к жизни в Родовом поместье, то есть осуществил преемственность.

Другая сторона вопроса о преемственности заключается в наличии пожилых одиноких людей, которые создали своё поместье, но не смогли сделать свой образ жизни привлекательным для своих детей. Те, кто пришли в поселения 15 лет назад ещё бодрыми пенсионерами, сейчас уже не такие и всё более нуждаются в уходе, и не у всех из них есть преемники и помощники.

## Работа круглого стола

Вопросы круглого стола: зачем нужна преемственность? как сделать так, чтобы дети хотели перенять образ жизни и остаться жить в поместье? и как предотвратить в поселениях появление одиноких стариков?

Участники за пять минут подготовили свои ответы и отвечали каждый по минуте. Ведущий записывал ключевые слова, даже если докладчик не отвечал прямо на вопрос. А если что-то повторялось, то ставил плюс около записанного ранее.

Плакат доклада от группы людей был поделён на четыре части: слева — предки, справа — потомки, снизу — негативное влияние, сверху — позитивное. По мере работы формировалось облако ответов, некоторые из них сливались в группы, кластеры мнений. Нижеследующий текст похож на путешествие по карте, на которой нарисованы дорожки общих смыслов в ответах на главный вопрос: о реализации преемственности Родового поместья.

## Позитивные факторы для преемственности поместья

Какое место может называться Родовым поместьем? Если подойти строго, получается «поместье» — это проживание «по месту», то есть постоянно, на одном месте.

Слово «Родовое» показывает, что там проживает, как минимум, три поколения родственников. Это значит, что родоначальник вырастил сына в этом поместье. И ребёнок, когда подросток, осознанно выбрал образ жизни отца как наиболее счастливый, остался жить в поместье и родил там своего сына. Это говорит о том, что идея Родового поместья передавалась детям, — следовательно, преемственность состоялась. После этого можно утверждать, что поместье существует и оно именно Родовое. Это очевидно и это легко показать.

На круглом столе стояла задача выяснить, что помогает и

ним участником, важными являются ведение Родовой книги, мечта, стремление понять себя, создание гармоничной семьи, праздники солнечного круга (последние одинаково важны и для поселения). Придерживаться идентичности, то есть общей культуры, образа Родового поместья, описанного в книгах «ЗКР».

Следующей важной частью в масштабе поселения (помимо образования, творчества, спорта и взаимоотношений) является экономика, которая основывается на трёх «китах» — внутренняя кооперация, заработок и создание артелей (или общин).

Необходимым критерием, имеющим к этому непосредственное отношение, участники назвали успешность (в широком диапазоне смыслов). В этой же связке должен быть и труд в радость, стремление что-то делать вместе и иметь долгосрочные цели.

Есть надежда, что для молодёжи упомянутые выше факторы,

лучшем виде своим потомкам.

Но есть и ещё кое-что. В целом дети учатся тому, что мы делаем, а не тому, что мы говорим, не так ли? А многие ли из нас живут в своих поместьях с родителями? Чаще всего мы уехали от них в поиске лучшей жизни (наверняка и они поступили также в своё время).

Если мы хотим жить с детьми вместе, логично, чтобы наши родители жили с нами сейчас. Это напрямую относится к преемственности. Как это сделать?

Оказалось (по результатам круглого стола), что высадка родовой рощи и обряд приглашения предков, посадка растений, которые они любили при жизни (бабушка любила малину) — самые важные мероприятия.

Это относится к приглашению душ уже ушедших предков. А что же касается живых?

Во-первых, нужно создавать комфорт и красоту, чтобы Про-

образы, в которых нет места семейной стратегии, низкая грамотность в широком смысле, а также толерантность и даже современные праздники — всё это делает нашу жизнь какой-то однообразной, где слишком много ситуационного, легкодоступного, без осознания перспектив.

## Отрицательные факторы для родителей

Из факторов, мешающих нашим родителям жить с нами, были упомянуты следующие.

- Незащищённость. Видимо, речь идёт о медицинской и прочих видах срочной помощи.

- Часто в поселениях (особенно крупных) есть медики, которые смогут оказать срочную помощь. Но есть проблема плохих дорог, если придётся выезжать в городскую поликлинику. Плохие дороги, отсутствие тротуаров и прочих элементов городского привычного им комфорта создаёт для них общее неуютное ощущение.

- Захоронение, смерть. Пожилые люди на эту тему не очень общительны. Однако хорошо бы знать, что они думают. Возможно, отсутствие такой же, как у нас, приверженности идее Родового поместья, накладывает на эту сторону бытия свои ограничения.

- Недоверие. Поколение наших родителей привыкло к чему-то большому, что делает всю страну: мега-стройки, заводы-гиганты, новые города и посёлки. За этим чувствовалась мощь огромной страны. Сейчас, когда инициативные группы создают новые поселения, это не выглядит для них чем-то таким же большим и надёжным. Они смотрят и ждут.

- Нет сохранения и передачи лучшего, традиций. Разрыв между поколениями начался давно, наверное, ещё в дореволюционную индустриализацию и поддерживается до сих пор. Преемственность стала чем-то элитным, а обычные современные люди всё больше пребывают в суетной жизни для себя. образу жизни в Родовом поместье нужен другой подход, который формируют те, кто уже переехал на землю и собирается сохранить, приумножить и передать своим потомкам в лучшем виде их часть Родины. Но есть факторы, которые могут этому помешать.

## Отрицательные факторы для детей

Среди них основными названы два: 1) отсутствие правовой поддержки (нет закона о Родовых поместьях) и 2) обычная система образования. Под них группируются и другие ответы.

Отсутствие правовой поддержки сочетается с недоговоренностями с властями — внешний фактор, и с внутренними факторами — отсутствие взаимного уважения и структуры управления (системы принятия решений) внутри поселений. Они взаимосвязаны, потому что если нет однородных взвешенных решений внутри сообщества, то не будет и согласованного взаимодействия с властью (разные группы и отдельные люди бу-



что мешает осуществлению этого образа.

Отвечающие много говорили о любви, красоте в разных проявлениях. По частоте встречаемости — это основные критерии. Потому что примут решение перенять поместье, если оно создано как Любви Пространство на века, сотворено любящей парой. Самый высокий рейтинг по значимости набрали обряды любви: например, венчание и другие.

Образование как критерий, равный обрядам по значимости, выразился в образах школы в радости, с яркими учителями (таких педагогов надо искать, готовить и выращивать самим).

Занятия в поселении, такие как творчество и спорт тоже стоят на равных с обрядами и школой в радости. Часто бывает, что они идут в рамках единого образовательного процесса.

Образование, творчество — это наиболее массовые общественные проекты любого жизнеспособного поселения, потому что основа такого поселения — молодые семьи с детьми школьного возраста. Эти проекты являются клеем сообщества, как и другие общие дела, которые невозможны без хороших взаимоотношений с соседями. Но это внешнее, а что значимо для преемственности внутри поместья?

Среди внутренних факторов, отмеченных более чем од-

будучи грамотно простроенными внутри поселения, уже включают в себя своё дело.

Далее следуют однократно упомянутые критерии, образуя довольно любопытные связки.

Например, пусть не все дети захотят остаться в поместье. Если ребёнок всего один и он не остался, то идея Родового поместья (в этом роду) потерпит фиаско.

Хорошей профилактикой такого варианта будет многодетность. Тогда, если кто-то и уедет, то поместье всё равно будет иметь все шансы стать Родовым. В конце концов, для преемственности важны не только те, кто проживает в поместье постоянно, нужны также и «наши в городе». И это тоже гарант устойчивости в свете перечисленных факторов (которые должны иметь выходы на городские сообщества, чтобы быть эффективными: экономика, образование, праздники и так далее).

Заполнение пирамиды потребностей станет более полным, если часть единомышленников будет проживать в городах, сохраняя причастность к идее и контакт с жителями поместий.

Своя еда, различие добра и зла, образное мышление и самообразование гармонично дополняют этот общий образ преемственности.

Это всё, что помогает осуществить прямую преемственность, сохранить и передать поместье в

странство Любви было не только в образах и на словах, а стало видимым и понятным. Нужно советоваться с родителями, чтобы они чувствовали свою нужность, понимали свои возможности и видели, чем они могут быть полезны. Их надо приглашать, личным примером показывать, как здорово жить так, как мы живём.

А ещё сделать для них какой-то своей семейный уголок, который будет их местом, обустроенным для них. Пусть они знают, что это у них есть.

Напоследок, как общий положительный фактор, была отмечена государственная поддержка идеи Родовых поместий: нужные нам законы, освещение нашего образа жизни в СМИ — всё это будет нам во благо. Наши родители перестанут считать наш образ жизни в чём-то необычным, наши дети будут видеть перспективы развития идеи в широком смысле, не только в поместье, но и на уровне своей большой Родины всей Земли.

## Общие отрицательные факторы

Что мешает осуществлению преемственности? Во-первых, это плохая инфраструктура (дороги, электричество) и её следствие — изолированность.

Во-вторых, в современном обществе пока ещё преобладают





дут в органах власти отстаивать свои частные интересы в ущерб другим поселенцам), а внутренние недоговорённости и противоречивые требования к власти, в свою очередь, препятствуют слаженной работе по созданию общей правовой поддержки.

Принятая сейчас в стране общеобразовательная программа также препятствует преемственности, при этом отсутствует интерес к познанию нового (к обучению нужно принуждать), что сильно снижает мотивацию, личную ответственность за свой уровень знаний и к защитно-агрессивному эмоциональному состоянию. Это усиливается принятым в обществе подходом к рождению детей, родовыми проблемами и низким уровнем физической культуры.

И последнее: современный уровень «культуры» вкуче с вышперечисленным создаёт у детей неуверенность в образе жизни родителей, особенно, если есть между соседями конфликты, часто на почве проявлений крайностей вроде фанатизма.

## Резюме

Завершая, хочется напомнить, что тот образ жизни более истинный, который более счастливый. Все знают, что воспитание детей — это воспитание себя. Мы создаём новое: наш образ жизни большинству людей всё ещё кажется необычным. Мы — хорошие люди, желающие добра и совершающие ошибки. Мы стремимся к идеальным представлениям, требуя соответствия им сами от себя (это наш рост) и от других (а это источник наших проблем). Наши поселения, общая среда обитания, наши поместья, дома (и порядок в них), наши дети и мы лично являемся индикаторами уровня своей любви и своего счастья.

Окружающие считывают эти показания без приборов, чувствуя происходящее своей душой. Люди доверяют своим чувствам, но по русской поговорке «доверяй, но проверяй» хотят убедиться, что это не реклама очередной секты. Поэтому часто резкая критика оказывается проверкой: критикующий с надеждой ищет решение своих проблем в нашем образе жизни. Получив спокойный и достойный ответ, он может стать союзником.

Смысл любой деятельности находится за её пределами: Родовое поместье как Любви Пространство на века и осуществление его преемственности — это (как бы высокопарно это ни звучало) наша путёвка в вечность, за пределы нашей деятельности, за пределы нашей жизни.

**Алексей КАНИЦЕВ**

ПРП Ковчег, Калужская область  
Вестник Родовых поместий



# Кооператив по маслу



**В** 2019 году в Башкирии силами маслоделов из поселения Родовых поместий Красная поляна был создан кооператив. Основная цель кооператива — производство и реализация сыродавленных масел, изготовленных на деревянных прессах.

Мы сотрудничали с разными магазинами и торговыми сетями в Башкирии и за её пределами. В итоге из большинства из них мы ушли и сейчас работаем с теми клиентами, где закрепились. По географии это Красноуфимский район, Стерлитамак, Уфа (все три города Башкирии), Челябинск, Санкт-Петербург, Москва.

Почему мы уходили из каких-то магазинов? Причин несколько.

1. Конкуренция с маслами так называемого холодного отжима. Здесь слово «холодный» — это просто термин, который идёт из стандартов. Ничего общего с реальным холодом не имеет. Цены на такие масла ниже наших в 2–3 раза.

2. Люди решают всё. Я имею ввиду сотрудников магазинов. Мы же работаем с непосредственными магазинами. В первую очередь, это магазины здорового питания. Важную роль играет руководитель этого магазина (хозяин, управляющий, администратор и т.д.). Если он не будет вкладывать свою энергию в продвижение нашего товара, то шансы там закрепиться нулевые.

А если магазин небольшой и там одновременно только один продавец, то на продажи влияет ещё и отношение этого продавца к нашему маслу. В таких магазинах, как правило, два продавца работают посменно. И бывало так, что все продажи масла были заслугой только одного продавца.

Другой пример.  
Мы сотруднича-

ного значения. Остались только в одной небольшой сети и опять в Стерлитамаке. Там продают более качественные продукты, которые дороже на 20%. И пока держимся в этих магазинах за счёт контингента покупателей, которые туда регулярно приходят за нашим маслом. Это обеспеченные люди, которые могут себе позволить качественные продукты.

Ещё один случай. Мы работали с одной известной в наших кругах фирмой из Новосибирска. Она продавала наше масло в своём магазине в городе и интернет-магазине. Всё было хорошо до тех пор, пока менеджер, который нас курировал, не уволился. Все попытки наладить контакт с другим менеджером ничем не увенчались.



ем с небольшой сетью магазинов, которая специализируется на товарах для лечения. Один магазин этой сети в провинциальном городе Стерлитамак продаёт больше, чем их магазины в Уфе, Питере и Москве вместе взятые. Так было не всегда. Изменения произошли с приходом нового администратора магазина в Стерлитамаке.

А как же быть с чисто продуктовыми сетями? Там ведь никто персонально не общается с клиентами о пользе того или иного товара. Мы попробовали работать с разными сетями региональ-

3. Территориальная близость. Там, где мы можем регулярно появляться и соответственно общаться с персоналом магазинов, там и результат продаж лучше. В Татарию были два захода, оба окончились неудачей. Но мы — люди настырные, сейчас готовим поход на Казань.

У нас нет конфликтов из-за оплаты труда маслоделов. Дело в том, что мы изначально придумали безконфликтную схему работы. При получении заказа от клиента он раскидывается среди маслоделов, и они изготавливают у себя дома масло от нуля до упаковки. Совместно утверждены цены выкупа кооперативом масла у маслоделов, и сколько ты масла сделал в кооператив — столько и получил. Это убийственно справедливо.

У нас нет принудиловки, от выполнения заказов можно отказываться. Например, в 2023 году я очень мало поставлял масла в кооператив, потому что впритык успевал делать для своих клиентов.

Но кроме изготовления продукции в коопе-

ратив, есть и другая работа. У нас расписано порядка 40 функций. Это такие разделы, как руководство, маркетинг, продажи, логистика, сертификация, технология, бухгалтерия. Каждый маслодел взял на себя какие-то функции из этого списка. Какие-то функции не взял никто, и эта работа просто не делается. Например, один клиент просит у меня видеоролики о том, как мы делаем масло, а я не могу ему это дать, потому что никто пока не хочет заниматься этим вопросом.

Функции по стоимости неравнозначны. У каждой функции есть свой вес. Мы это называем КТУ. Распределение КТУ утверждается единогласно раз в полугодие.

Недавно мне звонил один начинающий маслодел из другого региона. Небольшим коллективом они решили создать кооператив, получили грант, закупили два прессы и поставили их в определённое помещение. Ещё не начали толком работать, а уже пошли вопросы, кто сколько должен получать, так как работу разделили пооперационно: кто-то занимается закупом сырья, кто-то делает масло, кто-то продаёт его. Все решения принимает один человек. Здесь изначально для кооператива — это нежизнеспособная схема. Это больше похоже на ИП, где один человек берёт на себя организационную работу и, по сути, нанимает на работу маслоделов. Ничего общего с идеологией кооперативов нет.

Ещё одно заблуждение есть у людей, что можно хорошо зарабатывать, поставляя продукцию только в кооператив. Это не так. Кооператив лишь помогает ремесленнику в первые годы становления. Ещё мало своих клиентов и кооператив в этот момент времени является самым крупным из них. Потом кооператив помогает сгладить загрузку прессов. Это продажи — это качели, то пусто, то густо. И вот в момент, когда пусто, можно брать в работу кооперативные заказы, потому что у кооператива нет таких ярко выраженных качелей. Есть, конечно, сезонность продаж. У кооператива падают продажи летом, потому что много платёжеспособных людей уезжают в отпуска. У ремесленников же в этот период, наоборот, рост продаж. Так что всё получается очень хорошо.

Объёмы продаж нашего кооператива не сильно растут. Одной из главных причин вижу, что мы очень не вовремя попали под два события: сначала ковид, потом СВО.

Мы начали своё дело в августе 2019 года и шёл достаточно хороший рост всё время. С начала пандемии рынок здорового питания резко просел, продажи упали. Только они начали восстанавливаться до доковидного уровня, пришла СВО, и рынок снова рухнул. Полное восстановление наших продаж без этих катаклизмов произошло только в четвертом квартале 2023 года. Я считаю достижением, что мы вообще остались на плаву.

## Что мы планируем дальше?

Как я уже писал, сначала пойдём на Казань. Потом будем серьёзно думать об экспорте. Сейчас останавливает отсутствие английского участника кооператива. Параллельно будем запускать в продажу другие виды продукции, которые делают маслоделы. Но это уже отдельная история.

**Камиль ИСМАГИЛОВ**

ПРП Красная поляна, Башкирия  
Вестник Родовых поместий





# Деревенское детство моё

**М**ного ли надо человеку для счастья? Над этим вопросом человечество бьётся уже не одно тысячелетие. И что толку?

Великие полководцы владели половиной мира, властвовали над миллионами людей и, наконец, были по-своему счастливы, а в итоге? Многих из них предали и убили свои же единомышленники. Кто-то сам умер от болезни в безконечных походах. Кого-то в лучшем случае сослали на далёкий остров, и он там тихо скончался в полном забвении. Ну, это я про великих.

А что касается нас, смертных, то у нас своё представление о счастье. Например, простая ситуация — зима, время года, когда ложиться в темень и встать в темень. Укладываешься спать пораньше, так как завтра вставать чуть свет на работу, заводись будильник (сейчас уже на телефоне), засыпаешь. Спишь... Вдруг подсакиваешь, чувствуешь, что сейчас зазвонит будильник, всё, уже утро, пора вставать, протягиваешь руку, берёшь телефон, смотришь на экран и... 23:45! Знакомо?! Ещё бы! И зачем мне владеть миром, если впереди у меня ещё целая ночь сладкого сна?! Вот оно — счастье!

Если говорить о счастливых моментах с первых шагов в жизни человека, то первым по-настоящему большим счастьем в нашей жизни, не считая игрушек и конфет, были, согласитесь, друзья и школьные каникулы!

Конечно, у каждого они были свои: кого-то отправляли в пионерский лагерь, кто-то самозабвенно и беззаботно сутками носился на улице с утра до вечера, а кто-то (таких, я уверен, очень много) уезжал на каникулы к бабушке в деревню. Вот я как раз из таких и буду!

Меня очень часто в начальных классах на летние каникулы отвозили к бабушке, но не сразу. Сначала был конец мая, и мы дружно проводили «генеральную уборку» класса: мыли полы, парты, подоконники, протирали даже окна, безбидно бросались тряпками друг в друга с визгом и смехом, предвкушая долгое расставание со школой до осени.

На последнем в учебном году «классном часе» нам зачитывали итоговые оценки за год, и мы, едва дослушав учительницу, с оглушительным рёвом неслись кавалерийской лавиной, сшибая с ног зазевавшихся уборщиц, по коридору на выход — и, собственно, наступало лето!

Начиналась подготовка к отъезду в деревню: покупались новые сандалии, панамка, носки, рубашка, набор «юный рыбак», не забывали наши родители и о подарке самой бабушке, покупали ей, как правило, шаль, платок или занавески.

Затем всей семьёй сажали картошку в поле и в огороде. И вот уже после этого наступал в моей жизни период деревенского детства!

Деревня моей бабушки Трактово-Курзан (в простонародье Курзан) живописно располагалась в самой глубинке Сибири, в Тулунской тайге, и простиралась одной-единственной улицей вдоль Московского тракта, по которому когда-то гнали в ссылку декабристов.

Причём деревня располагалась таким образом, что огибалась она речкой с трёх сторон. Ле-



гендарная Тулунская гора, сосны и кедровые деревья, ягоды и грибы — видимо-невидимо! Вот такая пастораль!

В самой деревне никаких вокзалов, понятное дело, не было, был железнодорожный переезд, как в фильме «Алёшкина любовь», на котором останавливался пару раз в день «пригородный поезд» (предшественник электрички), поэтому приезжали мы на поезде до ближайшей станции в четыре часа утра и, чтобы не ждать утреннего пригородного поезда, сидя в пустом вокзальчике четыре часа, шли в эту деревню пешком всего километров шесть, не больше.

До сих пор стоит перед глазами при подходе к Курзану картина, достойная кисти великого Левитана: утренний туман над землёй, восходит солнце, дым из печных труб, крик петухов, стадо коров у околицы, шёлкает кнутом пастух, где-то уже тархтит трактор... До сих пор при слове «Родина» я почему-то вспоминаю именно эту картину.

Хотя были в моём детстве и барак, и улица Юности, на которой я вырос, которые тоже относятся, казалось бы, к этому определению, но нет же! Именно тот самый утренний пейзаж моего деревенского детства, с восходящим солнцем, туманной дымкой, стадом коров и тархтящим трактором навсегда остался в моём сердце, как моё представление о Родине.

Ну и, конечно, невзрачный бабушкин домишко с покосившимися воротами и с русской печью внутри, на которой было величайшим счастьем спать, если тебе не запрещали взрослые. Да и как им было не запрещать, если летали с неё на пол все, кому не лень: и мы, сонные ребятишки, и взрослые после обильного праздничного застолья...

На стенах горницы вместо ковров запомнились яркие цветные агитплакаты с грузовиками, гружёными зерном, какие-то розово-щёкие тётеньки с охупкой снопов, весёлые дяденьки в комбинезонах, голубые тракторы с красным плугом.

Отдельно в углу висела фотография моего деда в военной форме с аксельбантами, причём, по семейной легенде, дед Митя был хорошим портным и даже, опять же со слов деда, шил он где-то там китель самому маршалу Малинов-

скому! Об этом баба Мотя рассказывала с придыханием и не верить ей не было никакого резона, хотя сейчас, с годами, думается: где дед в глухом Курзане и где маршал Малиновский, министр обороны Советского Союза?!

Хотя деда я не помню, честно говоря. Встаёт в памяти что-то такое: то ли сон, то ли явь. А вот бабушка, она же баба Мотя, оставила в моей памяти добрый след и осталась в моей памяти как нечто светлое, тёплое и пахнущая пирожками на козьем молоке.

Помню, как она приезжала к нам в гости, привозила гостинцы и я в знак любви и благодарности водил её в кино, после которого она рассказывала моей маме, что, мол, теперь она знает все «задние дворы», сараи, углярки и деревянные туалеты нашего города, потому что «унучек мой любимая провёл мне через все дырки в заплатах (заборах), и таперичи я знакома со всеми барбосами у вашем у городе».

Баба Мотя была ровесницей века, как легендарный Штирлиц. Правда, в отличие от киношного героя она была женщиной абсолютно неграмотной, ни читать, ни писать не умела, перед самой войной сбежали они всей семьёй, спасаясь от голода, в Сибирь откуда-то из-под Курска.

Пенсия у неё была в начале 60-х годов прошлого века 17 рублей, 19 копеек. Но даже из этого мизера она выкраивала мне на гостинцы, как она выражалась, в местном сельпо — на конфеты-леденцы и пряники, вкуснее которых я не ел в своей жизни ни до, ни после.

Естественно, при такой пенсии, чтобы сводить концы с концами, она держала кур и коз. Деда уже не было на этом свете, поэтому всем хозяйством занималась сама. А хозяйство это, кроме живности, ещё и огромный огород, на котором я и приобрёл первый опыт сельхозработ, а именно: прополка грядки лука, чеснока и картошки миниатюрной тяпкой.

Дома меня, дошколёнка, родители к прополке ещё не подпускали, а тут баба Мотя быстро меня обучила, показала, что да как.

— Вот это гля, унучек, это ряпей, а это лучок. Ты яво не рви, а ряпей рви. Вот это молочай, а вот это картоха. Яво руби тяпкой, а яё — нивжись! Усё понятно?

Надо сказать, что на седьмом десятке лет баба Мотя ещё шустро бегала по ягоды и по грибы в Тулунскую гору (а туда надо было ещё суметь взобраться), всё делала по дому и успевала следить за мной, непоседой.

Как и все добрые бабушки, она пекала мне пироги и треугольные шаньги с голубикой, каких я до этого сроду не видел.

Но несмотря на свою доброту, была она воспитателем достаточно строгим, у которого не забалуешь.

Помню, ушёл я однажды без спроса с пацанами на речку купаться, так моя любимая бабуля устроила мне такую выволочку, размахивая кустом крапивы перед моим носом, что я, не чуя ног под собою, летел домой, аки катер на воздушной подушке!

Вот такое оно, деревенское детство! Не только с пирожками и шаньгами, но и с крапивой по «мягкому месту»...

А ещё я помню, как мы с бабой Мотей коротали вечера. И опять же картинка под названием «Родина». Вечер. Тикают «ходики». Где-то слышно мычание коров. Ярко-малиновый закат пробивается в окна, все дела переделаны, позади ужин, меню которого составляли, как правило, картофельные блюда, козье молоко и пирожки, и сидим мы, беседуем...

Даже сегодня, начитавшись и послушавшись многого из «той жизни» я признаю, что никакие летописцы не напишут того, что пережили наши бабушки после войны. Шёпотом и озираясь (в середине 60-х годов!) рассказала мне баба Мотя, как перед войной арестовали по доносу её мужа, моего, стало быть, того самого портного деда Митю и она осталась с четырьмя ребятишками на руках одна «у чужой, унучек, стороне».

Поведала она, как выпустили деда в начале войны, он пришёл ночью, оборванный и заросший до неузнаваемости, ему долго не открывали дверь, допытывались через окно, кто да что, а потом она смогла его опознать только по каким-то ей одной ведомым родинкам. Она на глазах перепуганных детей его осматривала-ощупывала, искала какой-то шрам на переносице, порезы на руке, а он молча стоял у порога, глотая слёзы. Картина, достойная мирового кинематографа... А через пару не-

дель его опять забрали, но уже на фронт, и она опять осталась одна с ребятишками.

И про те самые «колоски» она мне тоже шёпотом рассказала, как ходила их ночью в поле собирать, страшно было до ужаса, и про суп из лебеды и крапивы, и про лепёшки из мороженой картохи, и... Тогда я, естественно, не понимал всего пережитого страха в её рассказах.

А ещё я читал бабе Моте вечерами книжки, бережно ею, не умеющей читать, хранимые как нечто самое драгоценное богатство. Стояли книги на самодельной этажерке в углу, брать без спроса их было нельзя, бабушка выдавала мне книгу перед чтением, как в хранилище, обтирала её чистым полотенцем и вручала, только что не под роспись. И я при настоящей керосиновой лампе (!) читал ей «Поднятую целину», «Белую берёзу» или «Люди из захолустья». Баба Мотя лежала с кошкой Муськой на своей широченной кровати и слушала до тех пор, пока не начинала «клевать носом».

— Ну, усё, унучек. На седни хватя, — её интонация с этим неповторимым говором так и звучит в ушах. — Будя завтра день и будя пишша.

Вообще лето у бабушки в деревне — это отдельная песня из моего деревенского детства!

Носились мы по улице с утра до вечера, изредка забегая домой перекусить. Никаких каруселей и аттракционов и в помине не было, и мы устраивали себе развлечения сами.

Стоял посреди деревни огромный-огромный заброшенный дом. И местное колхозное начальство не нашло ничего лучшего, чем приспособить этот дом для склада с цементом.

Легит себе под крышей сухой цемент, никому не мешает, крыша есть, а вот окон нету. Ну а там, где нет окон, там есть мы, пацаны. И мы придумали из-под потолка в этот цемент нырять кто «солдатиком», а кто и «рыбкой», как в воду! Только вот без этого, без «плюх», нырк — и ты ушёл с головой в эту мягкую сыпучую массу! Обалдеть!

Пошла меня баба Мотя искать. Потом рассказывает приехавшей за мной матери:

— Иду, стальть, я сабе, иду. Ишу Сашку-то сваво. Глядь — чи Сашка, чи не вон?! По очкам-то как бы вон. Но на Сашке-то шкеры были чёрные, на этом — серые. Ня вон.

Ну а про рыбалку в чистой речке Курзанке можно рассказывать бесконечно! И про то, как во-о-т такой налим сорвался у меня с удочки. И про то, как мы ели, прости, Господи, практически живую рыбу. Да-да, срывали с крючка только что пойманного пескаря, чистили, посыпали принесённой с собой солью и...

Ещё помнится, как я, какой-никакой городской житель, учил местных пацанов играть в футбол, которого они вообще в глаза не видели, не слышали о нём никогда и знать не знали, что есть такая игра. К концу каникул ребята более-менее что-то начинали сообщать. Но тут меня увозили родители. Я, как дурак, оставлял им свой мяч, типа для тренировок без меня, а на следующее лето всё начиналось сызнова: я им, как в первый раз, опять объяснял правила игры, показывал азы футбольной науки. Они вроде что-то вспоминали, увлекались, но в августе меня забирали родители домой, ждала школа, я уезжал, оставляя им уже другой мяч, и так по кругу...





# Как уральцы поселились в глухой деревне без интернета и стали ютуберами



Никита и Екатерина Татариновы практически одни живут в глухой деревне, которая находится в 200 км от Екатеринбурга, и ведут популярный Ютуб-канал «Займка на Урале». Их ролики набирают миллионы просмотров. Супруги без прикрас рассказывают о себе, о быте, показывают, как готовят в русской печи, ведут огромное хозяйство и строят дом своей мечты.

Мы съездили в гости к деревенским блогерам, когда на Урале стояли аномальные морозы. Хозяйка дружелюбно нас встретили, напоили травяным чаем, накормили горячими шаньгами и рассказали, почему решили жить вдали от города и как завели блог, за которым сегодня следят сотни тысяч человек.

## Глухая деревня, в которой живут всего три человека

29-летний Никита родился в деревне, в которой сегодня и живёт со своей супругой. Он дистанционно окончил УрФУ и начал осознанно заниматься своим хозяйством. Екатерине 24 года. Она тоже выросла в глубинке, а после поступила на исторический факультет университета в Екатеринбурге. Они познакомились в 2017 году и оба поняли, что жизнь в городе — точно не для них.

— С каждым годом всё больше приходит осознание, что хочу жить в деревне. Например, в 15 лет я сильно об этом не задумывался, то есть, ну, город — город, деревня — деревня. Но, конечно, больше нравилась деревня, не было какого-то желания уехать, — рассказал Никита.

Главная причина, почему молодые уральцы живут в деревне — это тишина и возможность чувствовать себя в своей тарелке. Они не нуждаются в магазинах модной одежды, гипермаркетах, аптеках, театрах и музеях... Они даже практически не болеют, потому что заразиться-то не от кого! Постоянно тут проживают только три человека — Екатерина, Никита и их сосед.

— В 18 лет я хотела переехать в большой город, но, пожив, поняла: нет, хочу обратно домой, к природе, к красоте, к свободе. Главное — к свободе. То, что ты можешь выйти просто на улицу, пойти куда-то на природу, ты ничем

— добавил Никита.

Всем избушкам в этой деревне больше ста лет. Раньше во время строительства не было фундамента, постройки ставили на обычные камни, из-за чего со временем они проседали. Передний угол здания

в доме нет бытовых удобств, к которым привыкли многие городские жители, всё это находится на улице. Чтобы помыться, нужно растопить баню, а за водой приходится идти на скважину.

Никита и Катя начали сни-



Фото: Владислав Лоншаков, Дарья Костомина/E1.RU

не ограничиваешься, — объяснила Екатерина.

У Татариновых два дома, речка и на другом её берегу — огромный лес, в котором у них есть зимовья (две охотничьи избушки). В них можно растопить буржуйку, поставить чайник, посидеть у костра и подышать свежим воздухом. Также внутри на всякий случай есть немного еды — вдруг кто-нибудь будет проходить мимо и захочет отдохнуть.

— Когда уходишь в лес, переходишь через речку, там воздух ещё лучше, насыщеннее, запах деревьев, запах трав... — рассказал Никита. — Мы любим на природе выбираться. Нас спрашивают: «Вот вы сидите, вам не скучно там? Съездили бы в город, погуляли там по торговым центрам». Все люди разные, все устроены по-разному и кому-то нужен дом, участок, а кому-то этого не надо, он не хочет косить траву и снег убирать. У нас другие интересы: мы любим плавать, походы в лес — такой своего рода туризм.

Первый дом супругам достался от родителей, а второй они купили несколько лет назад у пары пенсионеров. Он находится буквально через дорогу. Там настоящее большое хозяйство: свой огород, несколько ульев, крытые загонки с курами, козами, свинками и даже быками. Также у Никиты и Екатерины три собаки: Беркут, Тайга и Пурга.

— Родители нас спрашивают: «Не хотели бы вы куда-то в город или в какую-нибудь более живую деревню уехать?» Но мы для себя решили, что хотим жить тут. Уже начали потихонечку ремонт делать, но работы ещё очень много,

начал уходить под землю, поэтому Никита покупал домкраты, разбирал старую завалинку и поднимал свой новый дом. Всё это нужно было делать постепенно: одно неверное движение — и конструкция могла рухнуть.

— Мы купили трактор для хозяйства, и вот у нас в прошлом году он был помощником. Мы у речки брали камни огромные, булыжники, весом больше тонны. Папа нам тоже помогал со стройкой очень сильно. Одному в каких-то моментах просто нереально было что-то делать, вдвоём мы выполняли всю эту тяжёлую работу, — пояснил хозяин.

## «Цель — чтобы люди могли посмотреть то, что у нас есть на Родине»

В 2020 году Никита начал снимать блог, а Екатерина его с радостью в этом поддержала. И вот спустя несколько лет у них уже больше 400 тысяч подписчиков и миллионы просмотров. В роликах они рассказывают о погоде, урожае и о непривычном для современного горожанина — готовке в русской печи.

— У нас есть русская печка и каминка. Каминка — это печка с плитой, а русская печка — это на современном языке духовка. Но только там, конечно, дрова, угли, дымок... В духовке такого эффекта не получить. Со стороны это может показаться очень просто, но на самом деле там очень сложно готовить, это надо привыкать и набивать руку. В духовке ты можешь установить 200°C, а в печи — ощутить жар только на себе, — сказала Екатерина.

— Цель, которую мы изначально преследовали, — чтобы люди могли посмотреть то, что у нас есть на Родине, — рассказал Никита. — Все стремятся ездить за границу, отдохнуть куда-то, а свою Родину, свою землю они так и не видели. То есть некоторые не знают, что находится от них буквально в двух километрах. Такая красота. Поэтому люди могут зайти на Ютуб или включить телевизор и посмотреть эти душевные ролики.

## Поклонники разыскивают уральцев с помощью полиции

Никита и Екатерина пользуются большой популярностью. Люди удивительным образом тянутся к природе и той жизни, которую показывают блогеры. Несмотря на всю любовь к своим зрителям, семья скрывает своё местоположение в целях безопасности, однако некоторые предприимчивые люди всё же находят их и приезжают с гостинцами.

— Когда мы в город выезжаем, тоже периодически встречаемся с людьми. На улице просто подходят, спрашивают, — рассказал Никита. — Но какого-то дискомфорта это не доставляет. Но адреса всё-таки не раскрываем, потому что у этого могут быть негативные последствия. Для интереса мы спрашиваем людей, которые к нам приехали, как они нас нашли. Некоторые прямо проводят целую операцию: у кого-то знакомые в полиции работают, пробивают номера наших машин, смотрят, где это.

Многие поклонники присылают вещи для хозяйства и ремонта, а также декоративные подарки: одеяла, посуду, картины. Например, сервиз, из которого мы пили травяной чай, Никита и Екатерина благодарные фанаты отправили из Подмосквы.

Благодаря огромной аудитории Никита и Екатерина не скучают в своей деревне, ведь в любой момент они могут получить долю общения и поддержки от своих подписчиков.

— Люди — как одна большая семья. У нас есть зрители, с которыми мы общаемся вживую. Они нас поддерживают, — добавил Никита.

Но есть и другие зрители, которые не верят, что Никита и Екатерина живут в деревне и делают ролики самостоятельно.

— Некоторые пишут: «У вас работает целая съёмочная площадка: режиссёры, операторы». Многие думают, что нас спонсирует государство, что мы — проект, направленный на то, чтобы люди ехали жить в деревню. Но если глубоко вникнуть, то услуги тех же видео- и фотооператоров стоят таких денег... Мы всё делаем своими силами, вся основная работа лежит на нас. Кто-то эту работу вообще не видит: «Вот вы там целый день лежите на печке, сходили, управились — и всё, вся жизнь в удовольствие».

Ролики уральцев смотрят далеко не только пенсионеры, которые когда-то жили в деревне и уехали в город, а теперь ностальгируют, но и молодые люди. Также есть и русские зрители за границей, скучающие по Родине и благодаря видео наслаждаются родными пейзажами.



В последние годы в мире постоянно происходят события и явления, призванные внушить думающему человеку мысль, что в городе оставаться жить дальше вредно для физического и психического здоровья. До меня эта простая мысль дошла примерно 15 лет назад и около 10 лет как окончательно воплотилась в реальность.

Городской до мозга костей, я переехал на землю!

Поскольку я человек в основном рациональный, два года проверял на прочность своё желание уйти на землю, купив недорогой дачный участок. И ещё три года — на закрытие всех текущих городских дел, привязанностей и поиск места по заданным мною же критериям, подходящего для свободной жизни свободного человека.

В то время было очень мало возможностей перенять опыт переезда, поскольку мало кто осознанно бежал из города и почти никто не распространялся об этом в интернете. Теперь, когда я нарабатывал свой опыт, могу сказать точно и определённо: если у тебя возникла мысль об эвакуации на природу, ты МОЖЕШЬ и ГОТОВ это осуществить!

Спустя десять с половиной лет жизни на хуторе ясно осознаю, что ни разу, ни одной минуты не пожалел об этом решении, несмотря на то, что в предыдущей, городской жизни, я был вполне обеспеченным человеком и после переезда на землю наделал кучу ошибок. И я не сомневаюсь, что ты, читатель, когда решишься на эвакуацию из города, будешь сожалеть только о том, что не сделал этого раньше.

Не следует воспринимать всё написанное как истину в последней инстанции. Мы все разные, хоть и похожи. У тебя может быть свой путь, своя карма, свои набитые шишки, но учебники для того и даются, чтобы учиться на чужих ошибках и поменьше делать своих. Это и есть учебник.

Исхожу из того, что ты пока только хочешь эвакуироваться из города, но не совсем представляешь, к чему это может привести. Давай сравнивать.

Чем обычно люди мотивируют своё желание жить в городе.

## 1. Инфраструктура

Имеются в виду школы, детские сады, магазины, кинотеатры, музеи, парки с аттракционами, казённые учреждения и прочее.

Музеи с театрами сразу отменяем. Сколько раз за последний год ты был в театре или музее? То-то же. А если уж приспичит, тебе ничего не помешает съездить в город для культурного досуга. То же самое и с кинотеатрами и парками. Более того, если у тебя есть дети и ты водил их на аттракционы, вспомни, как они умеют выматывать душу и вытягивать деньги на все эти развлечения с попкорнами. В деревне всё вокруг — один сплошной аттракцион, причём бесплатный и полезный для развития ребёнка.

Казённые учреждения. Но ты ведь не на край света собрался, да и вообще большинство вопросов решается в сельсовете, который чаще всего находится ближе, чем все эти исполкомы в городе. А как часто они нам нужны? Короче, это тоже притянута за уши.

Школы и детсады — это отдельная тема. Во-первых, они давно не выполняют свою функцию образования, а только обманывают детей, так что в любом случае стоит рассмотреть вариант домашнего образования, благо закон сейчас это позволяет. Более того, в современном мире всё образование переводят на дистанционку, то есть



# Преимущества жизни в деревне

уничтожают, так что в любом случае хоть в городе, хоть в деревне всё теперь зависит только от родителей. Но даже если ты считаешь, что ребёнок должен ходить в школу и такая возможность будет существовать, то я не знаю ни одного случая, когда этот вопрос нельзя было бы решить. Мне самому приходилось отправлять троих в школу сначала на машине 3 км до соседней деревни, откуда их забирает автобус до райцентра, это ещё 40 минут. Как оказалось, не так уж это и сложно, просто дело привычки. А у меня, пожалуй, самый сложный вариант из всех, кого я знаю. А если ребёнок и пропустит день другой в неделю, это абсолютно никак не влияет на его образованность и успеваемость.

И всё-таки подчеркну: сейчас, когда есть возможность обучать детей дома, отправлять их в школу на мой взгляд — преступление. И про социализацию — это тоже миф. Вы не в пустыне собираетесь жить, общения будет достаточно как вам, родителям, так и вашим детям.

Ну что там ещё... Тёплый туалет с ванной? Нет проблем. Электричество есть везде, а значит, можно всё сделать, если уж ты захочешь, как в городе, гадить там, где живёшь. А газ, кстати, несложно вырабатывать из биоотходов самому. На эту тему много написано и снято видео. Горячую воду обеспечит бойлер, местную канализацию выкопать несложно, ну и так далее.

В деревне пьют, да? Ну так а в городе что, не пьют? Просто там это меньше заметно, потому что в деревне все на виду, а в городе прячутся по квартирам и злчным заведениям. Да и пьющих становится всё меньше на самом деле, они просто вымирают.

## 2. Работа

Начнём с того, что в деревне работа есть. Возможно, не всегда до неё удобно добираться, но у тебя будет выбор. Если ты хочешь именно выполнять поставленные задачи и брать за это деньги, то всегда найдутся люди, готовые нанять тебя на какие-нибудь работы. Особенно, если у тебя руки растут из плеч.

Но проще, интереснее и выгоднее заниматься бизнесом или удалённой. Тем более, что для этого сейчас создаются все условия. Поверь: без денег ты в деревне не останешься, если обладаешь некоторой толикой самодисциплины. А что касается утверждения, что в городе зарплаты больше, то, во-первых, всё зависит от тебя, а, во-вторых, расходы в городе несравнимо больше.

## 3. Карьерный рост

А он тебе действительно нужен? Кстати, «карьера» — от сло-



ва «карьер», так что это вовсе и не рост, а, наоборот, закапывание себя в яму. Но это уже философская тема. Пока просто поясню, что настоящая «карьера» — это построить дом, посадить сад, вырастить детей. Вот это будет твой настоящий пенсионный фонд. Тем более, всё идет к тому, что скоро пенсия совсем канет в лету.

## 4. Медицина

Согласен, в городе скорая приезжает немного быстрее, чем в сельскую местность, в шаговой доступности поликлиники и больницы. И при этом у тебя гораздо больше потребность ими пользоваться. При жизни на природе эти заведения тебе вообще, скорее всего, не понадобятся и ты забудешь про них, как про страшный сон. За 10 лет жизни на хуторе я был в поликлинике один раз — зуб разболелся. Я не знаю болезней, кроме травматологии, которые бы действительно лечила современная медицина, она только залечивает до смерти. Зато аб-

солютно всё можно вылечить самостоятельно, пользуясь народной мудростью. Ага, самолечение.

Ну ладно, допустим, у тебя ещё в городе родился болезненный ребёнок и ты боишься, что в деревне он останется без медицинской помощи. Мне знакома эта ситуация не понаслышке. Так вот в больнице полугодовалого ребёнка так за-лечили, что мы уже чуть не попрощались с ним. Было принято решение под расписку уходить из больницы и лечиться гомеопатией. Хорошему гомеопату достаточно один раз познакомиться с ребёнком, после чего он будет его лечить просто по телефону. Ты только будешь давать ему гомеопатические средства, которые стоят копейки и действительно лечат, а не снимают симптомы. Сейчас ребёнку 6 лет и его не пройдёт ни один вирус. У него летом и зимой одна форма одежды — босые ноги, маечка и шорты с пальмами.

Не нужны тебе ни больницы, ни поликлиники, пусть они зарабатывают (пока что) на страданиях тех, кто не осознал ещё, что город их убивает в прямом смысле слова.

## 5. Интересные люди, интересные знакомства

Поверь, в деревне у тебя ровно столько же шансов завести интересные знакомства, сколько и в городе. Твои знакомства зависят не от места проживания, а от твоих интересов, уровня твоего развития. Если тебе суждено познакомиться с профессором из Новосибирска, он «случайно» заблудится возле твоего хутора, приехав за грибами.

Мой личный опыт убедил меня в этом. За десять лет жизни на хуторе я завёл больше знакомств, чем за предыдущие 37 в городе. И

все они интересные.

То же самое, кстати, касается и второй половинки, если ты пока один (одна). И снова мой опыт. Первая жена со мной развелась, не разделив моих убеждений. А вторую, горящую желанием жить на природе, я нашёл именно на отдалённом хуторе, а даже не в многолюдной деревне. Не переживай, твоя половина тебя обязательно найдёт, будь ты хоть на луне.

## 6. Досуг

Варианты с парками и театрами мы уже разобрали. А что касается простых вещей, так они-то в деревне гораздо более доступны. Прогулки по лесу, купание в реке, различные виды рукоделия для женщин и огромный выбор занятий в своей мастерской для мужчин. Заметь, не на балконе, а в мастерской такого размера и наполнения, какой ты сам пожелаешь! Тут одно перечисление займёт миллион страниц. Лично я прям разрываюсь от желания сделать то одно, то другое. И ты точно най-





дешь себе занятие по душе, и скорее всего оно у тебя уже есть, вот только в городе на него не хватает времени и возможностей.

Что касается мастерской, для меня это просто дар Божий. Будь это единственным преимуществом жизни на своей земле, я бы переехал, не задумываясь. Думаю, большинство мужчин меня поймут, не зря большая часть мужской половины страны имеют гаражи и «в них ходят». Стремление работать руками заложено в нас природой и Всевышним, и в этом занятии мы себя реализовываем на все сто. Чувствуем себя творцами.

## 7. Самое главное. Магазины

Практика показала, что они почти совсем не нужны. Всё это барахло отвратительного качества и химические заменители еды пусть остаётся в супермаркетах. В конце концов, макароны, крупы, хлеб и другие продукты первой необходимости есть в любом сельском магазине. И опять же, если приспичило съесть авокадо, возьми да и съезди в город, не проблема.

Я и в сельском магазине бываю раз-два в неделю, а уж в городские совсем перестал заходить, нет надобности. Любые необходимые мне промтовары заказываю в интернет-магазине. В основном это инструменты. Есть возможность сравнить, почитать отзывы и выбрать, у кого дешевле. Да и удобно.

В гипермаркете уверен, ты замечал, что не сможешь купить только нужную тебе бутылку кефира и батон. Ты обязательно нагрузишься ненужными вещами и продуктами, половину из которых выбросишь почти сразу, а вторую половину через неделю. А в сельском магазине ты можешь спокойно купить пачку соли и всё. То есть ровно то, что тебе необходимо.

Да и вообще шопинг — это болезнь, зависимость. И её надо лечить. Жизнь на природе прекрасна с этим справляется.

## 8. Всё остальное, что не упомянул

Что бы ты ещё ни придумал, поверь: всё это отговорки. Если у тебя есть ещё какие-то привязки, подумай хорошо, поспрашивай знакомых. Уверен, ты поймёшь, что на самом деле любое «преимущество» жизни в городе на самом деле оказывается ложью или прямым недостатком.

Раньше я был осторожен в высказываниях, но чем дальше, тем больше понимаю, что зря. Ведь то, что город порабощает, то, что там нет ни еды, ни воды, ни воздуха, то, что город убивает тебя, это не приближения какие-то, это прямые категоричные факты. Может, раньше и можно было жить в небольших городах, но сейчас настало всё травлено, что надо реально свести с ума людей, чтобы они согласились жить в такой среде.

Сейчас я уже отчётливо вижу, что жизнь в городе — это просто вредная привычка, от которой нужно избавляться так же, как и от остальных. То есть нужно осознать, что уезжая из города, ты ничего не теряешь. Ничего! А приобрести можешь очень важные вещи, пожалуй, самые важные в нашей жизни — свободу, здоровье, время. Беги!

**Евгений КОПЕЛЕВ**

Фрагмент из книги «Эвакуация, или Как переехать в деревню и создать удобное доходное хозяйство»

# Автономный экодом



Всем известно, что солнце — неисчерпаемый источник энергии, не наносящий вред экологии, в отличие от многих используемых полезных ископаемых. Сегодня с помощью солнечных панелей осуществляется автоматическая поливка грядок и клумб; солнечными батареями отапливаются дома, а в Японии — даже целые сёла. Солнечная энергия помогает и туристам, которые пользуются солнечными батарейками для зарядки девайсов в местах, отдалённых от населённых пунктов.

Учёные выдвигают много интересных идей, как можно использовать солнечную энергию в промышленных и бытовых целях. Об одном из научных экспериментов расскажем в этой статье.

Физик-инженер, бывший сотрудник конструкторского бюро Министерства обороны Владимир Васильевич Чигарских построил в Сибири удивительный дом. Его экодом — это теплица, отапливаемая солнцем.

Свое детище русский учёный построил по образу теплицы. Стены здания устроены как тепло-



вые коллекторы. Первый уличный слой — это полупрозрачные пластиковые листы, через которые легко проходят солнечные лучи. Второй слой утеплителя выкрашен в чёрный цвет, который притягивает тепло и отдаёт его дому, нагнетая тёплый воздух внутрь вентилятором.

Как рассказывает Владимир Васильевич, проводящий эксперимент, наилучшим вариантом второго слоя может быть обычная жёсть, выкрашенная в тот же чёрный цвет. Слой теплоизоляции задерживает тепло, которое накапливается в доме, аккумуля-

руя его в батарее, представляющие собой слой пластиковых бутылок с водой, устроенных под полом.

Всё под полом забито пластиковыми бутылками с водой общей массой до четырёх тонн. Вода, как известно, держит тепло очень хорошо. На ночь тепла от таких батарей полностью хватает. И хотя на улице морозно, в доме +26°C, жарковато даже.

Владимир Васильевич построил свой экодом под Новокузнец-

ком, где в году солнечных всего 180 дней. В самые холодные декабрьские дни он подтапливает жилище печкой. Рассказывает, что если бы такие дома строили возле Байкала, где 300 дней в году светит солнце или, например, на Алтае, то их можно было бы делать полностью автономными.

Важно учитывать, что в Сибири очень сухо. Поэтому чем сильнее мороз в солнечный день, тем больше тепла в доме. Во влажном климате такой эксперимент не сработал бы.

Физик работает над тем, как превратить излишки тепла в

электрическую энергию, которую можно было бы использовать для того же электрического чайника.

Удивительный экодом Владимир Чигарских построил своими руками, реализовав в жизнь опыт и знания в области разных наук.

Учёный не получает никаких субсидий от государства на свой эксперимент.

На крыше дома установлена большая спутниковая тарелка, дающая доступ к Интернету. В рабочем кабинете стоят компьютеры, соединяющие учёного с миром коллег-единомышленников.

Несколько часов в день Владимир Васильевич проводит в интересных дискуссиях и обмене опытом.

Вот уже четыре года Владимир Чигарских работает над экспериментом своего экодому, постоянно совершенствуя его. Самые большие работы приходится на лето, когда надо достраивать Солнечный дом. Идей много, но московских чиновников они не интересуют. Может быть, это оттого, что в столице мало солнца, предполагал физик.

— В Москве вообще сложно протолкнуть эти идеи, потому что у них мало солнца по сравнению с той же Сибирью, — вздыхает инженер. — Не верите? Запросите данные Гидрометцентра, это не секрет. Влажность там выше, излучение слабенькое. Солнечных дней в году мало, всё больше пасмурных дней. И как разговаривать о солнечном с людьми, которые солнца не видят? — рассказывает физик корреспонденту интернет-издания kemerovo.rusplit.ru.

Учёный торопится усовершенствовать своё жилище и оставить потомкам самую простую идею солнечного дома, не претендуя на лавры и награды, полностью посвящая себя смыслу его жизни — автономному экодому.

<https://asenergy.ru>

# Ох, уж эти заборы!..

Они стали уже помехой в нашей повседневной жизни

Что-то невероятное, на наш взгляд, делается с городской средой за все последние годы. С одной стороны, есть признаки к лучшему в результате набравшего темпы современного строительства, реализации национального проекта. С другой стороны, больше препятствий, передвигаясь по городу, встречаешь на своём пути. Основные препятствия — это заборы, с помощью которых стараются отгородиться от внешней среды обитатели новостроек. Объяснение такое — для порядка и обеспечения для людей безопасности. Но за этим вновь выстроенным забором оказывается не только жилой сектор, но и социальная сфера, услугами которой может воспользоваться каждый. И вот начинаешь задумываться: что тут больше от этих заграждений — пользы или, наоборот, вреда?

Считалось, что забором в обязательном порядке нужно обнести больницы и детские дошкольные учреждения. Было ясно — вопросов, кажется, не возникло. Они, эти вопросы, появились, когда оказались перекрыты подступы к школам, не только к частным, но и государственным, муниципальным учреждениям: попасть на территорию можно, но только в часы их работы. За

последние годы к ним добавились ещё и жилые дома, они стали отгораживаться от внешнего мира. Объяснение такое же — обеспечение безопасности. В основном это вновь построенные комплексы. Проходя мимо них, невольно задаёшься вопросом: как попасть на их территорию, если нужна какая-то заставка?

Но это, оказывается, ещё полбеды. У нас стали перекрывать не только производственные и жилые территории, но даже улицы. На одной из них пришлось столкнуться, когда нужно было пройти по ней, чтобы попасть на другую улицу, расположенную по соседству. Причём улица, которая имеет остановку общественного транспорта — трамвая и автобусов. Такой улицей в Санкт-Петербурге оказалась имени Дудко. Выйдя из трамвая, мы прямоком не правились в глубь неё, но ни предупредительных знаков, ни напоминаний, что сквозной проход закрыт, не увидели. Пройдя метров четырёхста, наткнулись на железный забор, его ворота были на замке. Ворота для транспорта — это ещё как-то можно понять, но не для пешеходов. Какую такую немилость решили проявить в их отношении?!

Идущий следом мужчина уже далеко немолодых лет, поравняв-

шись с нами, внёс кое-какую ясность в появившееся у нас недоумение:

— Этому забору уже лет пятьдесят, не меньше, — поделился он своей осведомлённостью. — В непосредственной близости предприятие, вот оно и решило: территорию, находящуюся рядом с производством, перекрыть, под надзор попала и вот эта проезжая улица.

— Но это же не какой-то обычный переулочек, а улица, такая же, как имени Ольги Берггольц, Крупской, Ткачей, Фарфоровая и ещё многие подобные, соединяющая проспект Обуховской обороны с другими магистралями города, например, с улицей имени Бабушкина или имени Седова? — попытались мы разобраться.

Но наш собеседник был неумолим: мол, что вы хотите, не нам с вами этот вопрос обсуждать.

Прав он был или нет, сомнение, однако, осталось. С каких пор мы стали огораживать территории, в том числе улицы, лишая прохода по ней даже не транспорт, а пешеходов? Неужели всему этому — частная собственность? С ней поступают так, как считают нужным. Стали огораживаться до такой степени, что не знаешь, как пешеходу попасть к нужному ему объекту! Нам ничего не оставалось, как

вернуться к остановке общественного транспорта, на проспекте Обуховской обороны, чтобы обогнуть два-три квартала и таким образом попасть на нужный нам объект. Это дополнительно заняло примерно более получаса. Кому-либо подобные вопросы задавать было бесполезно. Но они остались и коснулись не только данной ситуации, в которой мы оказались.

Повсеместно возводимые ограждения стали помехой для перемещения граждан по проспектам и улицам наших городов, и нередко вызывают нарекания и непонимание у людей: неужели в любом случае мы должны отгораживаться друг от друга, прячась за заборами, о которых, также задавшись вопросом, даёт ответ в своей песне известный российский исполнитель Михаил Ножкин:

Зачем человеку заборы?  
Зачем рождают споры,  
Зачем мешают людям,  
Когда ж мы ломать их будем?!..

Ответ на вопрос пока, к сожалению, остаётся открытым.

**Михаил БУТОРИН,**

член Союза журналистов Санкт-Петербурга и Ленинградской области, доцент СПбГУПТД



# Проект «Венера»: переосмысление устойчивого будущего

**П**роjekt «Венера» — это амбициозное и инновационное социальное, экономическое и технологическое предложение, которое предусматривает будущее, построенное на принципах устойчивости, экономики, основанной на ресурсах, и глобального сотрудничества. Проект, основанный Жаком Фреско и Роксаной Медоуз, направлен на решение некоторых из самых насущных проблем человечества, включая бедность, ухудшение состояния окружающей среды и неравномерное распределение ресурсов. Выступая за всеобъемлющую перестройку общества, проект «Венера» предлагает радикальный отход от нашего нынешнего образа жизни.

«Когда государство ежегодно тратит 500 миллиардов долларов на оборонную промышленность и лишь два миллиарда на исследование среды нашего обитания, стоит задуматься, действительно ли на Земле существует разумная жизнь?» — Жак Фреско.

## Цели и принципы

В основе проекта «Венера» лежит видение создания экономики, основанной на ресурсах. Эта система стремится исключить использование денег, рынков и традиционных экономических методов и вместо этого полагается на разумное управление ресурсами Земли с помощью передовых технологий. Цель состоит в том, чтобы распределять ресурсы эффективно и устойчиво, обеспечивая потребности каждого человека, а также заботясь о планете.

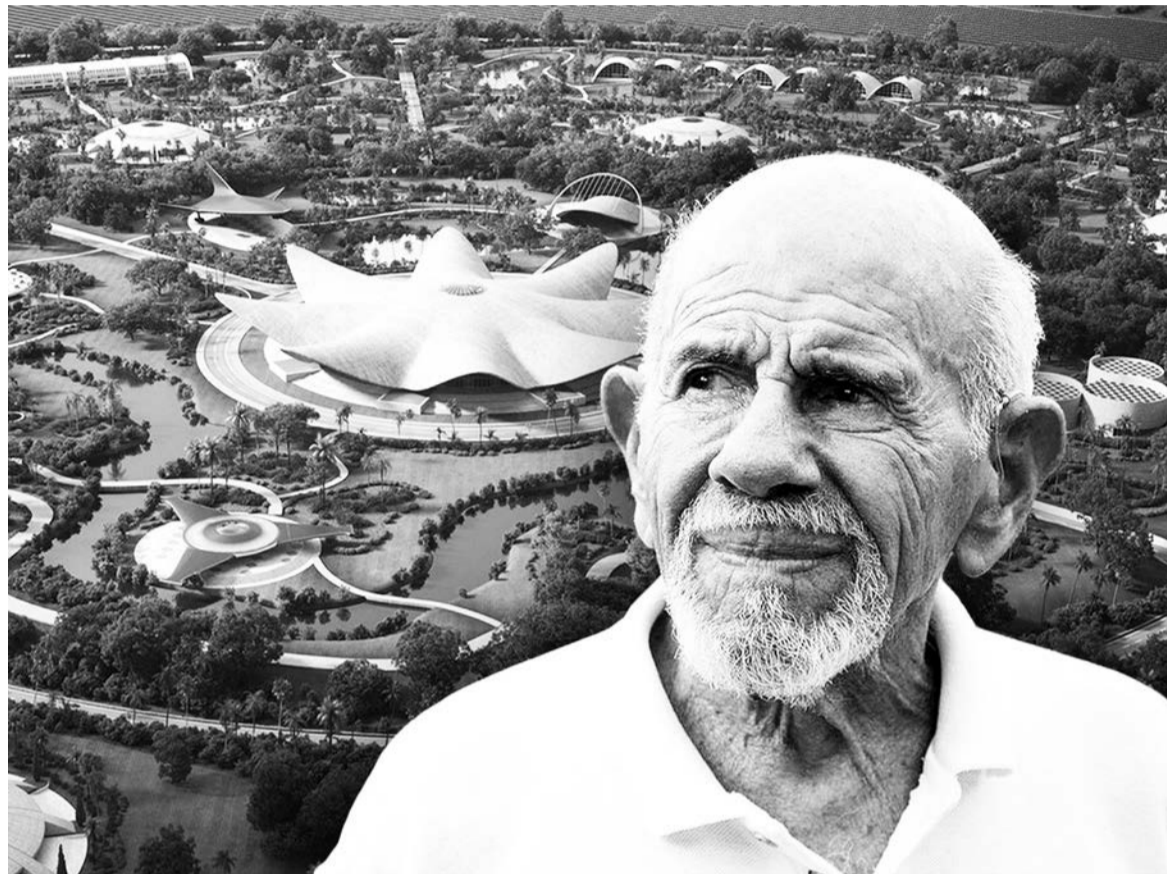
«Не хватит никаких денег, чтобы снести трущобы и застроить их школами, даже если каждый будет исправно платить налоги. Но если взять все деньги, в которые людям обошлась Вторая мировая война, мы могли бы построить дом для каждого на планете и навсегда стереть трущобы с лица Земли» — Жак Фреско.

Ещё одним центральным принципом проекта «Венера» является глобальное сотрудничество и устранение границ. Укрепляя чувство единства между нациями, проект стремится переключить внимание человечества с конкуренции и конфликтов на совместные усилия, направленные на коллективное решение глобальных проблем.

«Мы либо научимся жить вместе, либо погибнем по одиночке» — Жак Фреско.

## Технологическая интеграция

Технологии играют жизненно важную роль в видении проекта «Венера». Сторонники считают, что, используя передовую автоматизацию, искусственный интеллект и устойчивые технологии, мы можем оптимизировать распределение ресурсов и создать более справедливое и эффективное общество. Автоматизация может устранить рутинную и трудоёмкую работу, позволив людям сос-



утопического общества, он также сталкивается с серьёзными проблемами и критикой. Одним из основных критических замечаний является возможность перехода от нашей нынешней экономической системы к экономике, основанной на ресурсах. Осуществление такой масштабной социальной и технологической перестройки потребует глобального консенсуса и хорошо спланированной стратегии перехода. Кроме того, некоторые критики утверждают, что видение проекта может быть чрезмерно оптимистичным, упускающим из виду сложность человеческого поведения, культурного разнообразия и исторического контекста. Другие выражают обеспокоенность возможными злоупотреблениями властью и концентрацией власти в руках немногих избранных, которые контролируют передовые технологии и системы управления ресурсами.

«Если вы полагаете, что мир нельзя изменить, это лишь означает, что вы не один из тех, кто его изменит» — Жак Фреско.

## Заключение

Проект «Венера» — это дальновидное предложение, направленное на решение самых насущных проблем нашего времени и предложение альтернативного видения устойчивого и справедливого будущего. Хотя его реализация может столк-

### СПРАВКА

**ЖАК ФРЕСКО (1916–2017)** — американский футуролог, социальный и промышленный инженер, автор проекта «Венера».

Основная идея проекта — объединение всех стран и континентов для развития цивилизации мирным путём. Этот труд вместил в себя все научные открытия и наблюдения учёного, его можно назвать трудом всей жизни Жака Фреско.

Для его проекта основными направлениями стали:

- холистический дизайн;
- пассивный дом;
- города с устойчивым развитием;
- ресурсно-ориентированная экономика;
- всеобщая автоматизация;
- кибернетические технологии;
- роль науки в обществе.

Жак был уверен, что если цивилизация пойдёт по выбранному им пути, все народы мира смогут быть обеспечены всеми благами планеты, производимыми для всех, а самое главное — они будут доступны бесплатно.

В 2012 году Жак приезжал в Россию. Он посетил Москву, дал пресс-конференцию, в которой упоминал нашего президента Владимира Владимировича Путина и надеялся на помощь нашей страны в реализации его идей в проекте «Венера».

редоточиться на личном росте, творчестве и интеллектуальных занятиях.

Проект выступает за создание умных городов, что будут объединять устойчивую инфраструктуру, возобновляемые источники энергии и передовые транспортные системы. Города будут связаны между собой, обеспечивая доступ к ресурсам и возможностям для всех жителей независимо от их местонахождения.



## Образование и социальные сдвиги

Проект «Венера» признаёт решающую роль образования в создании устойчивого будущего. Продвигая целостный подход к обучению, проект стремится дать людям возможность стать критически мыслящими, решающими проблемы и ответственными гражданами мира. Образование будет отдавать приоритет сотрудничеству, творчеству и экологической осведомленности.

«Дети могут учиться всему уже в том возрасте, когда вы им сказки читаете. «Овечка встретила коровку. «Му-му» — сказала коровка. «Бе-бе» — ответила овечка. Вы забываете голову ребёнка этим дерьмом и хотите, чтобы он вырос разумным?» — Жак Фреско.

Кроме того, проект подчёркивает сдвиг в социальных ценностях. Материальные блага и личное богатство уступят место сосредоточению внимания на личном развитии, благополучии и общем благе. Эта культурная транс-

формация направлена на сокращение отходов, поощрение чувства общей ответственности и развитие сочувствия и понимания среди всех членов общества.

«Я — патриот земли. Для меня не имеет значения, в каком месте на её поверхности живёт тот или иной человек. Мне не приятны игры властолюбивых политиков и мне наплевать, в каких отношениях находятся наши с тобой страны. Мы все — люди, человечество — один биологический вид. Мы населяем самую лучшую из известных нам планет — Землю. Мы — одни из тысячи световых лет вокруг. Ресурсы — это всё, что у нас есть. Я не вижу важности в том, кто владеет каким-либо кусочком этой планеты, если мы уничтожим её ядерным взрывом или просто израсходуем все жизненно важные запасы, попытайтесь доказать свою мнимую правоту. Я люблю свой дом — свою планету Земля» — Жак Фреско.

## Проблемы и критика

Хотя проект «Венера» представляет убедительное видение

нуться со значительными проблемами и критикой, амбиции проекта вызывают важные разговоры о направлении развития общества и роли технологий в формировании нашей коллективной судьбы. Независимо от конечной судьбы проекта, его основные принципы и идеи побуждают нас переосмыслить наши нынешние системы и стремиться к более сострадательному, устойчивому и кооперативному миру.

«Мы несправедливо заявляем, что человек — высшая ступень эволюции: этому учат в школе. Человек уничтожает океаны, рыбу, атмосферу и друг друга. Человек, пролетая над городом, нажимает на кнопку и сжигает всех жителей атомным оружием. Наивысшее ли он творение природы? Ещё нет, на мой взгляд. Нам предстоит долгий путь. Мы либо создадим рай на Земле, либо уничтожим себя и впадём в забвение. Только будущее даст ответ. Каким оно будет — зависит от нас» — Жак Фреско.





## Родовой рецепт выпечки аржаного хлеба

Я живу в Удмуртии. Исстари у нас выращивали и выращивают аржу (рожь). Редкий год были плохие урожаи. Поэтому всё население выпекало такой хлебушек. Я выросла именно на таком хлебе. Аржу сейчас называют рожью, а ещё лет 20 назад можно было услышать её древнее название.

Чтобы испечь хлеб из аржи, нужно смолоть зерно. Мельницы были повсеместно. Сделать закваску: в 0,7 л банку наливаем воды 50 г, добавляем 3 ложки муки, хорошо перемешиваем и ставим в тёплое место. И так три дня. Воду берём холодную. Через 3–4 дня банка наполнится пузырчатым тестом, оно дышит.

Далее наливаем холодную воду в квашню. Если есть, можно добавить столько же молочной сыворотки. Сыворотка способна изменить глютен, сделать его полезным. Всё хорошо перемешиваем деревянной ложкой и ставим квашню в тёплое место. Обязательно приговариваем: «Благословляем». Лучше творить квашню

вечером, так как аржаная мука дольше киснет. Утром в квашне будет пузырчатое тесто, слегка кислое (если более кислое, можно добавить тёплого молока или воды).

Далее замешиваем тесто, перед этим добавляем соль по вкусу и пару ложек растительного масла. Муку подсыпаем порциями. Когда загустится тесто, далее месим рукой, тесто начинает пыть и, готовое, оно отлипает от руки. Теперь готовим форму (какую-либо посуду) для хлеба для расстойки. Форму на 2/3 заполняем тестом, перед этим тесто перекидываем несколько раз из одной руки в другую.

Если будете выпекать подовый хлеб, то тесто точно так же кладите в расстойку.

Если печёте в печи, сначала нужно её растопить, как прогорят дрова, разровнять угли в печи, минут через 20 угли сгрести в подтонок. За это время хлебушек должен подняться выше формы примерно на 1 см. Если печь ещё не готова, то форму следует



поставить в прохладное место. Под печи проверяем деревянной (хлебной) лопатой: если лопата не искрит, хлеб можно ставить в печь. Если подовый хлеб, то под нужно вымести помелом — мягкой метёлкой из мочала. В таком случае тесто замешивается более густым; форму с тестом осторожно опрокидывают на хлебную лопату и аккуратно кладут на под. Печь закрывают заслонкой, и через 20 минут хлеб должен сверху поджариться

(не сильно), а далее он выпекается 30–40 минут с открытой заслонкой.

Хлеб готов, достаём его лопатой. Я всегда беру голыми руками, правильно испечённый хлеб руки не жжёт. Если сильно поджарился, брызгаю со всех сторон водой, заворачиваю в старенькие, лучше льняные тряпки и сверху укрываю ещё чем-то тёплым. Через 10–12 часов хлеб дозреет и будет готов к употреблению.

Такой хлеб хорошо хранится,

очень вкусный, ароматный и сытный.

Если печь хлеб в духовке, то при температуре 250°C — 1 час. Совет: можно печь хлеб из пшеничной муки, используя молочную сыворотку, тем самым убавить глютен.

Свежеиспечённый хлеб отмываем руками и макаем в подсолнечное масло — очень вкусно! У нас до сих пор сеют лён и делают из него масло.

Раньше во всех домах сами пекли хлеб. Идешь в школу 1,5 км по деревне — и такие ароматы были мощные! Кстати, хлебный запах убирает все отрицательные энергии. И ещё когда выпекали хлеб, из этого же теста пекли картофельные или морковные шанежки.

Много лет искала древнюю рожь-аржу наших предков. Она не содержит глютена. Осенью 2023 года мне высала семена Алла Николаевна из Челябинска. Благодарю, Аллочка, тебя!

Делайте же свой хлебушек, кормите им свою семью!

Мой адрес: Удмуртия, Селтинский район, с. Халды, ул. Школьная, д. 18.

Лидия Павловна ТЮЛЬКИНА

## Блюда старой деревни: рецепты моей прабабушки

Хочу поделиться своей коллекцией старинных деревенских рецептов дореволюционного времени (1915–1934 гг.). По ним готовила ещё моя прабабушка, Екатерина Клементьевна. Она пересказала все эти рецепты моей бабушке, со слов которой я их и записала.

В те далёкие годы в деревне не было решительно никаких благ цивилизации и всю еду готовили на печке. Я опробовала все рецепты и могу сказать, что повторить получилось далеко не все блюда. Ведь газовая или электрическая плита — это совсем не то. Ну а в дачной печке получилось всё.

И всё-таки несколько рецептов вполне можно адаптировать к современным условиям, что я и сделала. Делюсь ими с вами!

### Хлебный суп

Вкусный экспресс-суп лучше всего подать к столу в керамических мисочках. Хлеб можно брать не ржаной, а цельнозерновой или отрубной или взять часть хлеба и часть ржаных сухариков. По желанию в готовый суп можно добавить 1–2 ст. ложки хлебного кваса или растворить в нём кусочек плавленого сыра.



Ингредиенты на 4 порции:  
• ржаной хлеб — 400 г;  
• лук репчатый — 3 луковицы;  
• зелёный лук — 50 г;  
• яйцо — 1 шт.;  
• немного тмина или кориандра — по вкусу.

Нарезаем ржаной хлеб маленькими ломтиками, репчатый

и зелёный лук — брусочками. Выкладываем хлеб и лук на сковороду и обжариваем вместе 5 минут на растительном масле. После этого перекладываем в кастрюлю, заливаем кипячёной водой, добавляем тмин или кориандр (в зависимости от сорта используемого хлеба), доводим до кипения и вливаем яйцо. Настаиваем 15–20 минут под крышкой.

### Луковые котлеты

Эти котлеты из зелёного лука очень вкусны как в горячем, так и в холодном виде. Подавать их лучше всего со сметаной.



Ингредиенты на 3 порции:  
• зелёный лук — 500 г;  
• яйца — 3 шт.;  
• мука — 2 ст. ложки;  
• растительное масло для обжаривания.

Зелёный лук мелко нарезаем и слегка разминаем деревянной толкушкой. Добавляем муку, перемешиваем её с луком, вбиваем яйца и снова перемешиваем. Полученную массу выкладываем столовой ложкой на хорошо разогретую сковороду в виде котлет, обжариваем их с двух сторон до подрумянивания примерно в течение 5–7 минут.

### «Богатая» каша

Обязательно добавьте в кашу немного сушёных белых грибов, это придаст ей неповторимый аромат.

Ингредиенты на 3 порции:  
• крупа перловая — 300 г;  
• лук репчатый — 2 средних луковицы;

- морковь — 2 шт. крупные;
- отварные грибы — 200 г;
- лесные орехи — 100 г;
- семена тыквы — 3 ст. ложки;
- растительное масло для заправки;
- соль — по вкусу.

Нарезаем лук кольцами, морковь — соломкой.



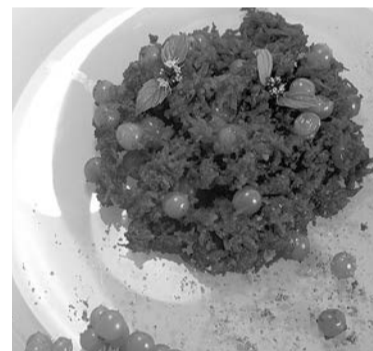
На дно гусытницы (толстостенной посуды) наливаем 60 г растительного масла, укладываем лук и морковь, тушим 10 минут под крышкой. Затем выкладываем сверху слой перловой крупы, орехи и семена, а затем снова слой перловой крупы. Осторожно заливаем водой чуть выше уровня крупы, солим, закрываем крышкой и ставим вариться на 1,5 часа.

За 15 минут до готовности добавляем нарезанные отварные грибы (если они мелкие, их можно не нарезать), размешиваем, довариваем кашу, а затем снимаем с огня и оставляем упревать на 15 минут. После этого заправляем растительным маслом по вкусу.

«Богатая» каша может быть и сладкой. В этом случае вместо грибов используйте смесь любых сухофруктов и увеличьте количество орехов и семян.

### Пареная калика (брюква) с калиной

Брюкву с калиной можно подать на стол в горшочке, разложить по тарелкам или керамическим мисочкам. Если решили приготовить это блюдо в печи на даче, хорошо бы замазать крышку горшочка глиной, чтобы не было щелей.



Ингредиенты на 3 порции:  
• брюква — 500 г;  
• мёд — 100 г;  
• ржаной хлеб с солодом — 200 г;  
• ягоды калины — 150 г;  
• кориандр — по вкусу;  
• несколько листиков мяты.

Брюкву отварите и натрите на крупной тёрке.

Солодовый хлеб крошите и слегка подсушите на сковороде.

В керамический горшочек положите брюкву, хлеб, мёд, кориандр, ягоды калины, мяту и хорошо перемешайте. Поставьте горшочек в духовку и запекайте в течение 15 минут при температуре 200°C.

Затем отключите плиту, но не вынимайте горшочек, а подержите его там ещё четверть часа, чтобы все компоненты хорошо пропарились при понижающейся температуре.

Перед подачей на стол украсьте блюдо листиками мяты.

### Салат из огурцов и листьев чёрной смородины

Ингредиенты на две порции:  
• огурцы — 7–8 шт. небольших;

- зелень — 200 г;
- укроп — 2 зонтика;
- молодые листочки чёрной смородины — 8 шт.;
- чеснок — 4 зубчика;
- сметана — 400 г.

Нарезаем огурцы кубиками. Чеснок измельчаем в прессе. Смешиваем огурцы и чеснок с мелко нарезанными листьями смородины, зеленью и зонтиками укропа и заправляем сметаной.



### Крахмальные блины «Два в одном»

Ингредиенты на 3 порции:  
• яйца — 2–3 шт.;

- молоко — 0,7 л;
- крахмал — 4 ст. л.;
- соль — по вкусу.

Все перечисленные ингредиенты хорошо перемешиваем. Получившееся «тесто» порциями выливаем на сковороду, смазанную топлёным маслом, и печём блины.



Подаём на стол горячими, со сметаной или молоком. Оставшиеся блины нарезаем полосками и используем как обычную лапшу для любого супа — мясного, молочного или овощного.

В идеале, конечно, все продукты должны быть домашними, а овощи — со своего огорода. Я пробовала готовить из магазинных и из своих. Магазинные овощи в этих блюдах безвкусные, а иногда даже структура у них совершенно не та. Видимо, всяческая химия сказывается. Ну а если вы возьмёте настоящие овощи, дары вашей дачи, всё у вас получится!

Ольга ВОРОНОВА

<https://recepty.7dach.ru>



# Парники на любой вкус

Без парника на даче не обойтись: весной в него переезжает подрастающая рассада, которой стало тесно на подоконнике или пришла пора принимать закалывающие процедуры. Когда с грядки ещё не полностью сошёл снег, под его тёплым крылом уже весело зеленеет петрушка, лук и ранняя редисочка. А осенью он поможет поздним сортам овощей отдать последний урожай.

## Индивидуальные

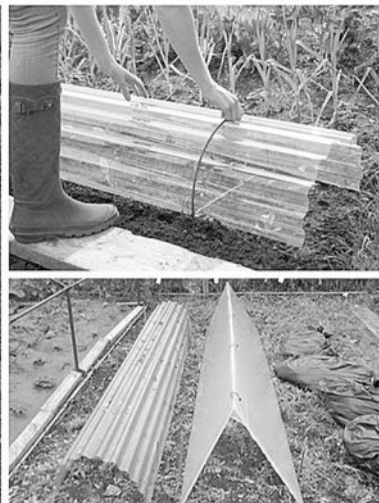
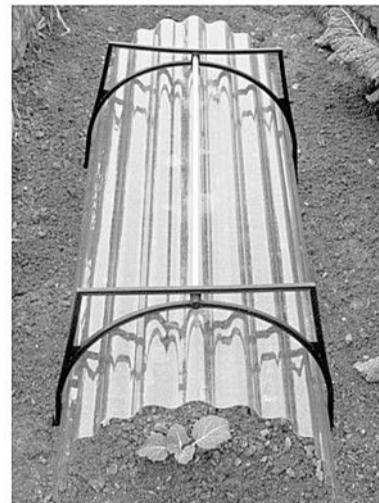
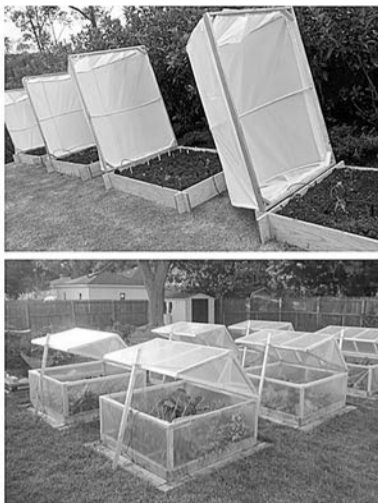
В первую очередь покажем самые стильные мини-парники — стеклянные клоши (купола). Благодаря приличному весу и широкому основанию они устойчивы, оснащены удобной ручкой, ну и просто очень красивы! Но на своём огороде их не вижу: чтобы укрыть моё полчище рассады, потребуется оптовая закупка стеклянной красоты, что выльется в немалую сумму. А сколько времени уйдёт на то, чтобы расставить и убрать эти купола, и где их хранить? Нет, огород обойдётся без них. Вот в цветник под окном пару-тройку штук поставить — это с удовольствием.

Хотя, надо признать, от некоторых моделей я бы не отказалась — нравится мне винтажный стиль.

Модели попроще тоже хороши, к тому же идеально подойдут для укрытия рассады, которая быстро обзаводится крупными листьями — тыквы, кабачков.

Бюджетный альтернативный клош — обычная банка. Конечно, она не так устойчива и подойдёт только на раннем этапе развития рассады. Подросшие растения протискивать в узкое горлышко не только неудобно, но и опасно, — долго ли сломать хрупкие стебельки?

За неимением лучшего можно сделать парничок из бутылок,



бутылей и канистр. Минус — они лёгкие, особенно первые два варианта, и по красоте уступают фабричным стеклянным «шляпкам». Но есть и достоинство — вентиляция: холодно — крышка на месте, жарко — снял, и порядок.

Такие парники могут стать выходом из затруднительного положения: например, если нет материала на укрытие целой грядки или защита требуется единичным экземплярам.

## Фабричные

Производители постарались учесть самые разнообразные запросы садоводов и огородников. В результате купить парник любого размера и формы — не проблема.

Компактные вместительные стеллажи наверняка пригодятся горожанам: рассаду закалывать нужно, а полезная площадь ограничена. Зонтик надёжно укроет от возвратных заморозков даже хорошо подросшие кусты томатов, перцев и баклажанов.

Стекло-деревянные щёголи однозначно украсят сад, вот только стоят они немало, и вместительными их не назовёшь, и хранить проблематично...



## На каркасе

Готовые парники хороши, спору нет, но всё же большинство дачников предпочитают сооружать их собственноручно. Проверенный не одним поколением дачников вариант — плёнка на деревянном каркасе. Неоспоримое преимущество обустройства своими руками — размер укрытия подгоняется под количество рассады, а не наоборот. Кому-то большой парник без надобности, а на маленький и материала уйдёт всего ничего, и по времени не затратно. А кому-то одного, даже вместительного, будет мало!

С появлением пластиковых труб дачники быстро смекнули, что этот материал гораздо практичнее древесины: лёгок, пластичен — можно придать форму арки, долговечен, не требует покраски. В итоге появились самые разнообразные конструкции, в том числе с функцией полива.

Если есть сварочный аппарат для полипропиленовых труб, задача упрощается в разы. Впрочем, и без него обойтись можно. Кстати, плёнку на трубе очень удобно зажимать обрезком шланга — держит надёжно.

## Пристенные

Обустроить парник с подвешенной стороны у стены — отличная идея. Самая простая конструкция: боковые панели и крышка. Более эстетичный вариант — аккуратные шкафчики.

В принципе, всё в ваших руках: парник можно сделать таким красивым, что все соседи обзавидуются!

## Дверцы и крышки

Важная часть конструкции, ведь парник придётся регулярно проветривать, ставить и вынимать из него рассаду. Крышки должны надёжно фиксироваться в открытом положении: в зависимости от материала и размера сооружения их вес может



дело не станет, раздобыть несложно. Но как представляю, что бесполезное после высадки рассады сооружение будет мозолить мне глаза, так желание соорудить его пропадает без следа. Остальные варианты рассматриваю только как возможные способы выхода из затруднительной ситуации, — в жизни всякое бывает, а рассаду от холода укрывать надо.

Если после строительства остались обрезки поликарбоната или шифера из ПВХ, их можно пустить на обустройство парника. Главное — не забыть надёжно припилить к земле прозрачный свод, иначе с первым порывом



быть немалым. Да, и не забудьте о ветре: сильные порывы в лучшем случае оторвут крышку, в худшем — опрокинут весь парник.

У нас сильные ветра — обычное явление, поэтому поставить подобные парники я бы не рискнула.

На мой взгляд, одна из самых практичных систем, — «хлебница».

Всё, что нависает над головой, так или иначе представляет опасность. Парники-«бабочки» выглядят безупречно, только вот крышки... В общем, если будете делать парник с такими дверцами, позаботьтесь о надёжных фиксаторах.

А чтобы было проще выбрать подходящий именно вам вариант, присмотритесь к распашным, откидным, раздвижным и съёмным дверцам.

## Из подручных материалов

Признаюсь — это мой вариант. Не хочу я стационарный парник, хотя некоторые мне очень нравятся. Мобильная конструкция, которая легко сооружается и быстро разбирается — то, что мне нужно.

Если у вас в запасе есть ненужные оконные рамы или двери, присмотритесь к этим сооружениям. Возможно, одна из идей станет прообразом парника на вашем участке.

ветра сооружение улетит в неизвестном направлении.

Находчивый дачник всегда сумеет найти выход из положения: пластиковые контейнеры или старый аквариум — всё пригодится!

## Осенние

Несколько слов о парниках для осеннего доращивания — они не менее важны, чем весенние! Наверняка опыт по их обустройству у большинства дачников уже имеется, но никогда не помешает рассмотреть новые идеи — вдруг пригодятся?

Мне приглянулся солидный шатёр над грядкой, но на моём участке он вряд ли появится. Я сооружаю парники сама, поскольку выбор типа конструкции — яблоко раздора в нашей семье. Мужу надо строить на века, основательно, масштабно. А я предпочитаю временные укрытия, которые ему крайне не нравятся. Одной мне с обустройством шатра не справиться, а мужа привлекать опасюсь: ему он точно покажется хлипким, и будет предложено усилить конструкцию. Во что это выльется в итоге, представить невозможно.

Светлана

Краснодарский край  
<https://7dach.ru>







# Как проращивать картошку — в темноте или на свету?

Весна, однако. И хотя снега у нас навалило — не в пример прошлым годам, но вот уже и птички поют, и солнце светит (а главное — греет), а небо пронзительно-синее. И значит, пора проращивать картошку.

## В темноте или на свету?

Существует немало рекомендаций о том, как нужно проращивать картофель перед посадкой.

Чаще всего рекомендации по подготовке картофеля к посадке включают в себя три основных способа:

- сухое проращивание на свету;
- влажное проращивание;
- комбинированное.

Не стану останавливаться на тонкостях. Хочу лишь коснуться вопроса об освещении — в темноте стоит проращивать картофель или на свету?

## Освещение — гарантия формирования крепких, коренастых ростков

Сторонники светлого метода приводят такие аргументы в пользу проращивания на свету: ростки образуются крепенькие, коренастые, в отличие от длинных белых этиолированных задохликов, вынужденных прорасти в темноте и тянуться.

от других болячек. Как следствие — повышается урожайность.

• Картофель, пророщенный в темноте, быстрее всходит.

• Столоны, на которых образуются клубни, появляются на этиолированных стеблях.

## Как я проращиваю картошку

Проращиваю картошку в темноте. Сначала так получилось. Когда мы переезжали в деревню, я купила восемь сортов типа элиты. Ну, по крайней мере, в том интернет-магазине было сказано так. Получила посылку с пакетиками, в каждом было десять клубней, точнее, клубеньков размером с перепелиное яйцо.

Сначала они добирались ко мне почтой, потом у нас не получалось уехать из города. Бедные элитные картошки и так-то были маленькие, а от таких перипетий стали сморщиваться и усыхать. Чтобы как-то спасти ситуацию, сложила их в таз, в опилки, смешанные с землёй, субстрат этот увлажняла, и так они и переехали. Посажены были в начале июня уже с огромной «бородой» корней, а кое-кто, видимо, в зависимости от сорта, и проросший на поверхность. Результат мне понравился. В следующем году я не стала ничего менять: положила клубни в грунт из опилок и земли, поливала и проращивала. Только,

тянется из этой темноты ростками на свет. Если картофелевод при копании картошки осенью не нашёл все клубни — они прорастанут из темноты на свет.

## С ног на голову

Так что же плохого в том, если при посадке у картошки будут белые ростки? Ведь все части растений, которые не находятся на свету, без хлорофилла — белые, этиолированные.

Этиоляция (естественная) в природе целесообразна: без зелёного пигмента клетки растений более вытянутые, поэтому этиолированные побеги растут быстрее, стремясь к свету, на поверхность почвы. В этиолированных тканях больше фитогормонов, например, ауксинов. Ауксины влияют на фазу растяжения клетки, то есть на рост побегов и корней. Они же стимулируют рост камбия, закладывают механизм взаимодействия органов растения и регулируют ещё массу процессов в жизни растения. После того как росток прорастает на поверхность, происходят изменения в клетках и включаются другие ме-

стики — в клетках образуется хлорофилл, они начинают фотосинтезировать, то есть жить «взрослой» жизнью, производя органические вещества. Происходит дисбаланс — зелёные побеги уже есть, фотосинтез идёт, а корней ещё нет, что является стрессом для растения. А затем клубень с зелёным уже побегом закапывают в землю, тем самым усугубляя стресс — уже приспособленные к свету и функционированию на свету позеленевшие побеги опять попадают в темноту и прохладу.

А ведь есть даже рекомендации, что если на семенном картофеле образовались белые ростки во время хранения, то доставая клубни для проращивания (на свету, естественно), нужно удалить эти этиолированные ростки (по-видимому, самые сильные — потому что первые) и заставить картофель вырастить новые, но уже на свету — зелёные (то есть крепкие — по мнению человека).

## О чёрных кончиках

Во-вторых, пророщенные в темноте ростки служат индикаторами заболеваний, которые могут нести в себе с виду вполне благополучные клубни.

Так, к примеру, страшный и ужасный фитофтороз — в хранилищах заболевание не распространяется (только поражённые фитофторозом участки клубней могут стать открытыми воротами для распространения прочих инфекций, приводящих к гниению картошки). Но именно клубни служат местом зимовки грибки фитофторы, и первые признаки её пробуждения заметны именно на этиолированных ростках. На ростках, появившихся на свету (зелёных) проявления этого грибка не заметны.



Чёрный кончик на ростке

Поэтому даже существует мнение, что картофель нужно проращивать на свету, чтобы не было чёрных кончиков — то есть не решить проблему, а замаскировать её бодрым зелёным проростком. Фитофтора всё равно никуда не

денется, она проявит себя во всей красе уже в огороде.

## Об окучивании

Этот агротехнический приём (окучивание) вроде бы к этапу проращивания картошки не относится. Но для чего нужно окучивать картофель? Наиболее распространённое мнение: на засыпанном землёй стебле картофеля дополнительно образуются корни, а на них — клубни и, значит, повышается урожай.

Но ведь картофель образует не корнеплоды (как свёкла или морковь), а клубни, то есть видоизменённые побеги, утолщённые между междоузлиями, с редуцированными листьями и спящими пазушными почками (глазками). Картофелина по своей сути — ветка, а не корень. Точнее, не ветка, а её часть, природой созданный, готовый к укоренению черенок с запасом питательных веществ на первое время.

Картофель образуется на столонах, которые в свою очередь тоже являются побегами с недоразвитыми листьями, необходимыми растению для вегетативного размножения. Столоны картофеля аналогичны клубничным «усам», только в отличие от наземных «усов» клубники, лютика или лапчатки, у картофеля они подземные. Подземные столоны есть у тюльпанов — только очень короткие, на них крепятся луковички-детки, и у многих других растений.

Подземные вегетативные побеги-столоны картофеля образуются на этиолированном стебле. Именно на этиолированном, то есть пока в нём ещё много фитогормонов ауксинов, отвечающих, как писала выше, за рост побегов и формирование органов растения.

После того как росток картофеля пророс на поверхность и позеленел, механизм формирования растения заменяется другими процессами — выращиванием того, что было запрограммировано на предыдущем этапе. И сколько зелёный стебель не засыпай землёй, столонов он выращивать не будет — на попавшей под землю части стебля образуются только дополнительные корни, а побеги растут уже только обычные — ботва.

Поэтому чем дольше белые, проросшие без света ростки, тем больше они образуют столонов, а значит, больше будет урожай.

Проращивать свой картофель я стала в темноте случайно, ещё до того, как начиталась всевозможных советов на эту тему. Когда начиталась, стала пытаться анализировать. А потом натолкнулась на записи Натальи Сморгчовой, которая сделала для себя выводы, очень похожие на мои собственные. Да ещё и продемонстрировала эти выводы в очень наглядных экспериментах.

**Наталья ПЕТРОВА**  
Псковская область  
<https://7dach.ru>



Картошки, проросшие в темноте



Картошки в пакетах прорастают

Вторая причина пользы света при проращивании — картофельные клубни прозеленяются. На свету вырабатывается соланин, вредный и ядовитый для людей, который защищает растущий картофель от вредителей, в том числе и от грызунов. И этим действительно такой метод привлекает: кому же не хочется, чтобы семенная картошка была крепкой и продемонстрировала большой потенциал?!

## Темнота — друг прорастающего картофеля

Сторонников проращивать «в тёмную», по-моему, гораздо меньше. Но у них тоже есть вполне убедительные аргументы.

• Говорят, что проращивание на свету ускоряет вырождение семенного картофеля. Ничего не могу сказать по этому поводу — не нашла документального подтверждения.

• А ещё — что проращивание в темноте позволяет отбраковать больные клубни ещё на допосадочной стадии, что максимально избавляет от фитофторы, а также



Проросшая картошка

получив опыт, стала каждый клубень размещать отдельно в полиэтиленовом пакете — чтобы не распутывать корни. А пакеты с грунтом и картофелинами ставила в ящик.

## Почему я за темноту для картошки

Потому что, во-первых, мне кажется это наиболее логичным. Картошка сама по себе, без вмешательства огородника, как и любое семя, прорастает в темноте. И

ханизмы. Проращивая картошку на свету, мы лишаем её «детства», когда формируются все нужные во взрослом состоянии органы и механизмы взаимодействия — это как дети войны, которые были вынуждены оставить игрушки и встать к станкам, заменив ушедших на фронт отцов.

Попадая в неестественные для себя условия — на свет, клубень вынужден экстренно перестраивать все свои природные механизмы роста, образовывая зелёные ростки и даже распуская ли-



Поражения внутри внешне вполне здорового свида клубня



# Капуста кале: красота и польза на грядке



Выращивая овощи на своём огороде, дачники стремятся получить витаминный, экологически чистый урожай. Особой популярностью пользуется капуста белокочанная, немного реже на грядках встречается капуста цветная. Но, заботясь о своём здоровье, огородники совершенно забывают о капусте кале. А ведь эта овощная культура, несмотря на своё «заморское» название, может прекрасно развиваться в нашей местности и к тому же во сто крат обгоняет своих капустных «родственников» по содержанию полезных веществ.

## Описание растения

Кале относится к семейству Крестоцветные и нередко скрывается под другими именами — кейл, браунколь, брунколь, грюнколь или просто кудрявая капуста. Но, в отличие от своих капустных «сестриц», эта разновидность кочана не формирует, а отдаёт свой урожай в виде невероятно красивых курчавых листьев.

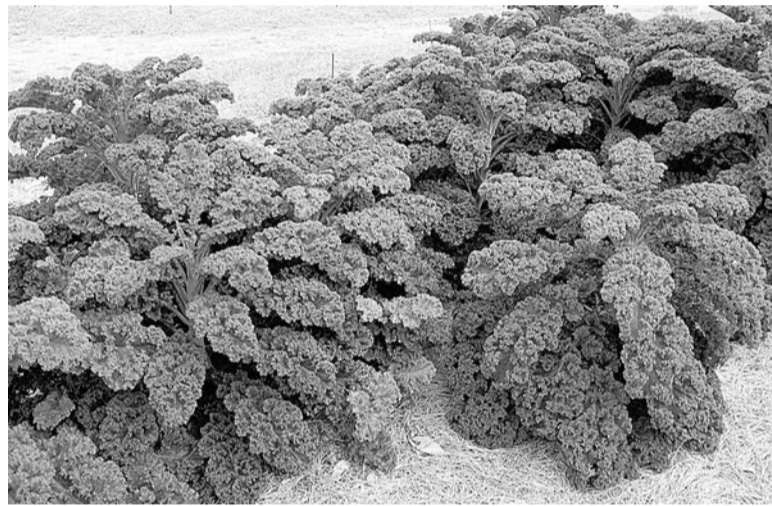
В зависимости от вида кале может представлять собой пышную листовую розетку либо развиваться в виде эффектной «пальмы», достигая порой высоты в 1 м. Казалось бы, такой красавице, которая может быть наряжена в ярко-зелёные, сизо-зелёные, тёмно-красные или фиолетовые одежды, самое место в цветнике, ведь она может дать фору многим декоративным культурам.

Но эта культура ценится не только за эффектный наряд. Пожалуй, самое главное её достоинство — это невероятно богатый химический состав сочных кудрявых листочков, которые при употреблении в пищу насыщают организм самыми разнообразными витаминами, минералами и биологически активными соединениями.

## Полезные свойства

Эта листовая капуста занимает одно из первых мест среди продуктов растительного происхождения по количеству белков и может выступать прекрасной альтернативой мясу. Кроме того, она содержит 25 жизненно важных аминокислот, а содержание в её листьях жирной кислоты Омега-3 приравнивается к количеству этого вещества в рыбных продуктах.

Стакана свежеприготовленного смузи или тарелки салата из листьев брунколи будет достаточно, чтобы покрыть суточную потребность организма в витамине А. К



нему в весомом количестве присоединяются ценные витамины группы В, РР, С, К, калий, магний, фосфор, цинк и селен, а также лютеин и зеаксантин.

Отдельно стоит упомянуть о кальции, которого в листьях кудрявой капусты содержится столько же, сколько в молочных продуктах. И это при том, что в 100 г кале всего 50 ккал! Она просто незаменима в диетическом питании.

Чтобы получить максимальную пользу от употребления в пищу кудрявой капусты, её листья в первую очередь нужно использовать в свежем виде. Также листья кале можно добавлять в супы, овощные рагу, готовить из них лёгкие гарниры для мяса и рыбы, начинки для пирогов, заготавливать на зиму (квасить, мариновать, сушить, замораживать). Как говорится, была бы фантазия и желание включить в рацион этот диетический и полезный продукт.

От некоторых огородников можно услышать не лестные отзывы о вкусовых качествах кале. Её перезревшие листья, действительно, грубеют и становятся невкусными, поэтому сбор урожая нужно проводить своевременно. Молодые листочки этого растения имеют очень нежную текстуру и лишены терпкости и горечи, которые характерны для старых листьев.

Но и от этой горчинки легко избавиться, если перед употреблением в пищу листья кале поместить на некоторое время в морозилку. Такой же эффект произойдёт прямо на грядке после того, как растение попадёт под первые осенние заморозки.

## Выращивание

Выращивание кале ничем не отличается от привычной для нас белокочанной капусты. Но если последнюю мы высаживаем исключительно на огороде, то для брунколи можно выделить местечко даже в цветнике — на-

столько красиво смотрится это растение на протяжении всего дачного сезона. Курчавые листья кале будут эффектно выглядеть как рядом с другими цветочными культурами, так и в гордом одиночестве, особенно если посадить рядом разноцветные сорта.

Важная особенность кудрявой капусты — её поразительная холодостойкость. Растения могут выдерживать морозы до  $-18^{\circ}\text{C}$ , не теряя при этом ни декоративности листьев, ни их полезных свойств. Более того, под действием низких температур листочки кале приобретают более насыщенную окраску и приятный сладковатый привкус.

## Посадка

Кале не любит пересадку, поэтому семена лучше сразу посеять на грядку под плёночное укрытие в середине или конце апреля, а затем проредить всходы. Если возможности выехать на дачу в эти сроки нет, то кудрявую капусту высевают на рассаду в конце марта или первой декаде апреля.

Для этой цели лучше воспользоваться рассадными кассетами, ячейки которых заполняют лёгким плодородным субстратом, проливают тёплой водой и в каждую выкладывают по 2–3 предварительно намоченных семечка, заглубляя их на 1 см. После появления всходов в каждой ячейке нужно оставить один самый сильный росток.

Уход за рассадой проводят по обычному принципу: регулярный полив, досвечивание сеянцев лампами дневного света, подкормки и поддержание температуры в помещении не выше  $+16...+18^{\circ}\text{C}$ . Рассадку кале нужно поливать умеренно, не переувлажняя грунт, иначе возможно поражение сеянцев чёрной ножкой.

Для подкормок подойдут любые комплексные органоминеральные препараты, которые используют по инструкции. Чтобы малыши хорошо развивались, их нужно удобрить дважды: спустя 12–14 дней после появления всходов и повторить процедуру через пару недель.

Закалённую рассадку высаживают в открытый грунт при наступлении благоприятных погодных условий. Грядку располагают на солнечном месте и предварительно удобряют перегноем и минеральными удобрениями (2/3 ведра перегноя и 1 ст. ложка азотосодержащего удобрения на каждый  $\text{m}^2$ ). Если почва на участке кислая, под перекопку дополнительно вносят древесную золу (до 0,5 кг на  $\text{m}^2$ ). На тяжёлых глинистых почвах кроме этого

нужно внести полведра перепревших древесных опилок на каждый  $1 \text{ m}^2$  грядки.

Земляной ком каждого сеянца аккуратно выталкивают из ячеек и переносят в лунки, которые располагают на грядке с интервалом 30–40 см. Кале заглубляют до нижних листочков, уплотняют вокруг стеблей почву и обильно проливают лунки отстоянной водой.

## Уход

Брунколь — очень влаголюбивое растение, поэтому в течение сезона потребуются организовать полив таким образом, чтобы почва на грядке постоянно находилась в умеренно влажном состоянии. Помимо полива под корень, полезно орошать растения из лейки нагретой на солнце водой.

После каждого увлажнения почвы нужно рыхлить междурядья и слегка окучивать стебли капусты, а также удалять сорняки. Чтобы упростить уход, можно замульчировать грунт под растениями толстым слоем соломы или перепревших опилок. Мульча позволит сократить количество поливов, избавит от необходимости рыхлить почву и остановит рост сорной растительности.

Чтобы получить пышные розетки листьев, кале необходимо периодически удабривать. Первую подкормку нужно провести спустя 12–15 дней после высадки рассады на грядку, используя для этой цели азотсодержащее удобрение. Вторую подкормку



проводят спустя 2–3 недели после первой раствором коровяка (1:10).

Через 3–4 недели нужно удобрить посадки удобрением, содержащим азот, фосфор и калий (1 ст. ложка на 10 л). Подкормки лучше проводить под вечер после очередного полива, расходуя по 1 л того или иного раствора под каждый корень.

## Вредители и болезни

Кале поражается теми же болезнями и вредителями, что и её белокочанная «родственница». При первых признаках грибных заболеваний (кила, мучнистая роса и пероноспороз, белая и серая гниль и т.д.) посадки обрабатывают биологическими препаратами. Растения в запущенной стадии болезни лучше удалить с общей плантации.

Сочные листья кудрявой капусты могут подвергаться атакам гусениц белянки и совки, тли, крестоцветных блошек, капустной моли и других вредных насе-

комых. От них избавляются с помощью биологических инсектицидов.

## Сбор и хранение урожая

В зависимости от сорта кале начинает отдавать свой урожай через 2–3 месяца после появления всходов. Когда розетка листьев кудрявой капусты достигнет высоты 20–25 см, можно начинать срезать первые листья. Чем моложе листья капусты, тем более нежными и вкусными они окажутся. Их срезку лучше проводить ранним утром, когда они максимально напитаны влагой.

В холодильнике листья кале сохраняются в течение недели. В замороженном виде капуста не теряет своих полезных свойств на протяжении полугода. Но самым лучшим вариантом станет приготовление из кудрявых листочков витаминного салата или смузи сразу же, как только они будут сорваны с грядки.

## Виды и сорта

Среди разновидностей кале встречаются растения с волнистыми, курчавыми и махровыми листовыми пластинами. В зависимости от сорта, кале бывает низкорослой (до 40 см), среднерослой (40–60 см) и высокорослой (до 90 см). Кроме того, можно подобрать растения, которые будут отдавать свой урожай в разные сроки — скороспелые, среднеспелые и позднеспелые сорта. Среди сортового разнообразия кале стоит отметить те, которые прекрасно зарекомендовали себя при выращивании в нашей климатической зоне.

Особо выделяется позднеспелый гибрид «Redbor F1» («Редбор

F1») с восхитительными махровыми листьями тёмно-фиолетового оттенка. Эта капуста, похожая на причудливую пальму, вырастает до 80 см в высоту, отличается высокой урожайностью и холодостойкостью.

Порадует щедрым урожаем среднепоздний гибрид «Reflex F1» («Рефлекс F1»), достигающий в высоту 80–90 см и отличающийся сильно гофрированными листовыми пластинами зелёного оттенка. Гибрид выделяется приятным вкусом листьев, отлично переносит холода и позволяет проводить сбор урожая до глубокой осени.

Среди представителей этой высокодекоративной витаминной культуры непременно стоит выделить сорт «Nero di Toscana» («Чёрная Тоскана»). Тёмно-зелёные пу-





зырчатые листья этого сорта покрыты сизым налётом и выглядят очень эффектно. К сбору урожая можно приступать спустя два месяца после появления всходов и продолжать вплоть до устойчивых морозов. Сорт выделяется отменным вкусом листьев и богатым химическим составом.

Выделяется красивыми листьями и компактной розеткой сорт «Dwarf Green Curled» («Зелёный Карлик»), вырастающий не выше 40 см. Листья окрашены в насыщенный зелёный цвет и имеют сильно гофрированную поверхность. Сорт порадует скороспелостью и холодостойкостью.

Отлично зарекомендовал себя в наших краях среднеспелый гибрид кудрявой капусты «Red Russian F1» («Красная Русская F1»). Листовая розетка достигает высоты 50–60 см и выделяется волнистыми серо-зелёными листовыми пластинами с красивой резной каймой, сиреневыми прожилками и черешками. Сорт холодостойкий, урожайный, с нежными сладковатыми листьями.

Станет главным украшением грядки и стола позднеспелый сорт «Scarlett» («Скарлет»), представляющий собой смесь пальмовидных растений высотой 70–80 см с тёмно-зелёными и тёмно-фиолетовыми махровыми листьями. Сорт отличается длительным периодом вегетации, высокой урожайностью и морозостойкостью.

Капуста кале занимает одно из первых мест по содержанию полезных соединений, поэтому заслуживает особого внимания со стороны огородников. Помимо богатейшего химического состава эта культура порадует неприхотливостью в уходе и необычайно эффектным внешним видом.

**Ирина КУДРИНА**  
г. Воронеж  
<https://7dach.ru>



## Костра в садоводстве

Костра — непрядомая часть стебля конопли, образующая в процессе первичной переработки тресты (извлечение пенькового волокна путём трепания).

### Мульча из конопли

Костра — это универсальный натуральный материал, который успешно используется в качестве мульчи. Благодаря современным методам выращивания и сбора урожая материал имеет всегда самое высокое качество. Это экологически чистая и полностью натуральная продукция.

Мульча из конопли не только удерживает влагу, защищает почву от иссушения, но и является прекрасным природным удобрением, которое насыщает почву макро- и микроэлементами, такими как фосфор, калий, кальций, марганец, кремний в оптимальных сочетаниях. Также мульча обеспечивает защиту от прямых солнечных лучей, температурных перепадов, способствует снижению выщелачивания из-за проливных дождей и способствует сохранению в грунте полезных насекомых во время холодных зим.

Мульча активно используется в декоративных целях и подчёркивает контрастность растений на клумбах.

Мульча из костры используется в качестве наполнителя для компостов и субстратов по выращиванию грибов.

Конопля является мощным природным средством по борьбе с фитопатогенами без использо-

вания пестицидов. Мульча из неё поглощает и удерживает влагу в четыре раза больше собственного объёма, постепенно отдавая её и питая корни растений.

Мульча из костры — не только большое количество макро- и микроудобрений, но и чистый и свободный от семян сорных растений разрыхлитель почвы. А если на вашем участке почвы лёгкие, костра послужит отличным связующим звеном для твёрдых частицы, из которых состоит грунт, и предотвратит уход питательных веществ в подпочвенный слой.

### Как работает мульча из конопли

При раскладке мульчи на поверхности почвы слоем 2–3 см она образует защитный слой, который сверху отражает солнечные лучи. В то же время нижний слой удерживает в себе влагу в течение продолжительного времени. Это не только помогает культурным растениям отлично переносить засуху, но и даёт возможность владельцам участков сократить число поливов, а значит, снизить и трудозатраты.

Многочисленные испытания показали, что в условиях холодной зимы на участках, где был защитный слой мульчи из костры, почва промерзала значительно меньше обычного. Это положительно сказывалось на сохранности корневой системы растений. В результате культуры раньше пробуждались после зимы и шли в рост, что позволяло получать более ранние урожаи.



ла и влаги и через некоторое время зародыши семян сорняков погибают.

Является эффективным средством борьбы с вредителями. Например, слизни, так сильно досаждающие огородникам, очень любят сырые и затенённые места. Однако мульча из конопли не оставляет этим вредителям никаких шансов. К клубнике они не смогут даже приблизиться — по сухому они не ползут.

Мульча из костры — лёгкий, можно сказать почти невесомый материал: целое ведро (10 л) мульчи весит всего полтора-два килограмма, что тоже облегчает труд огородника.

<https://7dach.ru>

## Фитильный полив для рассады

пересадку рассады в большую ёмкость с автополивом.

1. Пластиковую бутылку объёмом 5 л разрезаю так, чтобы в верхней части было достаточно объёма для пересадки туда рассады, а нижняя часть была такой, чтобы при установке на неё верхней части бутылки она удерживалась бы на ней стенками, а не днищем. В общем, верхняя часть должна быть чуть меньше нижней, чтобы они потом совместились друг с другом без проблем.

2. В крышке бутылки делаю шилом отверстие.

3. Продеваю в отверстие крышки кусочек верёвки (лучше синтетической, чтобы в воде она не гнила). Закручиваю крышку с верёвкой на горлышко.

4. Можно не использовать крышку, а вместо этого заткнуть горлышко полиэтиленовым пакетом (или несколькими продуктовыми мешочками), предварительно пропустив через него верёвку: сначала обернуть пакет вокруг кустика верёвки, а потом уже заткнуть горлышко.

5. Устанавливаю верхнюю часть бутылки в нижнюю вниз горлышком.

6. Насыпаю почву так, чтобы кусок верёвки оказался в слоях почвы чуть выше горлышка.

7. Устанавливаю рассаду в ёмкость и досыпаю землю вокруг корневого кома и немного сверху, если растение заглубляю.

8. Поливаю посаженное растение для того, чтобы почва осела и уплотнилась вокруг корней.

9. Наливаю в нижнюю часть воды по самое горлышко.

10. Ставлю на подоконник.

11. Забываю о растении на неделю.

Фитильный полив позволяет упростить уход за рассадой и сэкономить время для себя и других рассадных или огородных работ.

Подкормка растений тоже упрощается, так как можно просто налить раствор в нижнюю часть бутылки. Однако следует учесть, что, поскольку растение будет потреблять раствор не сразу, а в течение нескольких дней, то его следует делать в два раза меньшей дозировки, чем указано в инструкции.

**Группа «Огородная фанатка»**

<https://zen.ru>







Место Силы мудреца Взрада находится в с. Возрождение, 14 км, за бывшим фруктовым садом, недалеко от трассы

ли, и обо всех последующих поколениях, живших возле него. И люди, приходившие в жизнь в этом поместье, всегда имели связь со своим прошедшим Родом, а Родовое дерево ещё могло и рассказать что-то интересное о прошлых поколениях. Это обогащало новое поколение знаниями. Как видите, люди рождались не на пустом месте. Энергии Рода всегда лелеяли каждого человека, родившегося в Родовом поместье, помогали человеку вырасти до совершеннолетия и обрести Силу. Люди могли сами выбрать предназначение, которое уже было в их Роду, — продолжать и совершенствовать его.

Поэтому люди нашего времени, если желали создать Родовое поместье, начинали сразу же с того, что сажали сообща или в одиночку Родовое дерево — это основа Родового поместья.

Людам нашего времени было проще увидеть, почувствовать и узнать желание своего Рода, какое дерево лучше посадить в своём Родовом поместье. Дать ему статус основного Родового дерева,

кормить и создавать свежий воздух для этих людей.

Я рассказал вам об основном дереве в вашем Родовом поместье — о Родовом дереве. Но ведь я очень много знаю о зелёном растительном мире нашей планеты. И придёт время, когда люди пожелают узнать обо всех деревьях, кустарниках, цветах, травах на нашей планете. Я смогу ответить каждому человеку о каждом растении. Оно сотворено для жизни рядом с человеком, чтобы оздоравливать, восстанавливать силы человеку.

Я знаю, что очень скоро появится поколение людей, которое сможет принять мои знания, сможет восстановить зелёный мир вокруг себя.

— Ты можешь подсказать, какое Родовое дерево лучше всего посадить нам, современным людям, в наших Родовых поместьях? И как это лучше сделать?

— Для людей вашего времени надо подобрать дерево, которое ещё не потеряло возможность долголетия. Есть деревья, которые ещё могут расти, жить более

# Родовое дерево в вашем поместье

Здравствуйте, дорогие читатели!

Поговорим о Родовом дереве и что значит для вас вырастить на своём гектаре такое дерево. Очень важно знать дерево-долгожителя, которое вам нравится. Это может быть дуб, липа, кедр и другие. Ведь каждый человек может быть, видел и знает какое-то дерево-долгожителя, бывал возле него и даже мог полюбить его. Я в своей жизни видела дубы — одному было 700 лет, другому — 500 лет. Наверное, есть виды деревьев, о которых я не знаю, и они живут по 1000 лет. Главное — как вы относитесь к такому дереву. Очень важно посадить и растить его самому или всей семьёй — лелеять его, любить, «тянуться» к нему. Естественно, все самые лучшие свои чувства отдавать ему. Подберите себе такое деревце-долгожителя и постарайтесь вырастить его на своём гектаре.

В мартовском номере газеты «Родовая земля» (2024 г.) была опубликована замечательная практика от мудреца дольмена Долога (живой мир планеты Земля) — его подарок людям! Эта практика поможет вам подключить ваше Родовое деревце к энергетической решётке Земли при посадке и даст ему Силу жизни от самой Земли.

По мере того как оно будет набирать Силу, обязательно общайтесь с ним и «подсказывайте» то предназначение, которым вы желаете его наделить. Как только вы определитесь со своим выбором Родового дерева, весь ваш Род подключается к созданию в этом деревце основной Силы вашего Рода. Деревце вначале маленькое, но по мере роста приобретает статус управителя всеми растениями на вашем Родовом поместье.

Что такое дерево-управитель? В каждом древнем лесу, там, где не идёт постоянная вырубка деревьев, всегда есть какое-то большое, как бы древнее дерево. Это и есть дерево-управитель. Оно помогает подлеску, то есть молодому лесу. А весь молодой лес «чувствует» своё место в этом лесу и всю гармонию, которая идёт



Родовое дерево в Родовом поместье всегда помогает всему живому растительному миру процветать, жить, давать плоды, очищать воздух, притягивать воду для себя и для человека, живущего в этом поместье

от главного, самого большого и древнего дерева.

И не имеет особого значения, вырастили вы Родовое деревце из семечки сами или купили саженец, полюбившийся вам. Внимание, которым вы наполните своё будущее Родовое дерево, создаст то, что желаете вы.

Мне подарили кедрик в горшочке. Я выдержала его восемь лет в этом горшочке, а затем посадила на своём гектаре. Этот кедрик сейчас набирает Силу и радуется меня и мою семью, моих детей и внуков. Все относятся к нему с благоговением, и кажется, что он чувствует это и радуется нас своим «пониманием». Красивый, здоровенький, такой необыкновенный, складывается впечатление, что он ждёт и приветствует каждого из моей семьи.

О Родовом дереве очень хорошо рассказал мудрец Взрад (оповещение), его место Силы находится в с. Возрождение (Краснодарский край). Публикую отрывок его повествования из книги «Общение с мудрецами дольменов. Село Возрождение и окрестности.

Город Геленджик Краснодарского края:

«— Скажи, а чем был занят ты до того, как войти в дольмен?»

— Я очень люблю весь растительный мир нашей планеты. Всю жизнь я был занят облагораживанием его, общением с ним и решением всех вопросов, связанных с ним, если они возникали у человека.

Это необыкновенный мир, данный Творцом для человека на нашей планете. Его всегда надо было понимать, видеть, слышать всё, что он сообщал человеку.

А он, этот растительный мир, всегда мог многое сказать, показать и дать людям Земли. Люди нашего времени общались со всеми растениями в своих Родовых поместьях. Родовое дерево, которое считалось священным, в каждом Родовом поместье имело очень долгий срок жизни. Оно передавало людям поместья много информации об их Роде, начиная с того времени, когда его посади-

л человек приходил к нему не один, а со своим Родом и старался весь Род подключить к выращиванию такого дерева.

Все растения общаются с человеком и между собой. Родовое дерево в Родовом поместье всегда помогает всему живому растительному миру процветать, жить, давать плоды, очищать воздух, притягивать воду для себя и для человека, живущего в этом поместье.

Самое активное участие Родовое дерево принимает в рождении нового поколения, в зарождении новых растений в Родовом поместье. Эти растения всегда будут оздоравливать людей, живущих в поместье рядом с этими растени-

ста лет — это кедр, дуб, липа и ещё несколько видов деревьев — это зависит от местности и климата, где находится ваше поместье. Люди нашего времени сажали свои Родовые деревья из зёрнышка, обласкав его собой. Для современного человека часто бывает сложно вырастить такой саженец и затем приживить в той почве, которая в вашем поместье.

Поэтому можно взять саженец из питомника, посадить его в своём поместье, призвать все Рода от первоистоков каждого члена семьи, принявшего активное участие в посадке Родового дерева. И затем каждый человек семьи может и должен подходить к этому деревцу, общаться с ним, посылать ему свою любовь, ласку, нежность. Это деревце примет каждого члена этой семьи и все Рода от первоистоков, людей этой семьи. Так люди вашего времени смогут постепенно обзавестись Родовым деревом в своём Родовом поместье. Каждый листочек, каждая веточка на этом дереве не простые, они начнут выполнять своё основное задание, данное им человеком, людьми, семьёй.

Это деревце будет расти, набирать Силу и давать Силу людям, посадившим его, заботящимся о нём и любящим его. Пройдёт время, и это дерево станет мощным, сильным и очень значимым в вашем поместье. Ведь через него все Рода от первоисто-







ков этой семьи будут с ними постоянно. Это Родовое дерево начнёт выполнять всё то, что выполняло для людей первоисточков: охранять ваше поместье; давать жизнь всем растениям, которые пожелает посадить человек в этом поместье; оберегать; оздоравливать; защищать людей этого Родового поместья и так далее. Люди этого Родового поместья смогут получать от растительного мира желаемые цветы, желаемые овощи и фрукты, желаемое очищение воздуха — запахи, негу, свежесть и так далее. Как видите, вы заботитесь о Родовом дереве, а весь ваш Род заботится через него о вас».

**Людмила Михайловна КУПЦОВА,**  
автор серии книг «Общение с мудрецами дольменов»  
(Краснодарский край)

Книги серии «Общение с мудрецами дольменов» можно приобрести через официальный сайт автора [www.dolmens.org](http://www.dolmens.org), написав сообщение в WhatsApp на номер 8-952-831-9050, а также сделав заказ в редакции газеты «Родовая Земля».

## ВОПРОСЫ ЧИТАТЕЛЕЙ

У некоторых дольменов напротив отверстия на противоположной стене есть ложный портал в виде выпуклой полусферы. Для чего он нужен?

Ольга (Краснодарский край).

**Л. М. Купцова: Якорь, у тебя есть такая выпуклая полусфера.**

Отвечает мудрец Якорь (планета Земля):

Я желал, чтобы мой дольмен в том месте, где была эта полусфера, не сливался со скалой, которая была рядом. Чтобы был зазор между ними.

\* \* \*

Очень хочется узнать о семье мудреца Аисты. Многие мудрецы рассказывают, как они жили в первоисточках. А у Аисты нет такого описания. И почему у него дольмен с двумя порталами? Заранее благодарю!

Валентина Д. (Краснодарский край).

Отвечает мудрец Аиста (очищение Светом):

У меня не было своей семьи и деток. А два отверстия — это не редкость. Мы иногда желали иметь два отверстия в дольмене для более длительного перехода в тонкое тело.

**Л. М. Купцова: Как это понимать?**

Отвечает мудрец Аиста:

Очень просто! Были какие-то мысли, и их надо было решить ещё в этом физическом теле.

Дорогие читатели, задать свои вопросы Людмиле Михайловне Купцовой и мудрецам дольменов вы можете по электронной почте: [dolmenazovka@yandex.com](mailto:dolmenazovka@yandex.com), а также написав сообщение в WhatsApp на номер 8-952-831-9050 или обратившись в редакцию газеты «Родовая земля».

Не принимаются вопросы сугубо личного характера, ваш вопрос должен быть интересен большинству читателей газеты «Родовая Земля», а также вопросы, касающиеся политики и религии.



# Варианты жизни на земле

Существует несколько вариантов того, куда молодая семья может поехать жить на землю и заниматься полезной деятельностью.

## 1. Хутор

Жизнь отшельников, вдали от чужих взглядов и пересудов. Природа. Экология... Но в этом месте непросто наладить сбыт тех продуктов и/или услуг, которые будут производиться. Кроме того, воспитанием детей надо будет заниматься самостоятельно. Инфраструктура современной жизни будет минимальной.

**Архитектура:** деревянный рубленый дом, каркасник, саман, соломенный дом, экодом «листья нора».

**Уникальность:** жизнь в гармонии с природой, свобода от присутствия других людей, тишина, уединение.

## 2. Деревня

Людей побольше, но и проблем с ними тоже. Как правило, пожилые люди и «зависимые» люди. Мест для приложения труда больше, но надо создавать своё дело или идти работать в найм. Инфраструктура для жизни получше, чем на хуторе. Дороги, свет, возможно, газ, водопровод, один магазин на всю деревню.

**Архитектура:** одно-двухэтажный деревянный рубленый дом, каркасник, дом из бруса, кирпичный дом, баня.

**Уникальность:** близость природы, огород, сад, соседи в ближайших домах.

## 3. Село

Дороги уже асфальтированные, побольше магазинов, почта. Остальное — как в деревне.



## 4. Коттеджный посёлок

Не совсем подходит под наши критерии экожизни на земле, но может быть и вариант экологичного посёлка.

**Архитектура:** одно-трёхэтажный деревянный дом из бруса, каркасник, кирпичный дом, дом из пеноблоков, баня, бассейн, зимний сад.

**Уникальность:** охрана, состоятельные соседи, закрытая территория.

## 5. Дачный посёлок

Не совсем подходит под наши критерии экожизни на земле. Соседи в основном труженики.

**Архитектура:** одно-двухэтажный деревянный домик, каркасник, кирпичный дом, щитовой дом.

**Уникальность:** сообщество садоводов-огородников, выездной характер жизни (на выходные, на лето).

## 6. Поселение Родовых поместий

Люди собираются по интересам. Хотят жить и заниматься де-

ятельностью на земле. Приобретают участки земли от 1 га. Но сил и средств на объединение усилий почему-то не хватает. Инфраструктура для жизни и деятельности развита слабо. Большая часть поселенцев приезжает, как на дачу. Постоянно живут на земле и занимаются деятельностью единичные семьи. Поселения есть вполне успешные. Наиболее преуспевают те, которые создавались группой единомышленников, то есть «ядро», которое задаёт тон, уже сформировано изначально.

В основе данных поселений — создание Пространства Любви, Родовые поместья, ведрусская культура (ведическая славянская культура), облагораживание пространства посадкой кедров и райских садов, пермакультура, создание благости, самосовершенствование, всестороннее развитие, духовные практики, культивирование любви, радости, творчества, возрождение нравственности и развития души.

**Архитектура:** одно-двухэтажные экодому купольного типа, дома из прессованных соломенных блоков, саманные дома, деревянные дома, глиночурка, каркасные дома, терема и др. Общий большой дом в центре или на окраине поселения.

**Уникальность:** выбор соседей, принятие новых жителей общим голосованием, природосообразное частное образование.

**Участки** 1–3 га.

## 7. Деловое экопоселение

В основе — своё дело, которым можно заниматься на собственной земле, иметь достаток, не находясь постоянно в городе, а во многих случаях полностью независимо от города. В данных экопоселениях продумываются изначально виды деятельности для получения дохода и, исходя из этого,

выстраивается весь проект поселения. Этот тип поселения подходит для деловых людей, предпринимателей с чистыми помыслами, фермеров, ремесленников, производителей продуктов и товаров по лучшим экостандартам качества, с системой собственного контроля качества.

Культура — преимущественно ведическая, славянская.

**Архитектура:** одно-четырёхэтажные умные экодому: терема по золотым пропорциям, дома купольного типа, керамические дома, дома из прессованных соломенных блоков, саманные до-



ма, деревянные дома и др. Инфраструктура Экополиса или Умного города, только в меньшем масштабе.

**Уникальность:** экономическая независимость, доход на своей земле, выбор соседей, принятие новых жителей голосованием на вече. Создание ТОС и местного самоуправления.

**Участки:** 1–10 га — Родовые поместья плюс участки для своего дела (для фермеров и сельских кооперативов неограниченно).

## 8. Экополис

Экопоселение городского типа, сочетающий все преимущества города и сельского экопоселения, в гармонии с природой.

**Архитектура:** частные экодому одно-трёхэтажные по различным экотехнологиям, в том числе деревянные, керамические, купольные, хайтек и др.

**Участки** 20–100 соток, городская инфраструктура разной этажности в пределах разумной планировки и по принципам биоэкологии.

**Уникальность:** сочетание городского комфорта с принципами экологии и здорового образа жизни.

<https://vk.com/public52125438>





# Чистка бронхов и лёгких с помощью дыхательных упражнений



Для очищения бронхов и лёгких поможет дыхательное упражнение йогов «полное дыхание». Полное йоговское дыхание состоит из трёх типов дыхания — нижнего, среднего, верхнего. Осваивается техника выполнения, начиная с нижнего.

## Нижнее дыхание

Выполняется путём втягивания живота внутрь к позвоночнику на выдохе и выдвигания его вперёд на вдохе за счёт расслабления брюшных мышц. При этом диафрагма, двигаясь как поршень, вверх и вниз, выдавливает воздух из лёгких при выдохе и расширяет их при вдохе, что улучшает венозное кровообращение.

Исходное положение для этого упражнения: стоя с прямой спиной. После плавного выдоха медленно через нос позвольте воздуху входить в лёгкие. Живот слегка выдвигается вперёд (диафрагма опускается) на 3 удара пульса. После короткой паузы в 1–2 секунды — выдох на 6 ударов пульса за счёт втягивания живота. Грудная клетка при этом остаётся без движения. Ритм 2–1–2. Выполнить 5–7 раз.

При нижнем дыхании проводится также массаж внутренних органов, устраняется венозный

застой в них, улучшается их состояние. Кровь отливает от печени, избыток желчи выводится из желчного пузыря, что предотвращает образование камней. Селезёнка, желудок, поджелудочная железа, почки и весь пищеварительный тракт массируются и тонизируются.

Животные и дети всегда дышат нижним дыханием. Взрослые, особенно женщины, эту способность утрачивают, что со временем ведёт к различным заболеваниям.

## Среднее дыхание

Выполняется за счёт расширения грудной клетки в стороны при вдохе и её опадания при расслаблении грудных мышц на выдохе. На 2 счёта — вдох, на 4 — выдох. Важно при выдохе не сжимать грудную клетку, а позволить ребрам медленно опускаться за счёт расслабления межрёберных мышц. Выполнить 5–7 раз.

## Верхнее дыхание

Самое непродуктивное. Она является непроизвольной реакцией на стрессовую ситуацию.

При выполнении верхнего дыхания приходится прилагать больше усилий, чем при первых двух видах, а воздуха в лёгкие поступает меньше, так как диафрагма остаётся неподвижной. Верхнее,

или ключичное, дыхание допустимо только как стадия полного йоговского дыхания в сочетании с диафрагмальным и рёберным.

Исходное положение при этом упражнении: стоя. Для выполнения верхнего дыхания после обычного физиологического выдоха сделайте вдох через нос так, чтобы грудная клетка немного поднялась вверх, а плечи отошли назад. Живот при этом самопроизвольно немного подтягивается. С выдохом опустите плечи вниз. Вдох и выдохе краткие, без счёта. Повторить 3–5 раз.

После того как освоили все три типа движения, приступайте к выполнению полного дыхания.

## Техника выполнения полного дыхания

Исходное положение: стоя или сидя с прямой спиной. Выполните полный выдох и слегка подтяните живот. Затем медленно и постепенно выполните подряд все три типа дыхания: нижнее, среднее и верхнее на 8 ударов пульса. Задержите дыхание на 4 удара. На выдохе, удерживая грудную клетку в приподнятом и расширенном состоянии, плавно на 8 ударов пульса подтяните живот. Затем в течение 6 ударов позвольте плавно опуститься рёбрам и на 2 удара продолжите выдох с втягиванием живота. После паузы в 1–2 секунды начинайте следующий

цикл плавного дыхания. Выполните 7 полных циклов подряд.

При выполнении полного дыхания необходимо следить за тем, чтобы воздух входил в лёгкие и выходил из них через нос за счёт работы дыхательных мышц. Не нужно втягивать воздух и стремиться вдохнуть его как можно больше. Известно, что чем реже и медленнее дыхание, тем дольше человек будет жить.

В полном дыхании продолжительность выдоха всегда в два раза больше вдоха, а пауза после вдоха равна половине времени вдоха. Таким образом, полное дыхание выполняется в ритме 2–1–4. При выполнении упражнения нужно следить за тем, чтобы продолжительность нижнего дыхания (животом) как при вдохе, так и при выдохе всегда занимала половину времени. Вторая половина вдоха или выдоха, когда остаётся осуществить среднее и верхнее дыхание, выполняется на четыре счёта: три счёта на среднее и один на верхнее дыхание (3:1).

## Предостережение

Тем, кто только начинает заниматься Пранаямой (дыхательными упражнениями), следует установить свой оптимальный ритм. Это обычно 6–3–12 или 8–4–16. При вдохе не следует напрягать мышцы до предела. Всегда нужно оставлять небольшой резерв. Если ритм выбран правильно, то подряд свободно выполняются 7 циклов без изменения ритма, а после упражнения возникает состояние покоя. Появление толчков и остановок дыхания говорит о перенапряжении. На выдохе нельзя опускать голову. Все неработающие мышцы тела должны быть расслаблены. В начале практики можно выполнять упражнение перед зеркалом с открыты-

ми глазами. У начинающих с пониженным давлением и привычных дышать только верхним ключичным дыханием может быть небольшое головокружение, которое снимается выполнением перевернутой позы Випарита-карани сразу после Пранаямы. Если эта поза вам незнакома, то можно просто поднять ноги вверх под прямым углом, лежа на спине, или опереть поднятые ноги о стенку.

## Практическая польза

Освоение правильного дыхания предупреждает простудные заболевания, увеличивает жизненную ёмкость лёгких, улучшает состояние сердечно-сосудистой системы. Систематическое его выполнение положительно сказывается на психике человека, по сути, продлевает жизнь. Практикующие полное дыхание становятся более спокойными, уравновешенными, уверенными в своих силах.

Упражнение является первым подготовительным этапом к управлению психической деятельностью, оно необходимо для освоения концентрации, сосредоточения и техники медитации.

Выполнять полное дыхание необходимо каждый день не менее 7 циклов за один раз на пустой желудок. Внимание при вдохе направляется на поглощение Праны (энергии) из воздуха и концентрации её в солнечном сплетении. При выдохе можно фиксировать внимание на уходе болезни или отрицательных эмоций за пределы своего тела.

Нет ничего лучше и действеннее для очищения лёгких, чем бег или ходьба по лесу или парку!

После очищения лёгких во рту исчезнет неприятный привкус, дыхание станет более глубоким и свободным, благодаря чему в организм будет поступать больше кислорода. Это в свою очередь будет способствовать ускорению обмена веществ и, как следствие, клетки будут обновляться быстрее, а это омолаживает весь организм!

[https://vk.com/eko\\_zdrav\\_ru](https://vk.com/eko_zdrav_ru)

## Краткое руководство арт-терапевта

Что делать, если...

1. Устал — рисуй цветы.
2. Злой — рисуй линии.
3. Болит — лепи.
4. Скучно — заполни листок бумаги разными цветами.
5. Грустно — рисуй радугу.
6. Страшно — плети маркеры или делай аппликации из тканей.
7. Ощущаешь тревогу — сделай куклу-мотанку.
8. При возмущении — рвите бумагу на мелкие кусочки.
9. Чувствуешь беспокойство — складывай оригами.
10. Хочешь расслабиться — рисуй узоры.
11. Важно вспомнить — рисуй лабиринты.
12. Ощущаешь неудовольствие — сделай копию картины.
13. Чувствуешь отчаяние — рисуй дороги.
14. Надо что-то понять — нарисуй мандалы.
15. Надо быстро восстановить силы — рисуй пейзажи.
16. Хочешь понять свои чувства — рисуй автопортрет.
17. Важно запомнить состояние — рисуй цветочные пятна.
18. Если надо систематизировать мысли — рисуй соты или квадраты.
19. Хочешь разобраться в себе и своих желаниях — сделай коллаж.
20. Важно сконцентрироваться на мыслях — рисуй точками.
21. Для поиска оптимального выхода из ситуации — рисуй волны и круги.
22. Чувствуешь, что «застрял» и надо двигаться дальше — рисуй спирали.
23. Хочешь сконцентрироваться на цели — рисуй сетки и мишени.

[https://vk.com/eko\\_zdrav\\_ru](https://vk.com/eko_zdrav_ru)

## Напиток из одуванчика

Кофе или напиток из корней одуванчика можно готовить круглый год: из только что выкопанных — весной; летом, осенью или из заранее собранных и высушенных — зимой. Процесс приготовления кофе из корней одуванчика очень прост и его не составит труда сделать даже в неприятных полевых условиях.

Для приготовления одной кружки кофе вполне хватит двух-трёх корней крупных одуванчиков. Сразу вырвать одуванчик с корнем не получится, он (или большая его часть) оторвётся и останется в земле, поэтому его необходимо подкапывать.

Корни крупных одуванчиков — толщиной с карандаш. Чем толще корень, тем «наваристей» получится напиток.

Далее отрезаем корень от стебля, хорошенько очищаем от земли, промываем и режем ножом на кусочки длиной 1–1,5 см.

Сухую ёмкость с подготовленными корнями

ставим на огонь и хорошо их обжариваем. В процессе жарки корни надо постоянно помешивать, чтобы они не пригорели, посуду потом будет трудно мыть, а пригоревшие корни придадут готовому напитку горьковатый вкус. Когда из корней удалится избыточная влага, они перестанут шипеть, появится «вкусный» запах, корни приобретут тёмно-коричневый цвет, процесс жарки можно считать оконченным.

Подготовленные корни бросаем в холодную воду и доводим её до кипения. После начала кипения корни, до этого плавающие на поверхности, опускаются на дно, а напиток приобретает коричневый (кофейный) цвет. Снимаем с огня и даём напитку настояться 4–5 минут. Кофе из корней одуванчиков готов. Вкус специфический, слегка сладковатый, и чем-то напоминает кофейный напиток из цикория.

<https://vk.com/travnik2018>





# Чага — целебный дар природы

Чага богата полезными свойствами и является противоопухолевым средством.

В XVI веке народы Сибири считали берёзовый гриб панацеей почти от всех тяжёлых болезней. Отварами из него лечили заболевания сердечно-сосудистой системы, печени, почек, лёгких, желудка и кишечника. Отвары в виде примочек прикладывали к фурункулам, растирали больные суставы.

В русской летописи XI века рассказывается, что с помощью отвара чаги излечили от опухоли губы великого князя Владимира Мономаха.

В русских травниках XVIII века содержатся рецепты лечения берёзовым грибом онкологии и желудочно-кишечных заболеваний.

Чага содержит минеральные соли. Содержание золы в ней доходит до 15%. В состав чаги входят соли кремния, много железа, кальция, магния, натрия, калия, цинка, меди и марганца. Чага очень полезна для костей, сердца, иммунитета.

В чаге есть щавелевая, муравьиная кислоты, так необходимые нашему организму.

Чага — это источник клетчатки. В грибе содержится много полезных веществ, которым он обязана своими уникальными терапевтическими, противовоспалительными и противомикробными свойствами. Органические кислоты, содержащиеся в чаге, регулируют и нормализуют кислотно-щелочной баланс.

В состав чаги входят уникальные дубильные вещества, влияющие на свёртывание белка, при этом образовывая на коже и слизистых оболочках защитные обо-

лочка в виде тонкой плёнки.

## Полезные свойства:

- даёт прилив сил и энергии, улучшает самочувствие;
- противоопухолевое средство;
- улучшает состав крови;
- обладает антимикробным действием;
- нормализует работу желудочно-кишечного тракта, восстанавливает микрофлору кишечника, рубцуются язвы желудка и двенадцатиперстной кишки;
- обладает мочегонным и спазмолитическим действием;
- понижает давление, уменьшает частоту пульса;
- снимает изжогу, ощущения жара в желудке. Можно применять при любой кислотности;
- активизирует обмен веществ, поэтому хорошо её добавлять в сборы при заболеваниях печени и любых обменных нарушениях;
- прекрасно применять чагу при болях в области селезёнки, в том числе у детей;
- лечит воспалительные процессы в полости рта (пародонтоз, пародонтит, стоматит);
- успокаивает нервную систему, избавляет от бессонницы и хронических стрессовых состояний;
- выводит из организма радионуклиды и тяжёлые металлы;
- нормализует эндокринные функции и омолаживает организм;
- вылечивает кожные заболевания (угри, дерматозы, псориаз, ожоги).

Чай из берёзового гриба ослабляющим образом действует на гладкую мускулатуру внутренних органов и на стенки сосудов, тем самым обезболивает и снимая спазмы.

Чагу очень полезно пить людям с аллергией, при диатезе, экземе, непереносимости каких-то пищевых продуктов.

## При онкологии

Чага способна снимать интоксикацию, то есть отравление организма.

Действие чаги при онкологии связано с её способностью выводить токсины, которые образуются в опухоли.

Фитотерапевты говорят о том, что применение чаги эффективно при любых опухолях.

Приём берёзового гриба останавливает и приводит к регрессии рост злокачественных опухолей, восстанавливает иммунитет, активизирует защитные функции организма и усиливает эффективность онкологических лекарств.

У официальной медицины нет данных о полном излечении от рака при помощи чаги, но есть подтверждения тому, что в местах, где отвар берёзового гриба употребляют вместо чая, практически нет больных с онкозаболеваниями.

## Борется с бронхитом

2 ч. л. сока алоэ смешать с 1 ч. л. настоя чаги и 100 г мёда. Все перемешать. Хранить в тёмном месте. Для лечения бронхита нужно взять одну десертную ложку смеси, развести в стакане горячего обезжиренного молока и пить по половине стакана утром и вечером за час до еды. Это же лекарство полезно для крови, повышает уровень лейкоцитов.

## Красивая кожа и волосы

Чага широко и с большой эффективностью используется в косметике.

### • При «сеточках» на лице:

1 десертную ложку чаги залить 1/4 стакана тёплой воды, размешать и настаивать 1 час, добавить 1 ст. л. картофельного крахмала, размешать, выложить между слоями марли и наложить на кожу на 15 минут. Смыть тёплой водой.

### • Лосьон для чувствительной кожи:

1 ч. л. сухой чаги смешать с 1 ч. л. цветков ромашки аптечной и 1 ч. л. травы шалфея, хорошо перемешать и залить одним неполным стаканом кипятка. Настаивать в термосе 1,5 часа, процедить, добавить 1 ч. л. лимонного сока. Протирать кожу, склонную к раздражению, утром и вечером.

### • Маска для сухой кожи:

2 ст. л. чаги залить 1/4 стакана горячей воды, но не кипятка, настаивать 1 час, остудить, добавить 1 желток и 1 ч. л. растительного масла, перемешать и нанести

на лицо на 15 минут. Смыть тёплой водой, умыться прохладной.

### • Чага от перхоти

1 ст. л. чаги залить одним стаканом горячей воды, настаивать 6–8 часов. Процедить, втереть в корни волос и хорошо смочить все пряди, надеть полиэтиленовую шапочку. Смыть настоем тёплой водой через 40 минут.

### • Маска для укрепления и роста волос

2 ст. л. отвара чаги смешать с 1 ст. л. свежего сока лука и 1 ст. л. мёда. Хорошо размешать, втереть в корни волос, надеть полиэтиленовую шапочку, обмотать сверху полотенцем. Через полчаса вымыть шампунем.

### • Ванна с чагой бодрящая и тонизирующая

Смешать 1 ст. л. измельчённого берёзового гриба с 1 ст. л. плодов фенхеля, 1 ст. л. травы фиалки трёхцветной и 1 ст. л. листьев берёзы. Залить 1 л воды, довести до кипения, убавить огонь и кипятить 15 минут. Остудить, процедить, вылить в ванну с температурой воды +37°C.

Гриб нельзя употреблять людям с индивидуальной непереносимостью чаги, а также беременным и в период лактации.

Перед употреблением проконсультируйтесь с врачом.

<https://vk.com/rodif>



## Восемь веских причин жевать сушёную гвоздику

Необычные на вид почки гвоздичного дерева славятся не только жгучим вкусом и пряным ароматом, но и своим лечебным действием. Эту специю давно используют в рецептах народной медицины для профилактики и даже лечения некоторых заболеваний.

### Химический состав душистой гвоздики

Всего один бутон, а какое разнообразие полезных веществ! Химический состав гвоздики необычайно велик. Её полезные свойства объясняются высоким содержанием витаминов, минералов и, конечно же, эфирного масла.

Витамины бутонов гвоздики: провитамин А (бета-каротин), витамины группы В (В1, В2, В3 или РР, В4, В6, В9), витамин С (аскорбиновая кислота), витамин Е (токоферол) и витамин К (филлохинон). Гвоздика содержит полезные минералы: калий, кальций, натрий, магний, фосфор, железо, марганец, медь, селен, цинк.

Немалое содержание в ней Омега-3 и Омега-6 полиненасыщенных жирных кислот. 20% одного бутона составляет эфирное масло, содержащее ароматические вещества эвгенол, кариофиллен, иланген и др.

Столько же в гвоздике и дубильных веществ, а ещё гликозиды и слизи. Если рассматривать

содержание белков, жиров и углеводов, то в гвоздике протеинов 6%, липидов 20%, углеводов около 27%. Приблизительно 30% пряности — это клетчатка.

### Полезные свойства гвоздики

Неудивительно, что гвоздика является мощнейшим лекарственным средством, только посмотрите на её состав.

- Действия гвоздики:
- бактерицидное;
  - антигельминтное (глистогонное);
  - противогрибковое (фунгицидное);
  - обезболивающее;
  - спазмолитическое;
  - ранозаживляющее;
  - ветрогонное (при метеоризме);
  - антиканцерогенное.

Гвоздику боятся многие болезнетворные микроорганизмы: например, золотистый и белый стафилококк, дифтерийная палочка, даже возбудитель сибирской язвы и др. Душистая гвоздика подавляет размножение туберкулезной палочки. Эффективно применять гвоздику с целью профилактики гриппа.

При употреблении гвоздики в пищу происходит стимуляция выработки пищеварительных соков, что полезно при гастрите с пониженной кислотностью, снижен-

ном аппетите. А вот при повышенной кислотности и язве желудка применение этого средства противопоказано.

Гвоздику используют при лечении воспаления в толстом кишечнике (колит), кишечных коликах, метеоризме (ветрогонное действие), заболеваниях прямой кишки, печени.

Когда широко были распространены производственные аптеки, готовились специальные стоматологические обезболивающие и бактерицидные средства с эвгенолом, входящим в состав душистой гвоздики.

Эта пряность способна снять зубную боль, благотворно влияет на дёсны, применяется при гингивите и пародонтите. Сушёные бутоны гвоздики — прекрасная альтернатива жвачке, так как нейтрализует вредные бактерии и устраняет неприятный запах изо рта.

Комплекс витаминов группы В, который так необходим нашей нервной системе, можно получать из любимой пряности.

Гвоздика за счёт содержащегося в ней эвгенола эффективно борется с ростом раковых клеток. Это показали последние исследования учёных в области антиканцерогенных средств.

Удивительно, но гвоздика обладает сразу двумя противоположными действиями: она тонизирует и снимает спазмы. Она способна расслабить и привести в то-

нус одновременно. С одной стороны, гвоздика способна снять спазм мускулатуры желудочно-кишечного тракта, с другой же — тонизировать мускулатуру матки и поднять артериальное давление (поэтому гвоздика противопоказана людям с артериальной гипертензией). Весь вопрос, как всегда, в дозировке.

### Рецепты

При проблемах полости рта, зубной боли, воспалении дёсен, стоматите, неприятном запахе изо рта полезно жевать бутоны гвоздичного дерева. Эти же действия предотвратят начинающуюся ангину.

Для стимуляции пищеварения за 15 минут до еды тщательно разжёвывают 1–2 бутона гвоздики с 1 чайной ложкой мёда. Однако это противопоказано при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, а также повышенном кровяном давлении.

При гипотонии также можно разжёвывать несколько бутонов гвоздики, эффект будет не меньше, чем от кофеина.

Гвоздичное масло эффективно при лечении гнойничков и фурункулов. На фурункул наносят одну каплю концентрированного эфирного масла. При проблемной коже принимают ванны с эфирным маслом гвоздики. Широко применяют гвоздич-

ное масло при артритах и артрозах. Оно способствует снятию боли и воспаления. Для этого делают массаж больного сустава разведённым эфирным маслом гвоздики (на 1 столовую ложку массажного масла 15 капель эфирного масла гвоздики).

Есть советы народной медицины по приготовлению отваров из почек гвоздичного дерева. Однако лекарственная ценность таких средств будет небольшой, поскольку при термической обработке разрушаются вещества, входящие в состав бутонов.

### Как выбрать гвоздику

Ломкий, чересчур сухой бутон свидетельствует об отсутствии эфирных масел. Когда качественную почку бросаешь в воду, она плавает вертикально, ножкой вниз или же опускается на дно стакана. Если же «гвоздика» лежит горизонтально на поверхности воды, то эфирных масел в ней нет. Такая гвоздика для лечебных целей непригодна.

<https://vk.com/rodif>

Статьи предназначены только для ознакомительных и образовательных целей и не заменяют профессиональные медицинские консультации, диагностику или лечение. Всегда консультируйтесь со своим врачом по любым вопросам, которые могут у вас возникнуть о состоянии здоровья.



**1. Сосредоточьтесь на том, что у вас есть, а не на том, чего у вас нет.** Что вам действительно нужно, так это отыскать какую-то одну позитивную мысль, которая вдохновит вас и поможет двигаться вперёд. Держитесь за неё как можно крепче и постарайтесь на ней сосредоточиться. Да, вам может казаться, что у вас ничего нет, а если и есть, то немного, но ваш разум вполне может вас воодушевить. И это воодушевление — единственное, что вам на самом деле нужно, чтобы вновь начать двигаться вперёд.

**2. Проблемы — неотъемлемая составляющая личностного роста.** Да-да, наши проблемы и их решение — часть жизни и личностного роста. Люди теряют работу, болеют, а иногда даже погибают в несчастных случаях. Когда вы молоды и ваши дела идут очень неплохо, вам трудно осознать это в полной мере. Но самое умное и порою самое трудное, что мы можем сделать, попав в подобную ситуацию, — воспользоваться своей реакцией на неё, чтобы закалить свою волю и решимость. Вы можете сколько угодно хотеть кричать, швыряться в стену предметами и ругаться матом, но вы же выше этого, правда? Помните: неумеримость эмоций, как правило, делает всё лишь хуже. И хотя трагедии — это действительно плохо, они дают нам возможность стать сильнее.

**3. Иногда можно себе позволить расклеиться.** Вы не обязаны постоянно притворяться сильным и делать вид, что у вас всё хорошо. А то, что о вас в подобной ситуации подумают другие люди, вас и вовсе не должно беспокоить. Если вам хочется плакать — плачьте, это даже полезно. Улыбка далеко не всегда значит, что вы счастливы. Иногда это всего лишь значит, что вы достаточно сильны, чтобы встретить свои проблемы лицом к лицу.

**4. Жизнь хрупка, внезапна и порою короче, чем кажется.** Помните: завтрашнего дня может и не быть. Для кого-то его точно не будет. Прямо сейчас кто-то строит планы на завтра, ещё не зная, что он умрёт сегодня. Это грустно, но такова уж жизнь. Так что потратьте ваше сегодняшнее время с умом и время от времени останавливайтесь, чтобы понять, насколько жизнь прекрасна. Каждый миг, что вы проживаете — безценный дар. Не тратьте время, думая о плохом. Лучше потратьте его на то, что поможет вам двигаться в нужном направлении.

**5. Все мы порою ошибаемся.** И чем быстрее вы это примете, тем быстрее сможете стать лучше и в итоге совершать меньше ошибок. Нет, вы никогда не станете абсолютно непогрешимыми, но если вместо того, чтобы хотя бы попытаться этого добиться, будете сидеть, сложа руки, у вас точно ничего не получится. Лучше уж сделать что-то и ошибиться, чем вообще ничего не делать. Ну, так вперёд, за дело! Вы или преуспеете, или усвоите важный урок. Но в любом случае выиграете!

**6. Вы вполне способны сделать себя счастливыми.** Чувства меняются, люди тоже, и время бежит вперёд. И у вас есть выбор. Вы можете бесконечно перебирать прошлое и его ошибки или попытаться сделать себя счастливыми. Улыбка — это осознанный выбор, а не какое-то чудо. Не совершайте ошибку, не ждите, пока кто-то или что-то сделает вас счастливыми. Истинное счастье может прийти лишь из глубин вашей души.



**7. Старайтесь эмоционально отстраниться от ваших проблем.** Вы — это не ваши проблемы. Вы — куда больше. Вы — живое человеческое существо, куда более сложное, чем все ваши проблемы, взятые вместе. И это значит, что вы сильнее их, вы можете изменить их и то, как вы к ним относитесь.

**8. Не делайте проблему больше, чем она того заслуживает.** Не позволяйте одной тёмной тучке закрыть всё ваше небо. Какой бы мрачной ни была ваша жизнь, где-то всё равно будет светить солнце. Иногда вам нужно просто забыть, что вы чувствуете, вспомнить, чего вы заслуживаете, и продолжать двигаться вперёд.

**9. Из всего происходящего можно извлечь жизненный урок.** У тех, с кем вы встретитесь, того, что с вами случится, ну и так далее. Всё это — часть одного большого урока под названием «жизнь». И потому никогда не отказывайтесь от неё поучиться, в особенности, когда не всё идёт так, как вам того хочется. Если вы не получили ту работу, которую хотели, или у вас не сложились новые отношения, значит, впереди вас ждёт что-то ещё лучше. И усвоенный вами урок — первый шаг к этому.

**10. Рассматривайте любое испытание как шанс чему-то научиться.** Спросите себя: «Чему я могу научиться в этой ситуации»? В какую бы ситуацию мы не попали, каждая из них может научить нас чему-то новому. Как стать сильнее. Как общаться с людьми. Как доверять своим инстинктам. Как выражать свою любовь. Как прощать. Как знать, когда отпустить. Как стремиться к новому.

**11. Всё меняется, но солнце всё так же встает каждое утро.** Плохая новость: ничто не вечно. Хорошая новость: ничто не вечно.

**12. Опустите руки и двигайтесь дальше — две разные вещи.** В жизни каждого из нас неизбежно наступает момент, когда мы устаём от попыток всех догнать и всё исправить, но это не значит, что мы решили сдаться и опустить руки. Это не конец, это

новое начало. Просто вы начинаете понимать, что вам не нужны некоторые люди и тот накал ненужных страстей, которые они приносят в вашу жизнь.

**13. Бегите подальше от негативных людей.** Каждый раз, когда вы избавляете свою жизнь от чего-то негативного, то освобождаете в ней место для позитива. Жизнь слишком коротка, чтобы проводить её с людьми, которые питаются вашим счастьем, словно вампиры — кровью. Избавляйтесь от негативных людей, ибо они — мастера разрушать ваше чувство уверенности и самооценку. Лучше окружайте себя людьми, которые помогут проявить ваши лучшие черты.

**14. Идеальных личных отношений не существует.** Идеальные, совершенные романтические отношения существуют разве что в рыцарских романах. Хотите, чтобы ваши отношения были идеальными? Так научитесь справляться с шероховатостями в них, именно это и делает их идеальными.

**15. Не забывайте любить себя.** Одна из самых серьёзных неприятностей, которые могут случиться с вами в жизни, — шанс потерять себя, слишком любя кого-то ещё, забыть о том, что вы тоже человек и тоже достойны любви. Вот скажите, когда в последний раз вам кто-то говорил, что любит вас просто так? Что то, что вы говорите и думаете, для этого человека очень важно? Когда вам в последний раз кто-то говорил, что вы отлично справляетесь с делами или просто отвозили куда-то просто потому, что вам там хорошо? А когда этим «кем-то» были вы?

**16. Не позволяйте другим принимать решения за вас.** Да, вам придётся научиться жить, не заботясь о том, что о вас подумают эти люди, стряхнуть с себя их эмоции и доказать себе, что вы лучше, чем они вас считают.

**17. Затаив злобу, вы прежде всего вредите себе, а не другим.** Старайтесь всегда прощать людей и идти по жизни дальше, даже если они никогда не попросят вас о прощении. Это нужно не

им, а вам. Затаив на кого-то злобу, вы лишаете себя счастья. Избавьте себя от этого ненужного стресса прямо сейчас.

**18. Вы не одни. И проблемы бывают у всех.** Не спать ночами, беспокоясь о друге. Попробуйте пообщаться с полдюжины своей души после предательства. Чувствовать себя хуже всех на свете оттого, что кто-то любит вас недостаточно сильно, чтобы остаться с вами. Бояться попробовать что-то новое, потому что у вас может не получиться. Ничто из этого не значит, что с вами что-то не так или что вы сходите с ума. Это всего лишь значит, что вы человек и что вам нужно немного времени, чтобы прийти в порядок. Вы не одни. Какими бы жалкими или смущёнными вы не чувствовали себя из-за ситуации, в которую угодили, куча людей попадала в неё до вас и многие попадут после. И когда вы говорите себе: «Я один такой», вы нагло врётесь.

**19. Вам есть за что благодарить судьбу.** Да, этот мир полон горестей, но он полон и людей, которые их преодолевают. Порой вам стоит забыть о том, что ушло из вашей жизни, чтобы сильнее ценить то, что осталось, и ожидать того, что будет дальше. Генри Дэвид Торо однажды сказал: «Богатство — это способность полностью воспринимать жизнь». И даже когда дела, казалось бы, дрянно, полезно взглянуть на свою жизнь с другой стороны. Вы не ложились спать голодными. Вам не пришлось спать на улице. У вас есть выбор, что надеть. Да и на работе вы трудитесь не по 20 часов за нищенскую зарплату. У вас есть доступ к чистой питьевой воде. Если вы заболели, то можете пойти к врачу. Вам не приходится трястись в страхе. У вас есть доступ в Интернет. В конце концов, вы умеете читать. Многие люди посчитали бы вас непомерным богачом. Так цените же то, что у вас есть.

**20. Постоянно подкармливайте свою внутреннюю надежду.** Потеря, беспокойство, болезнь, растоптанная мечта — как бы плохо бы вам не было, насколько бы непомерными не казались вам ваши амбиции, раз в день ста-

райтесь прикладывать руки к своему сердцу и громко говорить: «Здесь обитает надежда».

**21. Неприятная истина куда лучше сладкой лжи.** Вы должны видеть вещи такими, какие они есть, а не такими, какими бы вы желали, чтобы они были. Лучше уж горькое лекарство, чем подслащённая отравка.

**22. Иногда трудно понять, насколько близко вы подошли к успеху.** Мы всегда продвигаемся вперёд точка за точкой и, лишь оглянувшись назад, видим, как из них складывается линия. Зачастую успех куда ближе, чем кажется, и подстерегает нас, когда мы меньше всего этого ждём.

**23. Порой нам больше всего везёт именно тогда, когда мы не получаем желаемого.** Именно так, потому что это заставляет нас переоценить наши приоритеты, открывает путь к новым возможностям и вообще заставляет окинуть всё свежим, ничем не стеснённым взглядом.

**24. Смех — лучшее лекарство от стресса.** Смейтесь над собой да почаще. Старайтесь находить смешное в любой ситуации. Оптимизм притягивает счастье. Если вы будете позитивны, вам не придётся искать хорошие вещи и хороших людей. Они сами вас найдут.

**25. Ошибки нам лишь на пользу.** Все мы делаем ошибки. Мы позволяем людям пользоваться нами и поступать с нами так, как мы того не заслуживаем. Но если хорошенько об этом подумать, наши неудачные выборы многому нас научили, и хотя кое-что нам уже не вернуть, а извинения от некоторых людей не дождётесь, в следующий раз вы уже не повторите той же ошибки. И теперь у нас есть больше власти над нашим будущим. Помните: ошибается не тот, кто падает, а тот, кто не встаёт, даже когда у него есть такая возможность. Так встаньте же! Часто хорошие вещи пропадают из нашей жизни лишь для того, чтобы на их место встало что-то лучшее.

**26. Безпокоиться — лишь зря тратить энергию.** Безпокойство не избавит вас от неприятностей завтра. Оно избавит вас от энергии сегодня.

**27. Если вам тяжело идти вперёд, делайте маленькие шаги.** Нужно всегда заставлять себя идти вперёд, особенно в трудные времена. Нельзя терять инерцию! Пока вы движетесь вперёд, пусть даже со скоростью улитки, вы непременно доберётесь до финишной черты. Так что радуйтесь каждому сделанному вами шагу, не важно, насколько большому. Ведь каждый шаг уводит нас от прошлого туда, где мы хотим быть завтра. И не важно, куда стремитесь — к лучшей жизни или заветной мечте, вы достигнете её, сделав много шагов в одном и том же направлении, по одному за раз.

**28. Всегда найдётся кто-то, кому вы не понравитесь.** Вам просто не удастся понравиться всем вокруг. Что бы вы ни делали, всегда найдётся кто-то, кому вы не понравитесь. Так что не обращайтесь на него внимание и делайте то, что вам подсказывает сердце. То, что говорят и думают о вас остальные, не так уж и важно. Гораздо важнее, что о себе думаете вы сами.

**29. Вам будет куда лучше без некоторых людей, которые, как вы считали, вам необходимы.** Горькая истина в том, что некоторые люди будут с вами лишь до тех пор, пока у вас есть то, что им нужно. Ну а когда нужда в





вас пропадёт — только их и видели. А хорошая новость в том, что рано или поздно все эти временщики исчезнут из вашей жизни, оставив в ней лишь тех надёжных друзей, на которых можно положиться.

**30. Единственный ваш соперник — вы сами.** Когда вы поймаете себя за тем, что сравниваете себя с коллегой, соседом, другом или знаменитостью, остановитесь! Поймите, что у вас с ними ничего общего. У вас другие слабости и сильные стороны, которых у других людей просто нет. Выделите минутку и попытайтесь понять, в чём эти ваши сильные стороны, и будьте благодарны за то, что они у вас есть.

**31. Не всё, что с вами случается, вам подвластно.** Но в вашей власти то, как на это реагировать. В любой жизни есть как позитивные, так и негативные аспекты, и то, счастливы вы или нет, зависит от того, на чём вы будете концентрироваться. К примеру, если вы простудились, радуйтесь, что это временно, это пройдёт, и что эта болезнь не угрожает вашей жизни. Проиграли игру в баскетбол? Зато вы провели время с друзьями за здоровым и весёлым занятием. Курс ваших акций упал? Ничего страшного, ещё поднимется. И вообще вам повезло, что у вас есть сбережения, когда многие еле сводят концы с концами. Ну, вы поняли.

**32. Жизнь никогда не будет простой и лёгкой.** Если вы этого от неё ожидаете, вас ждёт лишь разочарование. Ничто достойное не даётся нам даром, а бесплатные вещи стоят того, что мы за них заплатили. И потому каждое утро будьте готовы бежать дальше и быстрее, чем вчера, но в нужном направлении! Это будет непросто, но в итоге — оно того стоит!

**33. Ваше будущее безупречно.** Каким бы грязным ни было ваше прошлое, ваше будущее всё ещё безупречно. И не смейте пытаться склеить утро нового дня из остатков дня вчерашнего. Не оглядывайтесь назад, если там не на что смотреть. Каждый день — это новый старт, новое начало. И каждый новый день — это первый день остатка вашей жизни. Один из лучших способов оставить все тревоги прошлого позади — сделать что-нибудь такое, за что вы в будущем скажете себе нынешнему спасибо.

**34. Вы не зашли в тупик, вам просто нужно кое-что понять.** Всем нам порой кажется, что мы зашли в тупик. Мы сомневаемся в нашей способности принимать решения, возможные изменить всю нашу жизнь, открыть новую главу в книге нашей жизни или просто вступить в самостоятельную жизнь. Но знайте: если птицу со здоровыми крыльями долго держать в клетке, то откуда ей знать, что она может летать? Ваши крылья при вас, и если вам кажется, что вы в тупике, разомните крылья. Немного усилий — и вы просто перелетите через стену.

**35. У каждой монеты есть другая сторона.** Именно поэтому мы не можем испытать удовольствие, не познав боли. Не узнаем радости, не познав печали. Не станем уверенными, не побывав растерянными, да и спокойствия без беспокойства не бывает. И разве может быть надежда в мире без отчаяния? И вам не отыскать монеты с одной стороной, за которую можно купить счастливую, безоблачную жизнь.

**36. У вас всегда есть выбор.** В какой бы ситуации вы ни оказались, у вас всегда есть, как минимум, два варианта выбора. И если вы не можете что-то изменить физически, то можете изменить то, как вы об этом думаете. Вы можете просто сидеть в темноте или же найти в себе внутренний свет и, заглянув в собственную душу, узреть там то, о чём и не подозревали. И тогда кризис превратится в возможность научиться чему-то новому, а разрушение вашего мира — в возможность выстроить на его обломках новый.

**37. Если вы окунулись во тьму, впусти в неё и других.** Нет, они вовсе не обязательно смогут вас из неё вытащить, но того света, что они принесут с собой, может хватить на то, чтобы вы поняли, в какой стороне выход.

По материалам из интернета  
[https://vk.com/teleska\\_tot](https://vk.com/teleska_tot)

# Если лошадь мертва, слезь с неё!

Мудрая поговорка индейцев гласит: «Если лошадь мертва, слезь с неё». Вроде всё логично с лошадью, но в реальной жизни мы часто игнорируем это. Мы упорно продолжаем пытаться реанимировать павшую лошадь, вместо того чтобы найти новую и скакать дальше на свежей кобыле. Мы упорно отмечаем реальность и совершаем бессмысленные с точки зрения действия.

• Мы убеждаем себя, что раньше всё было хорошо, а значит, в будущем всё наладится.

• Мы покупаем шпоры и кнут, чтобы бить лошадь сильнее и лучше её мотивировать.

• Мы продолжаем верить в дохлую лошадь, удваиваем усилия и уделяем ей все ресурсы.

• Мы нанимаем профессионального тренера, чтобы тот её лучше тренировал.

• Мы пытаемся посмотреть на лошадь под другим необычным углом.

• Мы ходим на семинары по таким лошадям и пытаемся развиваться, чтобы научиться скакать на дохлых лошадях.

• Мы находим жуликов и шарлатанов, которые обещают оживить лошадь.

• Мы организуем дорогое и крутое мероприятие по стимулированию лошади.

• Мы ходим к психологу, чтобы найти причины в себе, а не в дохлой лошади.

• Мы используем новые методы и зарубежные подходы.

• Мы находим других павших лошадей и стаскиваем их вместе в надежде, что они будут друг друга стимулировать.

• Мы покупаем средства, которые помогут быстрее скакать на дохлой лошади.

• Мы окружаем себя таким же людьми с павшими лошадьми, чтобы вместе пытаться.

• Мы виним себя, что не научились скакать на павшей лошади.

Но мудрость поговорки индейцев предлагает только один выход из ситуации: «Если лошадь мертва, слезь с неё». Хватит обманывать себя, что у тебя получится, когда просто пора двигаться дальше, найдя другую лошадь. Кто сказал, что она будет хуже? Любая живая кобыла лучше павшей и бесполезной.

## Сколько раз можно пробовать то, что не работает?!

Часто в жизни мы пробуем что-то раз за разом, но у нас ничего не выходит. Проблема в том, что мы концентрируемся на способе и образе жизни, который нам наиболее

привычен. Мы исходим из того, что понимаем, знаем, хорошо умеем и привыкли делать. Но порой жизнь имеет другие виды на тебя, а ты продолжаешь делать то, что может быть, работало в прошлом, но сейчас уже нет.

Хватит пытаться впихнуть невпихуемое. Сколько раз можно пробовать то, что уже не работает, а только отнимает силы и время?! Лошадь сдохла — слезь! Пора присмотреться более тщательно к себе, ведь у тебя наверняка есть «дохлые лошади» в жизни. Что может быть этим троянским конем? Павшей лошадью может быть что угодно.

### 1. Неудачная работа.

Это твоя ненавистная работа, где мало платят, нет перспектив и возможностей на перспективу. Но ты продолжаешь там находиться, оправдывая это более привычными условиями, хорошим коллективом и страхом перемен. Твоя сегодняшняя работа — это павшая лошадь. Что нужно сделать? Найди более хорошую, высокооплачиваемую и лучшую.

### 2. Обречённые взаимоотношения.

Любовные взаимоотношения, когда они уже обречены, но вы пытаетесь делать вид, что всё нормально. Что это, как не павшая кобыла! Может, лучше найти другую вторую половинку и симпатичную кобылку, которая будет более хороша и свежа? В отношениях ты либо счастлив, либо ищи дальше.

### 3. Неподходящее окружение.

Порой мёртвой лошадью может быть твоё ближайшее окружение. Это токсичные друзья, товарищи, родственники или близкие, которые тянут тебя назад. Попробуй окружить себя другими людьми, которые близки по духу и будут поддерживать тебя. Ведь если вокруг тебя лентяи, посредственности, бедняки или алкоголики, то и ты будешь таким. Окружай себя умными, успешными, перспективными и интересными людьми, если желаешь быть таковым.

### 4. Безперспективная профессия.

Часто павшей лошадью может быть дело, которым ты занимаешься. Твоя профессия низкооплачиваемая и безперспективная, но продолжаешь упорствовать? Может, пойти на курсы, заняться самообразованием и попробовать себя в другой сфере? Сейчас есть много отличных профессий, которые дадут хороший доход и перспективное будущее.

### 5. Ошибочное мышление.

Самой неприятной вещью, которая может быть, это когда павшей лошадью будет твоё мышление. У тебя устаревший образ

мышления, который не позволяет перейти на новый уровень, о котором мечтаешь. Если у тебя в жизни что-то не выходит, то нужно менять то, как это делаешь. Больше читай, смотри полезные видео, учись. Это позволит скорректировать мышление. В жизни всё просто: если лошадь мертва — слезь с неё. Попробуй другие варианты и будь гибче в мышлении.

Все люди разные, но часто в одном мы все схожи. Мы слишком статичны и любим привычные вещи. Эдакая зона комфорта и удобства, где мы увязли с корнями и покрылись мхом. Пора быть более лёгким на подъём и научиться избавиться от того, что уже не работает.

В жизни следует перебирать варианты и легко отбрасывать то, что не имеет смысла, не работает и не приводит к цели. Не мучайся с лежащей лошадью, а брось её и иди дальше. Ищи другую, «живую лошадь», которая доставит тебя к цели или мечте.

Часто человек оказывается не в своей среде и не с теми людьми. Именно это не даёт ему раскрыться в полной мере. Но если ты будешь перебирать варианты, но быстрее найдёшь то место, где у тебя всё получится.

Найди себе другое средство, которое доставит тебя к мечте. Это может быть даже не другая лошадь, а автомобиль, самолёт или яхта. Смотри на мир шире и будь гибче в выборе пути к мечте.

<https://mensby.com>



## Чтобы жить...

Говорят, будто уходя, многие жалеют о том, что мало путешествовали, много работали и недостаточно любили. Не знаю, может быть...

Но я работала с серьёзными проблемами тех, чьи путешествия охватывали весь мир, а у некоторых были просто образом будничной жизни. С неврозами тех, кто вообще не работал, или работал так, что много времени это точно не отнимало. С депрессиями и срывами тех, кто не был обделён состоявшейся взаимной любовью. И много, очень много разговаривала с людьми уходящими. И часто бывало так, что люди вообще ни о чём не жалели. Находили мудрость принять свою судьбу в том варианте, в котором она состоялась.

А если кто и жалел, то лишь о том, что простая жизнь обыкновенного человека открылась им, как счастье, только на последнем пороге, а на протяжении долгих лет они всячески от неё открепивались, думая, что обыкновенными быть стыдно.

И начинали долгие игры в необыкновенных. В «просветлённых», допущенных до «сакральных тайн бытия», воспаряющих над своей брэнной сущностью, освоивших небанальные практики, очищенных святыми водами, посвящённых сен-

сеями в нирваны, дотянувшихся до звёзд, развивших сверхспособности, прыгнувших выше головы, создавших себя с нуля, утоляющих утончённый голод пищей горных эльфов, принимающих божественные асаны, достигавших себя до ошеломительной идеальности...

Они играли в эти игры, не становясь просветлённее и счастливее. И совсем не понимая, что по-настоящему круто — это удержаться от игр.

Круто — быть обычным и по своему личному убеждению, а не религиозному учению, не предавать, не блудить, не убивать, не унывать, не создавать себе кумиров;

- быть бережным к людям;
- просыпаться и засыпать в чистой постели после трудного дня;
- не бросать в беде;
- оценивать не по внешнему лоску, а по благородству души;
- поднимать детей не только на уровне сыты и одеты, а ещё услышаны и приняты в своей данности;
- стоять, обнявшись, до утра на прохладной набережной;
- встретиться после разлуки и понять, что ничего не кончилось;
- жить друг с другом без ножей в спи-

нах и без подлости;

- делать что-то, от чего пробирает мурашками радости до самых пальцев;
- танцевать босиком на полуночной кухне;
- знать, что нет тех, для кого ты источник горькой боли;
- быть у себя таким, каким ты случился после миллиона километров печали, без претензий к мешкам под глазами, изломам морщин, молниям драных шрамов;
- подняться после поражения и отправиться жить дальше, не загружая мешков грядущей мести и не соревнуясь с победителями.

Много чего круто, ребята, если не претендовать на место Магистра Просветления.

И по-настоящему жаль, если узнать об этом за три шага до вечности.

Сделать первый — и остановиться в восхищении: «Господи, я могу идти!». Сделать второй и вспомнить вкус тех губ, которых не надо было добиваться в невротической погоне, они сами тянулись к тебе в добровольности подлинной любви. Сделать третий — и сказать себе... нет, ничего уже не сказать.

Это так важно — успеть побыть просто людьми и вовремя отказаться от невидимой короны. Чтобы жить...

Лиля ГРАД,  
психолог



Жила-была девочка. Звали её Надя, 12 лет отроду. Карие глаза, на лбу кудрявый завиток. Ходила в школу, гуляла с подружками во дворе, сидела за компьютером. В школе была середнячком, не высовывалась, всё больше помалкивала, в окошко поглядывала, мечтала... Ничем она вроде не отличалась от других девчонок. Но была у неё одна особенность — не завидовала она Ленке, когда та хвасталась новыми нарядами после очередной поездки с родителями в супермаркеты; не обижалась на Мишку, когда тот подставлял ей ножку, входя в класс; жалея Анну Юрьевну, когда она кричала на кого-нибудь из ребят; не интересны ей были шушуканья девчонок, сплетни и наговоры, и сама она никого не осуждала, не было этого в её натуре и всё...

Жили они с мамой вдвоём в однокомнатной квартире. Мама много работала, почти не бывала дома. Она приходила сердитая, кричала на дочь по любому поводу. Нелегко ей было в жизни. Надя это понимала и поэтому только замыкалась в себе, лучше ей было одной. Она мечтала, что вырастет и будет у неё всё по-другому. А пока надо терпеть.

— И в кого ты только такая, — говорила ей мама, махнув на неё рукой, — не от мира сего, блаженная?!

И вот за её терпение ли, за доброту ли, а может и ещё за что, стала прилетать к ней в гости самая настоящая Фея.

Как-то однажды делала Надя уроки (мамы ещё не было дома), глянула в окно, а там... снег большими хлопьями падает, и вот поудилось ей в падающем снеге очертание женщины: вся в белом, красивые правильные черты лица, длинные белые волосы, и главное — глаза, как два блюдца-озера, голубые!

Она смотрела на девочку и улыбалась.

— Кто ты? — спросила изумлённая Надя.

— Я Фея, — слышался ответ. — Хочешь, мы будем дружить с тобой? Ты ведь очень одинока, девочка; я буду развлекать тебя.

— Да, хочу, — нерешительно ответила Надя.

— Скажи мне для начала: как ты живёшь, чего хочешь, о чём думаешь, мечтаешь?

— Я живу хорошо, Фея. Всё у меня есть, но вот мама моя несчастна. Так говорит бабушка Нина, соседка наша: «бедная, несчастная». И это меня делает тоже несчастной.

— Но этому горю можно помочь, и сделать это ты можешь сама.

— Я сама?..

— Да, я научу, — и Фея научила Надю.

В этот вечер мама пришла поздно, как всегда, уставшая, «выжита, как лимон» — так она говорила про себя.

И она только хотела спросить Надю про уроки, сделав строгое выражение лица, как Надя опередила её:

— Мама, милая, я уроки

# Пансион богинь

## повесть-сказка

«...И пойдёт о вас молва, как о царице прекрасной.  
Будут мужчины всего мира стремиться познакомиться с одной из этих женщин. Будут приезжать сюда.  
Я вас уверяю, так будет!..»

В. Н. Мегре «О школе Богинь».  
ПРП «Родное», 08.07.2012 г.

С надеждой, верой и любовью. Эта повесть-сказка предназначена девочкам-подросткам, их мамам и папам, добрым молодцам, кто ищет свою половинку, а также всем добрым людям, кто желает, чтобы наша жизнь скорее изменилась к лучшему.

Ирина Кучер,

Родовое поселение Богатырское, Ивановская область

все сделала, убрала в комнате, помыла посуду и сварила картошку. Ты ведь очень устала, мамочка, поешь и отдохни. Я теперь всегда тебе помогать буду. Ты ведь не одна, мы вдвоём, и я тебя очень люблю и хочу, чтоб ты была счастлива, мама. И я всё для этого сделаю.

Мама как-то покачнулася, присела на стул; на лице её сначала появился испуг, она хотела что-то сказать — слова путались; она застыла, и по её лицу покатались слёзы...

Надя обняла маму, и та зарыдала, уткнувшись в худенькие плечи дочки:

— Прости, меня, Надюша, за всё: за мою чёрствость, за то, что мало тебе уделяла время, за мой эгоизм, забыла про тебя, прости меня. Я ведь тоже очень люблю тебя. Ты мой свет в оконце...

Мама долго говорила, рыдая, и Надя тоже плакала, и так ей было хорошо в объятьях мамочки.

— Я тебе обещаю, что всё будет у нас хорошо», — приговаривала мама.

Произошло чудо! С этого вечера Надя ждала маму домой, стараясь сделать для неё что-то приятное, а мама торопилась с работы скорей, стала больше улыбаться, глаза её прояснились, подобрели. Все выходные они теперь проводили вместе: гуляли в парке на природе, ходили на лыжах или дома в непогоду читали вместе интересную книгу. В эту пору они много узнали друг про друга, и так им было хорошо вместе, что Надя не сразу вспомнила про Фею.

Прошло много дней и однажды, это было весной, Наде захотелось поговорить с Феей, поблагодарить её, спросить кое о чём.

— Я ждала и знала, что ты меня окликнешь, — сказала, появившись, Фея.

— Фея, дорогая, спасибо тебе за чудо, которое ты мне подарила, за волшебство!

— Волшебница — ты сама, девочка А я тебе только подсказала. Ты можешь многое, поверь мне И,

если хочешь знать, моё имя Вера, зови меня так и я тебе буду помогать.

— Хорошо, Вера, спасибо за добрые слова. Но вот сейчас я должна идти в школу и там мне не всё нравится. Если честно, то ничего не нравится, и с этим я ни-



чего поделать не могу. Я не понимаю многие предметы, учителей не понимаю. Иногда мне хочется на уроке встать, уйти и не приходить больше в школу никогда. Но я очень огорчу этим маму. А я её очень люблю и хочу видеть её радостной и счастливой. Что ты на это скажешь, Вера?

— Ладно, Надя, я тебе и здесь подскажу. Дай мне твою руку.

Надя протянула Фее руку и почувствовала, что вдруг стала лёгкой, невесомой.

— Доверься мне, и мы с тобой полетим в одно очень интересное место.

Они летели над городом. Надя увидела внизу свою школу, кинотеатр, парк, где они с мамой гуляли. Потом пошли знакомые места, дома, улицы, скверы. И вот они уже за городом. Лёгкий свежий ветерок дул Наде в лицо, шевелил волосы и держал её в равновесии. Она увидела внизу леса, луга, реку.

— Куда мы летим?

Но Фея только крепче сжала ей руку:

— Увидишь.

Вот посреди леса Надя увидела большую поляну, несколько домов. У каждого дома сад, пруд, а чуть дальше — комплекс домов в форме круга, вокруг которого рос фруктовый сад, весь этот круг обрамлял лес. Надя поняла, что именно сюда они и стремились, потому что они начали медленно опускаться вниз.

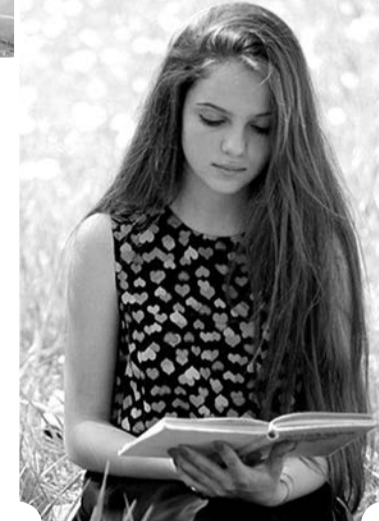
— Что это, Вера?

— Это и есть твоя школа, школа для девочек, таких же, как ты.

Они приземлились прямо в середину круга и оказались во дворе, рядом с большим цветником.

— А если нас увидят, — испугалась Надя.

— Нет, нас не увидят, мы невидимы, и ты не бойся ничего. Давай заглянем в классы. Мы с тобой как раз попали на собрание всего кол-



лектива школы.

Дверь оказалась открытой. Они вошли и увидели большую аудиторию, напоминающую амфитеатр; справа от них была сцена, в противоположном углу стояли разные музыкальные инструменты, а слева — много скамеек. В зале находилось много народу: дети и взрослые, больше было девочек разных возрастов.

— Это ученицы школы и их родители. Не все девочки имеют родителей, здесь много сирот. Вон там, у окна, видишь трёх учениц? Это Полина, Олеся и Мила, они сироты, но не чувствуют здесь себя одиноко, и ты увидишь это. У кого-то один родитель, мама или папа. Но и родители, которые по каким-либо причинам не могут сами просвещать своих девочек и давать им образование, тоже приводят сюда своих дочерей из бли-

жайших поселений. Да и сами любят ходить сюда на уроки.

В это время на сцену вышла красивая молодая женщина. Пышные русые волосы заплетены в косу, карие глубокие глаза весело смотрели на собравшихся.

— Дорогие мои, — сказала она, — я рада вас всех видеть в нашем доме. Мы сегодня принимаем новых учениц и я хочу им сказать: «Добро пожаловать к нам!» Мы вас всех любим и хотим, чтобы ваш путь ученичества был светлым, чистым, радостным. Я обязана напомнить вам наши правила: девочек мы принимаем в возрасте 7–8 лет весной для того, чтобы они подготовились к посвящению в ученичество, которое пройдёт в августе. Тогда мы прощаемся с нашими выпускницами. До этого времени ваши девочки, уважаемые родители, будут под опекой наших весталок. Вместе они будут встречать Солнце, делать утреннюю гимнастику, ходить босиком по росе, слушать живой звук Природы, умываться живой водой. Девочки узнают, как нужно себя вести, чтобы жить в гармонии со Сселенной, поймут значение мысли и слова. Наши девушки приведут их на свои грядки в огороде. Вы вместе посадите, вырастите и соберёте урожай с этих грядок, и после посвящения девушки передадут вам эти грядки. К посвящению для своих наставниц вы, девочки, должны вышить салфетку с береговыми знаками и подарить им в день прощания. Для наших выпускниц ваша подготовка к посвящению будет равняться экзамену. Каждая из вас должна осознать себя как девочку, вступившую на путь самостоятельного развития, на путь ученичества. А теперь попросите благословения на успешную учёбу у своих родителей, даже если их нет рядом. Попросите тогда мысленно, и я думаю, они вам ответят, пожелают просветления на вашем пути и благословят. Мы приглашаем вас в наш хор.

После благословения родители взяли своих девочек за руки и привели на сцену. Малышки встали впереди большого хора. На середину сцены вышла пожилая женщина в белой блузке и сарафане до пят, взмахнула рукой, и полились волшебные звуки. Разные голоса слились в один божественный звук!

После благословения родители взяли своих девочек за руки и привели на сцену. Малышки встали впереди большого хора.

На середину сцены вышла пожилая женщина в белой блузке и сарафане до пят, взмахнула рукой, и полились волшебные звуки. Разные голоса слились в один божественный звук!

*Тропинка вьётся по лесу и в небо убегает;*

*Цветок поутру ноженьки в росе купает.*

*Ой, Леля, Леля, Лелюшко, веночек я сплету...*

*Иду дорогой ясною, любовь в душе своей несущу*

*Навстречу Солнцу Красному, навстречу Добру Молодцу.*

*Ой, Леля, Леля, Лелюшко, веночек я сплету...*

Песня лилась, и её волшебные звуки манили за собой в открытое окно и дальше — в весенний сад, в загадочный лес, в необъятное голубое небо.

Надя закрыла глаза, «растворяясь» в мелодии, затаила дыхание. И ей поудилось, как идёт она по лесной тропинке и что ни шаг, то чудеса. Справа берёзка наклонила ветку, показывая ей: «Вот в траве земляника-ягода, сорви её». Слева, под ёлкой, гриб белый, коренастый: «Возьми меня в кузовок к себе». А впереди птичка дивная на ветке сидит, приговаривает: «За мной, за мной, здесь ещё много чудес». А что же там впереди?

### СПРАВКА

**Ирина Кучер** — педагог. Прочитав книги В. Мегре серии «Звенящие кедры России», вот уже 14 лет создаёт свое Родовое поместье в родовом поселении Богатырское (Ивановская область).

Ирина окончила Хабаровский педагогический институт, а также институт Богословия Русской Северной традиции, является действительным членом академии СВА (Славянская Всемирная Академия).

Все её увлечения связаны с нашей русской традицией, она пишет стихи и прозу.

Сказка «Пансион богинь» была написана 12 лет назад, когда Ирина приступила к сотворению своего Пространства Любви!







Надя открыла глаза и увидела, что все девочки в хоре смотрят в окно и, когда закончилась песня, взявшись за руки, поспешили (кто степенно, а кто вприпрыжку) на улицу, в сад.

В саду их ждал белобородый старец в длинной рубахе, расшитой орнаментом. Дедушка Садовник (так звали его школьницы) к этому дню приготовил новые саженцы плодовых деревьев, чтобы взрослые девушки вместе с первоклашками могли посадить сегодня новые яблоньки и груши. И снова Надя услышала звуки мелодии. Это была посевная песенка:

*Я сажаю яблоньку с ласкою и с песнею.*

*Солнышко, дай света ей, обозрей лучом своим.*

*Дождик, дай водицы ей, ветерок, дай вешнюю*

*Свежесть утра раннего.*

*Чтоб росла красивая, чтоб росла высокая*

*Наша плодоносица!*

Все были заняты — и девочки, и наставники, и родители. Кто носил воду, кто держал саженец, кто закапывал корешки. Весь плодовый сад был посажен ученицами школы вместе с наставниками в разные годы.

Надя заметила у цветника девочку, которая сидела на скамейке и плакала... К ней подбежала Полина:

— Ты почему плачешь, девочка?

Та отвернулась, надув щёк»

— А как тебя зовут?

— Никак, — ответила девочка.

— Вот интересно! А меня зовут Полина, а это Олеся и Мила, — она показала на подошедших девочек.

— Кто же тебя обидел и где твои родители?

Малышка снова отвернулась и глаза её наполнились слезами.

— Нет у неё родителей, — сказала подошедшая пожилая женщина. — Погибли они в автокатастрофе. Оставили вот её на меня, а я вся больная. Как мне её воспитывать теперь?

Девочка заплакала ещё пуще.

— А мы тоже сироты, все трое, и так же, как ты, потеряли своих пап и мам. Но ты знаешь, они к нам приходят всякий раз, когда мы этого захотим. Я каждый вечер, когда остаюсь одна, разговариваю с ними обо всех своих делах. Мила пишет стихи для своей мамочки, а Олеся — музыку для родителей. В эти минуты они нас обнимают, гладят по голове, наполняя нас светом и любовью. Вот и ты можешь позвать их к себе всегда, как только захочешь.

Девочка притихла, слёзы высохли на щеках, в глазах появилась свет. Она с интересом смотрела на подружек. И вдруг почувствовала на своих плечах чьё-то нежное прикосновение: тревога и печаль растаяли, как дым, и, посмотрев на Полину, она сказала:

— Меня зовут Рада.

— Рада — значит, радающая... Чем ты порадуешь своих родителей?

— Я умею рисовать. Я нарисую много картин и подарю их детям-сиротам.

— Умница, Рада, родители будут тобой гордиться!

— А сейчас побежали в сад. Там дедушка Садовник будет давать урок. Поспешим, — сказала Мила, взяв Раду за руку.

И девочки побежали...

*Продолжение в следующем номере.*

# Я горжусь тобой, давай закажем пиццу

## Что подростки хотят услышать от родителей

• В детстве родители радуются каждому достижению малыша: вот он начал ползать, сказал первое слово, сделал свой первый шаг. Всё это кажется значительным, и ребёнок видит, как поддерживают его успехи. Однако с возрастом победы становятся всё более незаметными. Подростки учатся отстаивать своё мнение, самостоятельно решать проблемы, реализуют свои идеи, совершенствуют навыки.

Такие вещи редко отмечают похвалой. Но это не значит, что она не нужна. Даже взрослым приятно, когда им говорят, как хорошо они справляются, а в подростковом возрасте это ещё актуальнее. Обнимайте ребёнка и радуйтесь вместе с ним. Отмечайте его старания. Используйте описательную похвалу: скажите «Ты смог сам разобраться в сложной задаче!» вместо «Какой ты у меня умный!». Как доказали психологи, такая похвала мотивирует совершенствовать свои навыки и не сдаваться, если что-то не получается.

• Из-за нехватки времени семейные разговоры часто превращаются в допрос: что ел, где гулял, сделал ли домашку, почему по физике двойка? Вопрос «Как дела?» не лучше: его воспринимают как проявление контроля или формального интереса. В ответ хочется просто буркнуть «нормально» и закрыться в комнате.

Спрашивайте ребёнка о деталях. Припоминайте те мелочи, о которых он рассказывал, и задавайте более конкретные вопросы. Делитесь мнениями обо всём на свете и учитесь слушать, не оценивая ничего по шкале «правильно-неправильно». Пусть ребёнок почувствует, что он может высказать свои мысли и не услышит осуждения или запрета.

• Родительская любовь нужна детям в любом возрасте. И если в семье никак её не проявляют, ребёнок старается получить её в любой форме — например, в виде похвалы за хорошие отметки. Так вырастают люди с синдромом отличника, которые стремились порадовать папу и маму.

Кажется, ну что в этом плохого, если это мотивирует хорошо учиться? Однако ощущение, что ради любви нужно постоянно чего-то добиваться, отравляет жизнь. Ребёнок изнуряет себя, чтобы получить одобрение: заси-

живается допоздна, берёт непосильные нагрузки, выбирает институт по совету родителей, старается успеть всё и везде. Но уберегите из этой схемы похвалу — и всё рассыплется. Останется человек, который сам не знает, что ему интересно и чего он хочет. Такие люди долго потом не могут найти себя: бросают вузы и бесконечно меняют профессии.

Чтобы такого не случилось, ребёнок должен знать: дома всегда любят и ждут. Дайте ему почувствовать это. Обнимайте. Говорите «я люблю тебя» и «я рад тебя видеть» вне зависимости от успехов в школе. Спрашивайте о том, что интересно и важно ему. Не сравнивайте его ни с кем. Надёжный тыл вдохновляет на свершения гораздо больше страха.

• Мы ждём от детей благодарности за всё, что для них делаем, но забываем сами благодарить их. Между тем вещи, которые кажутся нам нормой, могут быть для ребёнка результатом усилий, и он хочет, чтобы их заметили. Например, он прибрал не только у себя в комнате, но и в остальном доме тоже — хотя, конечно, хотелось заниматься совсем другим. Разогрел ужин, когда вы, уставшие, пришли с работы. Поделится личной историей, хотя не был уверен, что вы поймёте.

Благодарите ребёнка за шаги вам навстречу. Так вы покажете, как цените его старания.

• Учёба в выпускном классе — это стресс. Школьники несут ответственность за итоговые оценки, допуск к экзаменам, выбор вуза и подготовку — притом от остальных обязанностей их никто не освобождал. Что может быть хуже, когда за неудачу в любом из этих дел им грозит осуждение родных? А именно это и происходит чаще всего: вместо поддержки подростков пугают работой в Магдоналдсе.

Переживания приводят к тому, что дети просто не могут сосредоточиться. Пропадает сон, ухудшается успеваемость. И вот ребёнок уже в замкнутом круге: родители упрекают его за плохую учёбу, а исправить всё мешает растущая тревога.

Чтобы этого не случилось, дайте право на поражение. Скажите, что в любом случае будете рядом и сделаете всё, чтобы помочь. Рассмотрите запасные сценарии: что



можно будет сделать, если не получится поступить в вуз мечты? А что сейчас можно сделать, чтобы всё же туда попасть? Если ребёнок сомневается в выборе института или специальности, поддержите его в поисках: например, найдите центры профориентации.

• Бывает сложно принять тот факт, что ребёнок повзрослел и ему всё меньше нужна помощь. Мы по-прежнему, как и в детстве, стремимся уберечь его от проблем и решаем их за него. Например, навязываем выбор вуза и профессии — мы ведь лучше знаем, как правильнее. Но для подростка нет ничего обиднее, чем слышать: «Ты слишком юн и неопытен, чтобы что-то решать в своей жизни». И неважно, произносим мы это вслух или показываем действиями.

С высоты родительского опыта чувства и увлечения ребёнка могут казаться несерьёзными. Позвольте ему учиться на своих ошибках. Представьте, что на его месте ваш друг. Стали бы вы осуждать и критиковать его выбор? Наверное, нет. Вот и подростку тоже нужно, чтобы вы доверились его решению и просто были рядом.

• Вспомните своё детство. Что вы чувствовали, когда сдавали экзамены и просматривали списки поступивших в поиске своей фамилии? Что испытывали, когда впервые влюбились? Неужели никогда не хотелось бросить учёбу и просто отдохнуть? Почему-то мы забываем всё это, когда становимся родителями, и редко открываем детям то, что чувствовали сами.

А как страшно признаться им, что даже сейчас, повзрослев, мы тоже не всегда уверены в своих действиях. На нас ответственность за ребёнка, и если даже мы не знаем, что делать, то как тогда быть?

Скажите детям правду. Признайтесь, что вам тоже бывало непросто и часто вы сами сомневаетесь, как лучше поступить. Это укрепит доверие, а главное — они поймут, что всё образуется, несмотря на сложности, которые встретятся на пути.

• Наверное, даже за себя мы не переживаем так, как за своих детей. Поэтому и стремимся поскорее отмахнуться от их жалоб со словами «Да всё ты сдашь» и «Не волнуйся». Тяжело чувствовать свою беспомощность и не иметь возможности уберечь их от огорчений.

Найдите в себе силы и вслушайтесь в то, что говорит вам ребёнок. Признайте его право на усталость, грусть и сомнения в себе. Не пытайтесь тут же решить все его проблемы, он должен научиться этому сам. Просто будьте рядом, чтобы разделить трудные моменты, и помогите, когда он попросит вас об этом.

• Семья нужна не только для поддержки в трудные времена, но и прежде всего для того, чтобы получать удовольствие от того, чтобы быть рядом друг с другом. Не забывайте просто так проводить время вместе, болтая о чепухе за просмотром фильмов, и не ждите повода, чтобы порадовать близких!

<https://vk.com/detiroditeli>

## Связь между родителями и детьми



Как построить близкие и доверительные отношения детей и родителей? К сожалению, есть вещи, которые невозможно исправить и бывает поздно.

Родителям нежелательно расставаться с ребёнком до 3 лет более, чем на две недели. Это препятствует формированию невидимой связи, которая будет служить опорой человеку всю жизнь.

Эту связь мы обычно описываем так: «тянет, как магнитом», «чувствуем друг друга на расстоянии», «беру телефон в руки, а он уже сам звонит».

Не бывает, что неделю ребёнок проводит с бабушкой, няней, а в выходные мама и папа сходили с ним погулять — и всё, они родители.

Очень ценная для нас связь формируется ежедневно: в решении мелких бытовых вещей, в ответах на незначительные вопросы, в наблюдениях за чувствами друг друга. Это проживание вместе каждого дня.

Анна МОЛЛЕГАРД  
<https://vk.com/mollegard>



# Как помочь женщине обрести себя



К. Васильев. «Ожидание»

Сегодня, словно луч света в темноте, промелькнёт в городском потоке людей Женщина. Женщина с большой буквы.

«Почему?» — удивятся одни. А многие даже возмутятся.

На этот вопрос ответили сами женщины, мои корреспондентки, им слово.

## ■ Вера Пушкова

(Вологодская область)

### Распущенные

«Мой брат Алексей в 80-х годах прошлого века в фольклорных экспедициях исходил почти весь северо-запад страны — Псковщина, Новгородчина, Вологодчина, Ленинградская и Архангельская области. Собирали со студентками и студентами сказки, песни, частушки, предания.

На ночь в деревнях, согласно традициям русского гостеприимства, останавливались у бабулек.

Однажды одна из хозяек возмущённо заметила брату:

— А распущенных в избу не пушу. Пусть идут в бане ночуют. Нечего мне избу поганить.

И она показала на трёх студентов, что были с распущенными волосами.

Возмущаться было не в нашу пользу, поскольку в соседней избе мы опасались услышать подобное. Утром хозяйка собрала гостей в саду за большим столом и после чаепития поведала.

— Резать косы — как символ прерывания вечной Души. На Ру-

си издревле девочки, как и девушки, до замужества носили, как правило, одну косу. В день замужества невеста расплетала косу и заплетала уже две.

Моду резать косы и делать мужские причёски, а также ходить с распущенными волосами нам навязали.

При отрезании кос Звёздное отрезает от земного. Через косу в женщину струился Звёздный поток энергии. А земля, особенно стояние на земле, ежедневное хождение по траве, стерне (скошенной траве), а зимой по снегу давали женщине земной поток энергии.

Тем самым женщина от девочки до седин была в едином звёздно-земном потоке энергий. Из этого волшебного кольца и получаем мы, женщины, знания предков, гармонию и мудрость бытия.

Вспомнишь порою, а многие ли наши мамы, бабушки, прабабушки грамотой владели? Да единицы! А мудрее нынешних профессоров и академиков были.

Сколько, к примеру, те же профессора от медицины живут в среднем? Лет 60, 70 всего. А вы доберитесь до глухих деревень. Там, подальше от чумных городов ваших, и по сей день в 70–80 родют. И мы бы тута рожали в 70–80 лет. Да близ города разве позволишь это? Сразу тебе насильственный аборт сделают, а саму в дурку упекут, дабы не мешать городу с ума сходить.

Вы вот, вижу, улыбаетесь, а того не ведаете, что старая поговорка гласит: «Иной, пройдя деревен-

ской улицей, познает больше, чем тот, кто объедет полмира!».

Да, у нас на круг по деревне среди 60–80-летних в среднем 3–4 класса образования. Но мы сберегли способности предков наших, их знания, мудрость, традиции, точнее, Косы бытия.

— Надеюсь, те, кто меня сегодня услышал, — сказала в завершение беседы хозяйка, — начнут вразумляться. Возвращаться в разум. В разум и гармонию, как основу бытия женщины.

Прошло более 30 лет после рассказа брата Алексея.

У меня самой уже давно коса ниже талии, как и у моей дочери.

Интересно то, что её коса толще моей, прямо как у русских красавиц на картинах Константина Васильева, воспевającego в своих волшебных картинах те образы, о которых много сказано в книгах В. Мегре «Звенящие кедры России», которые мы с дочерью Ярославой перечитали все, 10 книг.

Мало того, в комнатах её пятилетних детей, надеюсь пока пятерых, висят репродукции картин Константина Васильева, одну из которых она подарила и мне к моему юбилею.

В поисках подтверждения рассказа упомянутой выше бабушки обнаружила в открытом доступе следующее.

Аллен Даллес, директор ЦРУ, в 1948 г. стал автором проекта по развалу Советского Союза: сначала уничтожение ценностей культуры, морали, нравственности и идеологии, а затем полный развал СССР. что и произошло в 1991 г.

Далее в США разработали Гарвардский и Хьюстонский проекты по разрушению и раздроблению России.

Но восстановлением нашей нравственности, наших традиций, морали мы можем и должны противостоять этим адским замыслам».

## ■ Ольга Макарова

(г. Богданович,  
Свердловская область)

### Достаточно всего 3% для преобразования нашего окружения

«В Ленинградский технологический институт я приехала в 70-х годах прошлого века с Урала.

В нашей многолюдной комнате девочки были из разных уголков Союза. Ходили, кто во что горазд. Точнее, мы вслед за старшеницами стали носить джинсы, свитера непременно потёртые и, как правило, ходили с распущенными волосами или делали короткие причёски.

В общем, как нам сообщили соседки по коридору, мы перестали выглядеть белыми воронами.

И всё бы ничего. Но однажды я заметила, что мы все как бы по моде, а выглядим со стороны, будто все в казённом ходим.

Стала искать ответы на это вопрос. Просмотрела гору книг. И как-то в руки попала книга для врачей-сексопатологов — «Сексопатология женщины» автора М. Свядоца, и понятные даже школь-

никам статьи в этой книге открыли мне правду.

Кратко о том, что ведает книга-учебник для врачей-сексопатологов.

Ношение мужской одежды девочкой, девушкой, женщиной вырабатывает у них мужские гормоны. И, как следствие, мужские привычки и повадки. Голос становится низким. Пропадают мелодичность и певучесть, свойственные женщине.

Женщины, носящие мужские одежды (брюки, джинсы, пиджаки), называются трансвеститками. Они теряют склонность к материнству. Как правило, у таких женщин всего один или два ребёнка. А для выживания и продления Рода в семье должно быть в среднем, как минимум, три ребёнка.

Потрясенная от прочитанного, стала заплетать свои длинные, ниже пояса, волосы в косу. Джинсы стала надевать только по осени, когда с курсом ездили в колхоз на уборку урожая.

Поначалу носила короткие юбки. Затем осмелела и перестала бояться выглядеть белой вороной, стала надевать длинные платья и юбки, солнцем по подолу. Последние взяла у бабушки, когда была на каникулах. Та лишь охала и вздыхала, когда с её разрешения окунулась в её древний-предревный сундук.

— Ну вот, — с умилением и со слезами на глазах сказала она, когда подняла из недр сундука юбки, сарафаны и платья, — теперь и помирать мне не совестно перед предками будет. Ведь раньше на Руси всегда было так, что бабушки передавали своё приданое внукам. Лёнчатые платья и юбки, которым износу нет. Сарафаны и платья с юбками шерстяные. Глаза проплакала, думала: вот город треклятый, взял в полон мою внученьку. А она таки чудом каким вспомнила наши традиции».

После второго курса вернулась я из каникул, а меня и не узнал.

Попытались было соседки по комнате высмеять, а я в ответ лишь улыбаюсь. И предложила девочкам свои наряды. На всех хватит.

И вот однажды все шесть девочек из нашей комнаты явились в институт в длинных нарядных платьях и юбках. Фурор благодаря сарафанному радио был такой, что за день на нас погладели студенты всех шести курсов.

А дальше вообще произошло необъяснимо странное. Старые потёртые джинсы и свитера на девочках института стали всё реже появляться как в институте, так и в самом общежитии.

Балом, модой начали заправлять платья и юбки. Троечницы стали хорошистками, а хорошистки — отличницами.

Ушли в прошлое пьянки в женском общежитии и ночёвки парней в наших комнатах. Мои многочисленные подруги перестали сдавать свои тела в аренду в угоду многолетней моде среди студентов, что тянется, как я исследовала, из глубины веков Средневековья.

Много позднее, после окончания института, узнала причину того феномена, как всего шесть дев-

чонок повлияли на изменение образа жизни соседок по нашему этажу, а затем этаж на всё многоэтажное общежитие и общежитие на весь институт.

Этот феномен, точнее правило, гласит: 3% организованных людей способны повести за собой массы!

Честно говоря, давно не посещала родную «техноложку», боясь, что на волне той антикультуры, что захлестнула страну с 1991 г., увижу то, что застала там на первом курсе.

Но я, моя дочь Анастасия и её дочери всегда облачены в женские наряды, а за спинами у нас длинные, ниже пояса, косы...»

## ■ Вера Бондарь

(Запорожская область,  
Гуляйпольский район)

### Возвращение к женщине возможно в любом возрасте

«Бог одарил меня такой фигурой, что в свои 70 обращаю на себя внимание многих мужчин. С мужем в разводе. Дети давно взрослые».

«Почему бы не пожить для себя?» — подумала как-то я и стала играть в мужскую рулетку. Наиграюсь одним и достаю, точнее приманиваю со скамейки запасных следующего. А их у меня пруд-пруди. Посещаю хор, театральную студию, два танцевальных коллектива. А ведь это ещё и постановки, концерты, поездки. В общем, скамейка запасных, тех, кто ждёт моего внимания, дай бог иной 20-летней. (Кстати, я со студенчества, с 17 лет живу в Москве.)

Однажды после выступления нашего танцевального коллектива познакомилась с мужчиной. Задружились, стали встречаться. Парки, пригороды, экзотические пироговые кафе и чайные. Пропустила тот момент, когда перестала, привычно мне, манипулировать мужчиной.

А тут полёт к дочери в Таиланд. Разгар лета, но в дорогу надеваю джинсы. Он вызвался провожать меня от самого дома. Признаюсь по секрету: это был первый в моей жизни мужчина, который вызвался провожать меня, зная, что чемодан будет очень тяжёлым.

И вот мы в аэропорту. Он в первый раз с момента нашего знакомства был молчалив и печален. Только однажды сказал:

— Обрати внимание: одни мужчины и трансвеститки, ни одной женщины.

Пребывая мыслями уже высоко в облаках, совсем не обратила внимания на его слова. По возвращении он снова встретил меня. А чуть позже поведал по телефону следующее:

— Вернувшись домой, почувствовал неведомую раннее усталость. Облился холодной водой и упал в кровать, не в силах двигаться. Проснулся спустя аж 4 часа. А усталость и тяжесть в теле такая, словно на мне связка гири пудовых.

Он долго избегал встреч со мной. Потом позвонил и попросил посетить с ним магазин женской одежды «Марыся» для примерки платья или юбки для внучки, как подарок ко дню рождения.

Когда надела одну из юбок и сказала, что именно она мне нравится, он лишь ответил: «Это те-





бе!». И добавил: «Пожалуйста, об-  
лачайся на наши встречи в жен-  
ское...»

Не помню, чтобы мне было так  
больно и стыдно, когда услышала  
его спокойные слова. С того дня  
прошло три недели, и меня осе-  
нило.

Он первый из длинной череды  
моих бывших мужчин, кто увидел  
во мне не игрушку, а Женщину. Он  
открылся мне всей своей Душой.

А я в ответ там, в аэропор-  
ту, представляюсь ему в обра-  
зе мужика, точнее трансвестит-  
ки. Именно этим и отняла у него  
тогда в аэропорту мужскую энер-  
гию.

Мне было трудно поверить в  
то, что моё открытие верно. Со-  
общила ему, что месяц буду очень  
занята, а сама окунулась в интер-  
нет с вопросами.

Интернет откликнулся.

• Борис Ратников, генерал из  
ментальной охраны президента,  
сообщал о том, как внешность мо-  
жет пагубно влиять на окружаю-  
щих нас людей.

• Алексей Трехлебов, ведун, в  
своих видео просвещал женщин  
о важности ношения косы и жен-  
ских нарядов.

• Прочитала все 10 книг В. Мег-  
ре серии «Звенящие кедры Рос-  
сии», точнее проглотила их на од-  
ном дыхании. Читала и плакала от  
стыда и радости. От стыда — где  
была раньше? И от радости осоз-  
нания того, что лучше поздно, чем  
никогда.

• Прослушала аудио-книги В.  
Шемшука.

• Познала много пословиц и  
поговорок для женщин и о жен-  
щинах. Вот одна из них, древне-  
исландская: «Женщина — это го-  
ре человека. Женщина — это ра-  
дость человека!». Поняла смысл  
этой мудрой поговорки. А вы, ува-  
жаемые?»

Переписка у меня большая.  
Познакомил вас с частью озаре-

ний, которые посетили ряд моих  
абонентов.

Сегодня по интернету гуляют  
страшилки о том, что коренные  
народы России вытесняются га-  
старбайтерами из Азии. Всё сво-  
дится к тому, что их много, а нас  
— мало.

Но факты говорят о том, что  
уровень жизни наших гостей не  
выше местного населения. А се-  
мьи у приезжих, как и раньше,  
многодетные.

В чём секрет? Ответ на повер-  
ности. В их семьях есть мужчина и  
женщина. У нас же в большинстве  
семьях — мужчина и полумужик в  
облике трансвеститки.

Они-то, трансвеститки, с на-  
растающей ежедневно в них до-  
лей мужских гормонов и теряют  
с каждым прожитым днём склон-  
ность к многодетности.

А их природной потребности  
заботиться о ком-то хватает лишь  
на то, чтобы завести кошек или  
собак. И это 18- и 50-летние, а не  
пенсионерки. А их оправдания по-  
добного мировоззрения так же  
«адекватны», как и их решение  
вместо детей заводить домашних  
животных.

Подтверждение сказанно-  
му — сегодняшняя жизнь бапти-  
стов, евангелистов, старообряд-  
цев. Трудно поверить, но сегод-  
ня в условиях больших городов  
(Анапа, Санкт-Петербург, Москва  
и т.д.) в их семьях от 6 до 17 де-  
тей! При этом они не ссылаются  
на инфляцию и экономические  
трудности. А просто сохраняют  
дедовские благие традиции. До-  
ма и везде их девочки, девушки,  
женщины облачены в длинные  
юбки, платья, сарафаны. А голо-  
вы их венчают не пучки волос, а  
длинные косы.

Их образ Женщины накапли-  
вает женские энергии и воплоща-  
ет их в продолжение Родов своих,  
своей Родины.

**Александр КОН**  
г. Санкт-Петербург

## Духи для самой любимой

В крохотный магазинчик под  
неприметной вывеской, располо-  
женный в почти безлюдном пере-  
улке, зашёл молодой человек. Он  
остановился в дверях и оглядел-  
ся. Магазинчик был таким малень-  
ким, что юноша засомневался,  
сможет ли найти здесь то, что ему  
нужно. Но на звонок колокольчи-  
ка уже вышла хозяйка этой скром-  
ной лавочки, пожилая приветли-  
вая женщина, и молодому челове-  
ку стало неудобно просто так раз-  
вернуться и уйти.

— Ты ищешь духи в подарок,  
сын? — спросила хозяйка лав-  
чки.

— Да, верно, — немного сму-  
щённо ответил молодой человек.  
Он первый раз в жизни выбирал  
подарок для девушки и очень вол-  
новался.

— Девушка, о которой ты ду-  
маешь, любит гулять по осенне-  
му лесу, собирать охапки разноц-  
ветных листьев и приносить их до-  
мой, она любит солнце и ветер, ва-  
нильное мороженое и горький  
шоколад, любит бегать босиком и  
танцевать... — задумчиво сказала  
хозяйка лавочки, глядя на юношу.

— Она — настоящий сорванец,  
весёлая и озорная.

— Всё так, — заулыбался мо-  
лодой человек.

— Тогда у меня есть аромат  
для неё!

Хозяйка ушла вглубь лавоч-  
ки и вернулась с прозрачно-голу-  
боватым флаконом, расписанным  
белыми лилиями. Она открыла  
плотную крышечку, и аромат лет-  
него луга наполнил магазинчик.  
В нём переплелись запахи ско-  
шенной травы, земляники, дикого  
мёда и смолы.

Молодой человек постоял не-  
сколько секунд, держа в руках  
флакон, и кивнул головой:

— Это то, что ей понравится. Я  
уверен.

Хозяйка упаковала флакон в  
коробочку и вручила её молодому  
человеку со словами:

— Эти духи называются «Ты  
необыкновенна».

— Удивительно! — восклик-  
нул молодой человек. — Я как раз  
хотел сказать ей именно эти сло-  
ва!

\* \* \*

Следующим вошёл солидный,  
уже немолодой господин. Всё в  
нём выдавало человека, который  
стареется выглядеть бодрее, чем  
есть. Он недоверчиво оглядел  
стеллажи разноцветных флакон-  
чиков и, нахмурившись, повер-  
нулся к хозяйке лавочки:

— А есть у вас...? Словом, мне  
нужны...

— Духи для вашей жены?  
— Вот именно.

Хозяйка посмотрела на него и  
вздыхнула:

— Она очень милая и нежная  
женщина. Любит свет свечей, нег-  
ромкую музыку, много читает. Ей  
нравятся розы и пионы, шум но-  
чного прибоя, утренние прогулки  
с собакой. Она часто смотрит на  
звёзды, пишет стихи и мечтает о  
музеех Праги.

— Гм... — неопределённо  
хмыкнул господин.

— Возьмите для неё вот этот  
аромат, — хозяйка подала ему ро-  
скошный золотой флакон. Терпкая  
горечь ванили и шоколада смяг-  
чалась чистой свежестью бархат-  
ной розы, чёрной смородины и  
груши.

Господин несколько раз вдох-  
нул запах, постоял, прикидывая



что-то в уме, и наконец сказал:

— Что надо! Беру два!

Хозяйка сокрушённо показала  
головой:

— Это невозможно. В моём  
магазине нет двух одинаковых  
ароматов и двух одинаковых фла-  
конов.

— Но мне нужно два! Именно  
одинаковых!

— Для жены и для женщины,  
с которой вы её обманываете? —  
подняла на него глаза хозяйка ла-  
вочки. — Но так не бывает, та жен-  
щина совсем другая.

Лицо господина от волнения  
пошло красными пятнами:

— Что? Что за бред?.. Дай-  
те мне два похожих или разлейте  
этот по маленьким флаконам!

Хозяйка вздохнула и снова по-  
качала головой.

— Так не бывает, — повторила  
она. — Вам нужно выбрать, кому  
из них вы подарите эти духи. Они  
называются «Единственная».

Господин схватил флакон и,  
что-то сердито бормоча себе под  
нос, вышел из лавочки, хлопнув  
дверью.

\* \* \*

Усталая женщина в поношен-  
ном пальто и со старомодной су-  
мочкой в руках долго стояла мол-  
ча, словно не зная, что сказать. Ка-  
залось, ей было тяжело говорить,  
и хозяйка, тихонько занимаясь  
своими делами, не мешала ей. На-  
конец женщина решилась:

— Я хочу что-нибудь такое...  
такое... для моей дочери, — запи-  
наясь, проговорила она.

— Мне кажется, «что-то такое»  
нужно не ей одной, — улыбнулась  
хозяйка.

Женщина грустно вздохнула и  
безнадёжно махнула рукой.

— Когда-то... — тихо прогово-  
рила она, — когда-то и я...

— Когда-то вы были очень  
близки с вашей дочерью, но по-  
степенно непонимание росло, и  
вот оно уже превратилось в отда-  
ление, правда?

Женщина кивнула и, опустив  
голову, тихонько всхлинула.

— Вы наряжались в одни и те  
же вещи, менялись сумочками и  
шарфиками, вместе ходили в ки-  
но, вечерами пили душистый чай  
с корицей, делились своими де-  
лами, читали вслух. Вам обоим  
нравились долгие прогулки пеш-  
ком, закаты, конфеты с ликёром и  
яблоки в карамели. А ещё вы обе  
не любите золота, но обожаете се-  
ребро, не одеваетесь в красное,  
зато носите все оттенки зелёного.

— Да-да! — слабо улыбнулась  
женщина. — Вы всё точно угада-  
ли!

— Возьмите вот эти духи для

вашей дочери, но обещайте, что и  
вы станете ими пользоваться!

Женщина осторожно открыла  
тёмно-зелёный флакон, и её оку-  
тало облако аромата нежной, хру-  
стально-чистой туберозы, бар-  
хатной сливы и поздних осенних  
ягод, словно холодный ночной  
воздух пронёсся над тихим садом.

— Как нежно!.. — сказала жен-  
щина. — Моей дочери понравит-  
ся этот аромат! Она... мы... Она так  
любит холодную осень!

— Эти духи называются «Осен-  
няя нежность», — улыбнулась хо-  
зяйка.

\* \* \*

Маленькая девочка решитель-  
но прошла напрямик к прилавку  
и серьёзно посмотрела на хозяй-  
ку лавочки:

— Я хочу подарить духи моей  
старшей сестре, — выпалила она.

Хозяйка присела на корточки  
рядом с девочкой:

— Твоя сестра много плачет,  
правда?

— Да. Она должна была выйти  
замуж, но рассталась со своим же-  
нимом.

— Всё образуется, детка, —  
хозяйка погладила девочку по  
плечу. — Хочешь, я угадаю? Твоя  
сестра — настоящая сказочная  
принцесса! У неё длинные волосы,  
большие глаза и красивая улыбка.  
Она любит зелёный чай, сливоч-  
ную карамель и белые тюльпаны.  
Она кормит бездомных животных,  
ей нравится дарить подарки и бе-  
гать под дождём.

— Она такая и есть! — радост-  
но заулыбалась девочка. — Моя  
сестра очень добрая!

— Возьми для неё вот это! Эти  
духи называются «Старая сказка»,  
— хозяйка протянула девочке из-  
ящичный флакончик в форме розо-  
вого бутона. Девочка тут же от-  
крыла его и понюхала. Цветочная  
сладость мягко перетекала в сли-  
вочно-ореховое тепло, а капля ко-  
фейной горечи придавала аромату  
пудровую воздушность. Задум-  
чивое личико девочки озарилось  
радостной улыбкой:

— Ей очень понравится! Я так  
мечтаю, чтобы она перестала пла-  
кать! — она благодарно посмо-  
трела на хозяйку лавочки. — А как  
вы угадали, что моя сестра похожа  
на принцессу? Вы её знаете?

— Нет, детка, — ответила хо-  
зяйка магазинчика. — Я не знаю  
твою сестру. Но я теперь знаю тебя,  
— она улыбнулась. — В моей ла-  
вочке можно купить в подарок ду-  
хи только для самого любимого  
человека. А в наших глазах всегда  
отражается тот, кого мы любим!

**Мари ПАВЛОВА**  
<https://proza.ru>



К. Васильев. «Жница»



## Понятия добра и зла

1. Добро — это то, что приносит тебе и окружающим тебя людям радость и счастье, созидая и неся в себе конструктивные моменты и ситуации.

2. Зло — это то, что несёт в себе деструктивные события в твою или чью-либо ещё жизнь.

3. То, что является добром для тебя, может стать злом для других.

4. Созидание добра без спроса того, кому ты его делаешь, является не созиданием добра, а причинением добра.

5. Причинённое добро может стать злом, ибо добро, совершённое насильно или навязанное, есть зло.

6. Каждый человек по природе своей существо, страстно желающее созидать добро.

7. Люди по сути своей добрые, злыми становятся лишь их поступки.

8. Добро превращается в зло, когда душу захватывает чувство собственной важности или стремление к чувству собственной важности (превосходству над другими).

9. Чувство важности всегда ложно, так как для Вселенной каждый человек одинаково важен и неважен одновременно. Для Вселенной все люди одинаковы, отсюда важность (превосходство) ложно. Развитие в себе ложного чувства есть зло.

10. Созидать добро сложнее, но приятнее, чем созидать зло.

11. Тот, кто ленится созидать добро, созидает зло.

12. Тот, кто созидает зло, ленится созидать добро либо запутался в Кривде собственной важности, либо и то и другое.

13. Борьба со злом есть зло, даже если кажется, что она во имя добра, так как борьба в любом своём проявлении есть зло.

14. Созидание добра и выгоды лишь для себя лично есть чувство важности и, соответственно, является злом.

15. Личностная магия, отрицающая созидание во имя Вселенной, есть зло.

16. Магия во благо Вселенной, во благо людей и человечества, во благо мира — есть добро.

17. Цель каждого в этом мире — созидать добро во имя Вселенной.

18. Нет тёмных магов, ибо каждый человек является искрой вселенской любви и добра. Маги, несущие в себе зло, заплутали во тьме Кривды или одержимы потусторонними сущностями («демонами», «бесами», «шайтанами», «духами» и т.п.). Одержимые маги являются лишь кормом для паразитов, которые внушают им чувство собственной важности и через сотворение зла питаются ими.

## Понятия Вселенной и Бога(ов)

1. Вселенная — большая и добрая мама. Она любит нас всеобъемлюще и безусловно.

2. Вселенная стремится исполнять все наши цели, желания и запросы.

3. У Вселенной отсутствуют эмоции. Все, кроме безусловной любви и благодарности.

4. Вселенная всегда старается выбрать для тебя лучший сценарий жизни, но позволяет тебе самому сделать выбор из нескольких наиболее подходящих твоим запросам вариантов, только ты выбираешь то, что получаешь.

5. Для Вселенной каждый человек одинаково важен и нева-



# ИЛИ КЛЮЧИ К МИРОПОНИМАНИЮ

Многие меня спрашивали, как же повлиять на события будущего? Чтобы стать магом своей жизни и помогать изменяться миру, необходимо раскрыть родовую память и понять концы Вселенной. Познав себя через Философию мага, вы найдёте ключи к управлению реальностью.

Философия мага передана мне Высшими силами и моим прадедом и содержит в себе мудрость Создателя и моего рода. Философия мага содержит ключи раскрытия родовой памяти и ключи к Мирозданию. По мере своего развития вы будете перечитывать Философию мага и каждый раз раскрывать и видеть в ней новые горизонты и важный смысл. Также вам начнут открываться знания, позволяющие находить и читать информацию, написанную между строк, фактически научит читать мысли авторов печатных текстов.



жен одновременно. Для Вселенной все люди одинаковы, одинаково безусловно любимы, она любит каждого и дарит ему то, что он просит.

6. Благодарю Вселенную, ведь она благодарит тебя каждый день лишь за то, что ты есть!

7. Мир для каждого существует только в узких рамках его мыслей и деяний. Люди приходят и уходят, когда наши мысли меняют наше восприятие мира. Мир для каждого такой, каким он себе его представляет.

8. Всё, о чём мы подумали, имеет место быть, ибо мы не можем подумать о том, чего не существует во Вселенной.

9. Все мы являемся частью Вселенной и каждый есть Вселенная. Каждый из нас — одна из проявленных форм Вселенной. Вселенная — объединение всех форм Вселенной в единое и разделение единого на формы Вселенной. Вселенная есть целое в частном и частное в целом.

10. Всё происходит к лучшему, ибо у Вселенной только одна задача: сделать нас счастливыми. В наших силах принимать данную благодать или, проявляя внутреннюю слабость духа и души, отказываться от подарков и замыслов Вселенной.

11. Вселенная слышит только утверждения. Отрицание Вселенная воспринимает как утверждение, и это может привести к обратному результату.

12. Искорени из своей речи отрицательные частички — такие, как «не».

## Верное и ложное, Правда и Кривда. Понятие Истины.

1. Всё во Вселенной имеет место быть.

2. Если ты прав, то ты — прав и не прав одновременно, если ты не прав, то ты не прав и прав одновременно.

3. Каждая мысль и каждое деяние имеет своё право и место быть во Вселенной.

4. То, что для одного верно, для другого может быть ложно, и при этом оба могут быть одновременно правы.

5. Каждый видит мир через призму своего опыта.

6. Каждый опыт уникален и важен для Вселенной, имеет право на бытие в этом мире.

7. Осуждая другого, ты нарушаешь закон Вселенной. Ты нарушаешь пространство его Правды и его опыта.

8. В душе каждого из нас Великим светом Вселенной сияет искра истинной Правды, которая направляет каждого из нас через тьму Кривды, освещая нам путь нашими мыслями.

9. Если человек заблудился во тьме Кривды, это значит, что кто-то нарушил закон Вселенной по отношению к нему, погасил его искру Правды в душе. Но это не значит, что человек плохой, это лишь значит, что он сбился с пути.

10. Если в твоей жизни появился человек с угасающей искрой Правды, значит, гаснет твоя искра Правды или ты тот, кто может помочь разжечь искру Правды в душе

заплутавшего во тьме.

11. Осуждение заплутавшего в Кривде ещё больше тушит его и твою искру Правды, а значит, лишь больше погружает вас обоих во тьму.

12. Будь тем, кто разжигает искры истинной Правды и Истинной любви. Тогда твоя искра правды будет сиять с каждым днём всё сильнее.

13. Во Вселенной абсолютный свет так же абсурден, как и абсолютная тьма. Без света нет тьмы, без тьмы нет света. Абсолют — это то заблуждение, которое ведёт в Кривду.

14. Истина — это закон Вселенной, но истинна не может быть абсолютом, ибо истинное не может существовать без ложного.

15. Убеждение в правоте для каждого своё, но Правда одна на всех, а Истина есть полное и глубокое понятие Правды.

16. Каждый из нас может познать Правду, но познать Истину может лишь Вселенная, Истина

сама определяет реальное бытие и действительность, ибо Истина — это искра Правды в душе Вселенной.

## Радость и горе. Понятие счастья

1. Радость — это то, что дано энергоинформационным импульсом, меняющим всё изначально в этом мире, то, что есть изначально в каждом.

2. Горе — то, что отделяет нас от высшего в нас. Отделение себя от Вселенной, разделение на личное и общее.

3. Счастье — отсутствие границ между высшим и сотворённым, раскрытие возможностей человеческой сути.

4. Во Вселенной нет того, что тебя огорчает, но есть то, что тебя радует.

5. Радость есть в тебе изначально, горе ты придумываешь себе сам.

6. Отделяя себя от Вселенной, концентрируясь на себе как на чём-то личном, частном, но не определяя себя как целое со Вселенной, как часть её, ты созидаете горе.

7. Ты — часть Вселенной и Вселенная — это ты.

8. Вселенная являет собой Истинное счастье. А значит, каждый из нас есть счастье в его частном проявлении и едином с истинным счастьем Вселенной.

9. Понимание отсутствия границ между собой и Вселенной ведёт к счастью.

## Понятие страха, вины, обиды, эгоизма, гнева

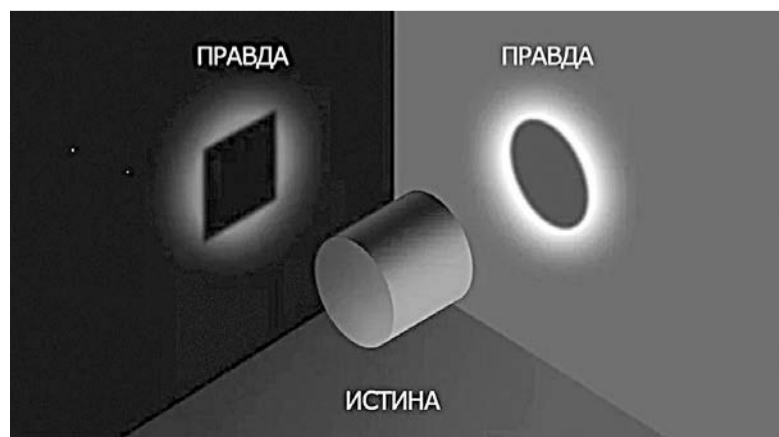
1. Эгоизм — это чрезмерная забота о собственной пользе, выгоде, свои интересы выше интересов других людей. Эгоизм переполнен чувством собственной важности. Эгоист думает, что весь мир ему должен и обязан, что он важнее кого-то и от этого лучше кого-то. Эгоизм — проявление зла в душе.

2. Гнев — это крайняя степень обиды и мимолётная злость на человека, проявленная в минуты ослабления контроля духа во время обиды на несправедливость. Злость — это хронический гнев с желанием причинить боль и зло обидчику (чистое зло).

3. Обида — это реакция на, как нам кажется, несправедливое отношение к нам. Включает в себя переживание чувства гнева (чистого зла) к обидчику и жалости к себе (неуважению себя) в ситуации, когда ничего уже невозможно поправить.

4. Страх бывает лишь трёх видов: страх, что у тебя ничего не получится, страх, что с тобой что-то случится, страх за кого-то, кто тебе близок. Остальные страхи и фобии лишь разновидности данных страхов.

5. Любой страх — это проявление чувства собственной важности, а значит, любой страх — это ложное чувство, ведущее во зло.







Избавляясь от страхов, ты избавляешься от зла в душе.

6. Страх, что у тебя ничего не получится, раскрывает в твоей душе такое зло, как эгоизм (я хочу быть лучше или во всяком случае не хуже), боль и обиду (я могу оказаться хуже всех или кого-то конкретного), вину (я не оправдал надежды).

7. Страх, что с тобой что-то случится, раскрывает в твоей душе такое зло, как боль и обиду («мне будет больно», «почему это происходит со мной?», «неужели я хуже всех?»), эгоизм («я буду хуже, чем другие»), вину («я принесу кому-то горе, страдания, неприятности, неудобства»).

8. Страх за кого-то, кто тебе близок, раскрывает в твоей душе такое зло, как эгоизм («как я буду без этого человека, если с ним это произойдет?!»; «какие неудобства, горе и страдания он мне доставит» и т.д.), вину («я ничего не могу поделать, помочь или не сделал чтобы помочь»), обиду («это ляжет на мои плечи»).

9. Во Вселенной есть высший план, по которому нам даются испытания души, духа и тела для обретения внутренней силы. Страх, вина, обида, эгоизм и гнев — это наши проявления внутренней слабости.

## Понятие смысла жизни, предназначения и пути

1. Смысл жизни отдельного существа лежит за пределами нашего понимания, но являет собой проявление Вселенской искры в явном мире. Вселенная творит через каждого из нас.

2. Определение предназначения лежит через чувство любви и радости от того, что ты создаешь. То, что приносит истинное чувство радости и счастья для тебя и других, есть твоё предназначение. Созидая радость только для других или только для себя, есть Кривда. Предназначение — это взаимная радость созидания и соприятия.

3. Безпокойство за себя или кого-то другого — излишне, ибо Вселенная слишком дорожит каждым из нас. Появление или уход из явного мира есть лишь переход между программами задач и предназначений во Вселенной, выход на другой, иной уровень.

4. Вина и обида есть чувство собственной важности и ведёт в Кривду. Всё происходит по задумке Вселенной и ведёт к определённой задаче, направляющей к счастью, от созидания в предназначении.

5. Путь, по которому ты направляешь другого, есть путь, данный ему Вселенной через тебя. Каждый должен пройти тот путь, который приведёт его к решению его жизненных задач. А потому безпокойство и сожаление излишни.

6. Если то, что ты делаешь, идёт с трудом или не идёт вовсе, знай — Вселенная предупреждает тебя и направляет на иной путь, тот, который приведёт тебя туда, куда предназначено. Слушай Вселенную.

7. Делай только то, что даётся тебе легко и радостно. Иди к цели с чувством озарения, предвкушения и счастья. Действуй.

8. Всё, что происходит случайно, происходит по замыслу Вселенной и является продуманным планом бытия.

9. Если хоть что-то в тебе имеет сопротивление тому, что тебе говорят, что делают, то это путь Кривды. Прислушайся к себе, ибо ты часть Вселенной. То же и с тем, что говоришь и делаешь ты.

10. Если ты считаешь, что ошибся, но ещё в состоянии исправить то, что сотворил, то исправь.

Ошибок не существует, есть уроки и развилки путей. Иди туда, куда ведёт тебя твоя душа.

11. Всё, что происходит, происходит вовремя, в нужном месте и в нужное время.

12. Всё, что ты делаешь по велению души, есть правильное и верное.

13. Всё происходит по нашей воле, мы притягиваем ситуации и события, которые нужны нам или несут в себе урок для нас.

14. Люди, пришедшие в нашу жизнь, являются нашими учителями, ибо они есть наше зеркало и зеркало замыслов Вселенной.

15. Сила — это принятие замыслов Вселенной, людей, пришедших в нашу жизнь, уроков и путей. Принимая, ты обретаешь силу познания предназначения.

16. Маг всегда окружён любящими его людьми, ибо он обретает силу принятия. Каждый человек, пришедший в жизнь мага, даёт ему силу и знание, являясь его учителем и посредником Высших сил. Понимая и принимая данное правило, маг становится магом.

17. Любимый или любимая, пришедшие в жизнь мага, есть подтверждение Вселенной его силы. Женщина даёт мужчине силу вдохновения, а мужчина даёт женщине силу структурности. Прими мир, и мир подарит тебе силу, ибо сила — это искра любви Вселенной. Вселенская искра любви горит ярче, когда есть искра любви земной.

18. Одиноким маг — это заблуждение. Одиночество есть хаос Кривды. Тот, кто одинок, блуждает в сумерках познания и являет собой отшельника, но не мага. Отшельник — пустой сосуд, ищущий наполнения. Только учителя, которых он будет готов принять, смогут наполнить его.

19. Маг — это тот, кто принял Вселенную, мир и людей, а потому является мастером и окружён силой Любви.

20. У мага ровно столько учителей и проводников, в скольких он нуждается. Отсутствие учителей у мага, людей вокруг и одиночество говорит о деградации силы, об отказе от уроков и знаний. Иногда магу достаточно одного проводника Вселенной, иногда мало и сотни. Мы принимаем лишь то и в том объёме, что готовы принять.

21. Принятие Вселенной — это спокойное и внимательное восприятие знаков Вселенной.

22. Если ты хочешь познать себя, то посмотри на людей вокруг тебя. Они есть твоё отражение, они есть части тебя, как ты есть часть Вселенной.

23. Если тебе что-то претит в ком-то, то этот человек пришёл в твою жизнь, чтобы дать тебе урок. Принимая его, ты принимаешь себя. Убирая в себе те качества, которые тебе претят в нём, ты изменяешь его или свой мир. Ты поймёшь, когда изменишь это в себе. Человек изменится зеркально тебе или уйдёт из твоей жизни. Поблагодари его. Он изменил тебя.

24. Благодаря Вселенную за упущенные возможности, ибо возможности — лишь иллюзия. Ты идёшь туда, куда тебя ведёт Вселенная. А Вселенная всегда ведёт к счастью и силе. То, что кажется логическим и верным, порой является ошибочным. Лишь Вселенной известен конечный результат. Если же ты действительно упустил возможность, данную Вселенной, и свернул на иной, чуждый путь, то скоро снова появится возможность прийти туда, куда нужно. Возможно, время отсрочки дано тебе, чтобы постичь очередной урок.

25. У нас один линейный основ-

ной путь — путь нашего предназначения, путь к счастью и силе. Но также у нас множество второстепенных путей-ответвлений. Путь предназначения мы выбираем в совибрациях с Вселенной до своего воплощения в этом мире, пути-ответвления же мы выбираем в процессе жизни. Можно долго плутать по лабиринтам путей-ответвлений, игнорируя путь предназначения счастья и силы, или же можем идти прямой дорогой созидания. Всё зависит от нашего выбора и нашей воли.

26. Всё происходит к лучшему, даже если кажется, что всё плохо.

27. Наши боль, болезнь, печаль и т.д. — это наш урок, который мы пожелаем изучить. Разгадай и прими урок, и боль исчезнет. Появятся пути выхода на варианты событий, содержащих счастье.

28. Мы всегда получаем то, чего хотим. Наши страхи, мечты, негодования, переживания и другие проявления эмоций воспринимаются Вселенной как наши желания и притягивают события, исполняющие их.

29. Люби врагов своих, ибо нет понятия «враг», ибо всё, что приходит враждебным к тебе, есть ты. Когда ты воюешь с собой, в твою жизнь приходят те, с кем ты сможешь воевать явно. Помни: любая борьба — это зло. Люби и созидай, люби себя и врага в себе, люби явного врага, ибо он и есть ты.

30. Тот, кто критикует тебя, твой друг, ибо он вызывает в тебе негодование на те самые черты, что есть в тебе. И главное то, как он ведёт себя, а не то, о чём говорит.

31. Смирись с тем, что тебя будут искушать и критиковать, ибо это показатель твоего роста. Если о тебе говорят, то ты интересен, если тебя критикуют, то ты интересен вдвойне, ибо человек склонен критиковать тех, кто сильнее и лучше их.

32. Любая агрессия, направленная на критикующего тебя, вернётся сторицей, ибо зеркало сейчас отражает тебя.

33. Мечь — это глупое зло, которое обернётся против тебя, так как мстить ты можешь только себе, ведь мир — твоё отражение.

34. Нападение — это проявление зла и агрессии в тебе.

35. Настоящий маг — с чистой душой, эмоциями и разумом находится в холоде. Лишь любовь наполняет его, ибо любовь — это искра божественного света Вселенной.

36. Если же нападение совершено на тебя — защищайся! Защита — это погашение импульса зла.

37. Сделай всё, чтобы снизить импульс негатива, ослабить сопротивление.

38. Твоя сила — это слабость противника.

39. Выйдя на защиту, помни о том, что каждый человек жаждет признания, любви и комфорта. Что хочешь твой противник? Что хочешь ты? Из-за чего произошла ситуация, приведшая к конфликту? Можно ли избежать импульса агрессии?

40. Разберись в себе и в своём противнике. Полюби его. Чем глубже ты поймёшь его мотивы и характер, тем большее преимущество ты получишь над ситуацией.

41. Победа над противником — это победа над самим собой, ибо противник есть отражение тебя самого.

42. Наслаждайся каждым мгновением своей жизни! Кто знает сколько тебе отмерено? Живи так, будто есть только сегодня и сейчас, но думай и мечтай о том, что произойдёт завтра. Ибо «завтра» — это твоя вера в бессмертность. Будь бессмертен душой — веруй в мечту, когда живёшь сейчас.

43. Исполняй свои мечты, цели и желания. Делай всё для их исполнения.

44. Мы можем лишь предполагать о сути Вселенной и истинности каждого из знаний.

45. Любимой, кто скажет тебе: «Я знаю истинное» — ошибается, ибо только Вселенная знает истинное. И для каждого его «истинное» верно, но не абсолютно.

46. Стремись всегда находиться рядом с теми людьми, которые приносят тебе радость от общения, наполнение от обмена энергиями, ведут тебя к успеху. Будь благодарен и даруй больше взамен.

47. Всё, что происходит в твоей жизни, все те люди и события есть ты! Посмотри на тех, кто рядом, и ты поймёшь, кто ты.

48. Люди, события, декорации жизни... Всё меняется, всё уходит и приходит соответственно тому, как меняешься ты. Отпускай и принимай мир вокруг тебя, и ты сможешь принять себя нового, а принятие ведёт к радости и счастью.

49. Всё, что люди говорят о тебе, это правда, даже если тебе это не нравится. Прими это, поблагодари за науку и иди дальше.

50. Благодаря людей и себя за каждое событие твоей жизни и особо будь благодарен Вселенной, особенно за яркие и счастливые моменты. И тогда Вселенная будет знать, чего ты хочешь, и будет осуществлять это для тебя.

51. Всегда слушай знаки Вселенной.

52. Забудь сожаление о прошлом и переживание о будущем. Благодаря за настоящее.

53. Мечты сбываются лишь тогда, когда ты спокойно принимаешь результат событий в любом исполнении его реализации. Вселенная хочет лучшего для тебя. И если истинно твоё желание, то оно обязательно исполнится.

54. Позволь ситуациям, целям, мечтам и желаниям реализоваться самим по себе и в то время, когда это будет наиболее благоприятно для тебя.

55. Если сомневаешься в правильности того, о чём говоришь, озвучь это или промолчи, так как слова сильного воспринимаются как истинные. А если они являются ложными, то ответственность за ложную истину ляжет на тебя.

56. Прежде чем учить других, познай себя. Познание себя идёт через отражение твоего мира. То, чему ты учишь, есть ты и каждый в твоём мире, включая тех, кого ты учишь.

57. Каждый человек приходит в нашу жизнь, чтобы научить нас, ибо жизнь — это безконечная школа Вселенной. Когда ты учишь других, учишь у них.

58. Будь собой тем, кем хочешь быть.

59. Мир меняется согласно нашим желаниям и убеждениям.

60. Рассмотрим в людях то, что ты хотел бы в них увидеть самого светлого, и вскоре человек станет таким.

61. Это твоя жизнь! Ты живёшь для себя! Делай всё, чтобы быть счастливым, делай всё, чтобы нести счастье. Слушай себя и Вселенную.

62. Если кто-то убеждает тебя идти против твоей воли, пройди мимо него.

63. Слушай своё сердце и Вселенную. Иди туда, куда Вселенная несёт тебя. Позволь событиям исполнять твои намерения.

64. Новое строится на руинах старого. Если какие-либо события требуют резких перемен и ты знаешь, что это твоё истинное желание, делай это!

65. Мечтай! Ибо если ты пере-

станешь мечтать, то в твоей жизни будет происходить лишь то, чего ты боишься.

66. Будь сильным, но кажись слабым. Будь равным людям, и они примут тебя.

67. Помогай людям уверовать в себя, ибо счастливые люди вокруг тебя — это твой мир.

68. Будь тщательным в своём обучении и постижении силы. Спешка мешает постичь важное, ибо важное часто маскируется под второстепенное.

69. Будь тщательным в созидании. Спешка мешает реализовать важное, ибо важное часто теряется впопыхах.

70. Верь в то, что ты делаешь, и делай то, во что веришь.

71. Если Вселенная несёт тебя на волнах успеха, то ты всегда будешь там и тогда, когда тебе это максимально нужно. Доверяйся Вселенной.

72. Прочувствуй истинность целей и желаний, затем распланируй лучшие из возможных реализаций и двигайся им навстречу, и тогда они реализуются с поразительной точностью и во благо.

73. Ты являешься частью Вселенной, ты есть твой мир. И всё, что происходит в этом мире, происходит с тобой.

74. Твой организм — часть твоего мира, тебя самого и самой Вселенной. Нарушение в законах Вселенной, мира, себя самого приводит к болезням организма. Если ты болен, проанализируй, какой из законов ты нарушил и по возможности исправь это. Всё происходит в соответствии с тобой.

75. Каждый из нас разный и одинаковый одновременно. Познав в чём разность и схожесть, ты познаешь других, а значит, и самого себя.

76. Благостное безразличие к происходящему, с нотками радости от исполненного есть состояние мага.

77. Сила в холодности ума и спокойствии чувств.

78. Время существует вне событий, события вне времени. Но они взаимосвязаны.

79. Научись управлять событиями, и ты научишься управлять временем.

80. Невозможное возможно, ибо всё, о чём мы думаем, имеет место быть, и нет того, о чём мы не можем подумать.

81. Делай то, что весомо.

82. Весомое — то, что имеет значение и постоянную опору. То, чему стоит доверять.

83. Невесомое второстепенно, непостоянно и лишь занимает твоё время.

84. Любое действие, даже незначительное, приводит нас на определённые пути развития событий. Думай, прежде чем выбрать путь.

85. Управление миром заключается в выполнении предназначений, данных нам Вселенной.

86. У каждого из нас есть выбор, но основной путь предначертан свыше.

87. Лишь тебе решать, как ты пройдёшь по предназначённому пути.

88. Каждый несёт ответственность за свою жизнь. Учи других выбирать свой путь и гони тех, кто против перемен внутри себя, при этом склонен перекладывать ответственность на других.

89. Управляй собой, чтобы научиться управлять Всем!

90. Ты есть Бог! Ты есть Вселенная! Бог, Вселенная в каждом из нас, ибо мы частички Всего и Всё есть в нас, как мы есть во Всём.

**Лада ВЕДУНЯ,**

целитель, парапсихолог,  
ясновидящая



**В**сё началось с того, что Максим предложил оценить фильм «Вивариум». В самом начале этого фильма показывается сцена, где говорится о кукушке — птице, которая подкладывает яйца в чужие гнёзда. Далее вылупившийся птенец кукушки в первую очередь выталкивает остальных птенцов из гнезда. Именно этих упавших с дерева птенцов и нашли главные герои фильма.

В своём кругу мы уже давно обсуждаем эту очень важную тему, а именно тему «паразитов». Кто такие паразиты? Как отличить паразитов от симбионтов? Как понять, какая система паразитическая, а какая нет? Именно эти вопросы поставил перед нами Максим, когда попросил оценить данный фильм. Не даром в самом начале фильма была сцена именно с кукушкой. Она по праву считается птицей-паразитом. Дальнейшие сцены фильма, на мой взгляд, достаточно интересны, потому что показывают многие механизмы, которые существуют в современном, особенно европейском, обществе. Однако, на мой взгляд, это требует отдельного обсуждения и показывает лишь механизмы работы паразитической системы, но не объясняет, кто такие «паразиты». Нужно сказать, что при просмотре этого фильма лично у меня было ощущение, что я смотрю какую-то отвратительную мерзость.

И вот недавно мы собрались ещё раз побеседовать на эту тему. На ум пришли очень интересные новые мысли, которыми я непременно хотел поделиться. К беседе подключились новые участники, поэтому начали мы обсуждение с самого начала.

— Кто такие «паразиты»? — спросил я, начиная нашу беседу  
— Паразиты в биологическом смысле? — поступило первое уточнение от Дмитрия.

— Я думаю, что в любом смысле. Будь то биологический или социальный паразит. Всё равно. Нужно понять, в чём истинный и глубокий смысл паразитизма. И как его определить, — уточнил я.

— Может быть, это тот, кто ничего не производит, а только потребляет? — снова ответил Дмитрий.

— Я бы уточнил: тот, кто потребляет больше, чем производит, — сказал Сергей. — Так, например, алкогольные компании подобно жукам лемехузам в муравейнике производят наркотическое вещество. Однако ущерб от их производства намного превосходит ту пользу, которую они якобы осуществляют.

— А если это ребёнок, который родился в семье? — возразил Владимир. — Он только и делает что потребляет и практически не приносит пользы. Но разве он паразит? Такое определение больше подходит под слово «иждивенец».

— Может быть, паразит дол-

жен обязательно вредить? — предположил Максим.

— Да, может быть, даже паразит обязан получать удовольствие от того, что он причиняет вред другим? — добавил Владимир. — Это удовольствие выражено в гормонах, а значит, его можно даже измерить.

— Я бы назвал таких животных не паразитами, а хищниками, — сказал я. — Хищники действительно могут получать удовольствие, загоняя свою добычу. Но хищники и паразиты всё-таки немного отличаются.

возлагая на него регуляцию своих взаимоотношений с окружающей средой».

— Как-то это определение не очень-то подходит для нас, — возразил я. — Социальных паразитов под него трудно подстроить. Даже кукушка не очень-то увязывается с этим определением.

— Может быть, теперь ты скажешь своё определение, Наум? — попросил Сергей.

— Да, я много над ним думал, но готов к конструктивной критике, — ответил я. — Паразит — тот тот, кто реализует свою мис-

сияется с таким предназначением, более того, его предназначение гораздо более гибкое, чем у животных, он может даже сам его определять. А вот эгрегор, по сути, является другим видом, это не просто человек, а сообщество или компания людей, объединённых общими интересами, — ответил я. — Если в эгрегор заложить программу «цель оправдывает средства», то эгрегор будет пытаться сохранить себя любыми средствами, даже такими, которые будут останавливать людей в движении по реализации их потенциала

для людей от своего личного роста. Такие люди и организации и будут, по сути, социальными паразитами.

— Я бы добавил, что если паразитизм связан с уводом от предназначения, то в обществе, охваченном социальными паразитами именно в той области, которая должна бы помочь человеку определить своё предназначение, и должно быть очень много паразитов, — сказал Владимир.

— Так ведь чем ниже уровень образования и воспитания, тем больше в обществе сект, мафий и всевозможных структур, которые через СМИ или другие инструменты транслируют свой смысл жизни, который в основном заключается в зарабатывании денег ради денег, считая, что деньги могут решить все проблемы — добавил я. — Это как раз и есть социальный паразитизм.

— Мне вспоминается особый сорт людей, которых обычно называют «коммерсами», — сказал Владимир. — Они считают, что любую проблему можно «залить» деньгами, тем самым решив её. Зачастую они не понимают, что благодаря этому борются со следствиями, а не с причинами. Не исправив причину, они получают пагубные последствия для себя и окружающих. Да и сами по себе они останавливаются в развитии и очень часто мешают развиваться другим.

Мы ещё не один раз обсуждали эту тему и выяснили, что хорошее определение даёт мощный инструмент для различения многих явлений и понятий. Так, например, фильм, о котором зашла речь с самого начала — «Вивариум», для нас стал гораздо более понятным. И не только кукушка, которая показана в самом начале, но и сама система, которая создала служебного человека, воспользовавшись семейной парой, которая хотела вырастить своих детей. Та семейная пара была поставлена в такие условия, что не смогла преодолеть давление среды и была вынуждена работать на социального паразита. Выйти за рамки системы ей помешало неверное мировоззрение, когда, например, мужчина в семье вместо того, чтобы разобраться в информационно-алгоритмических процессах, начал просто копать глубокую яму, то есть работать с материей. Это привело к тому, что он просто выкопал себе и своей возлюбленной могилу.

После обсуждения таких фильмов, которые не показывают никакой альтернативы, мы для себя решили, что будем строить другое, гармоничное общество, где все живут во взаимопомощи, создавая гармонию вокруг себя, строя более разумную систему с минимумом конфликтов. Для этого необходимо изживать такое понятие, как социальный паразитизм. А изживать его необходимо таким образом, чтобы каждый сам для себя мог определить своё предназначение в добром и душевном диалоге с самим собой. Ибо никто, кроме самого человека, не может определить, что же ему нужно на самом деле и ради чего он готов жить и трудиться. А всё общество должно ему в этом помогать, потому что, чтобы дойти до такой самостоятельности, необходимо развиваться в полноценную личность, изучив базовые основы всех сторон жизни, развив в себе волевые качества, умение любить и сострадать.

Наум МАТРИН

<https://vk.com/naumatrin>

# Кто такой паразит



— Может быть, тогда паразит производит умышленный вред, получая от этого выгоду для себя? — спросил Дмитрий.

— Хорошо. Вот, допустим, корова ест траву, она явно траве наносит вред и получает от этого выгоду, но разве она паразит? — ответил я.

— А вдруг? — улыбаясь, воскликнул Дмитрий.

— Корова всё-таки не паразит, — возразил Максим. — Поедая траву, она производит лучшее удобрение для этой же самой травы — навоз. И этим навозом можно удобрить в два раза больше территории, чем ту, где корова съела траву. Выпас коровы на определённой территории приводит к тому, что трава и другие растения начинают расти с удвоенной силой. Выходит, что трава, давая себя съесть, получает вдвое более удобренную почву. Траве корова нужна, наверное, даже больше, чем корове — трава.

— Посмотрел тут определение из общедоступных источников типа википедии, — сказал Владимир. — Там написано, что паразитизм — «вид взаимосвязей между различными видами, при котором один из них — паразит — определённое время использует другого (который называется хозяином) в качестве источника питания и среды обитания, частично или полностью

сию или предназначение за счёт других и в ущерб другим. Так, например, кукушка, подкладывая яйца в гнездо трясогузки, выполняет своё предназначение — продлить свой род за счёт другой птицы. При этом вылупившийся кукушонок выбрасывает остальные яйца или даже птенцов, тем самым наносит вред семье трясогузки. Получается, что семья трясогузки вместо того, чтобы выполнять своё предназначение — продлевать свой род, начинает реализовывать чужое предназначение — продлевать род кукушки.

— Так кукушка только вредит? — спросил Дмитрий.

— Для природы кукушка выполняет полезную функцию, — ответил я, — она поедает наиболее ядовитых гусениц, которых больше никто не ест. А трясогузки вовсе не так просты: из множества яиц, подложенных кукушкой, большая их часть оказывается обнаруженными и забракуютными.

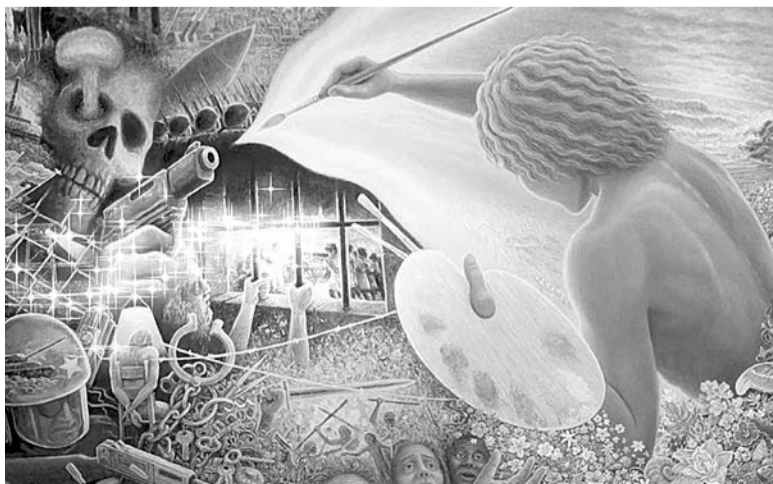
— Такое определение подходит только для живых организмов, — возразил Владимир. — Для социального паразитизма это определение не подходит. Так, например, алкогольные компании, у них что, есть предназначение?

— Их же кто-то создал, а когда создавал, закладывал какие-то цели — ответил я. — Разве у эгрегора (коллективного разума) и всевозможных компаний не может быть своего предназначения? Как минимум, цель сохранить себя, например.

— Я бы всё-таки разграничил природу и социум, — добавил Максим. — В природе кукушка и трясогузка — два разных вида, а в человеческом обществе все представлены одним видом — человек. Это особый вид паразитизма.

— Да, если мы используем слово предназначение, то получается, что некоторые люди могут рождаться с предназначением быть паразитом, — добавил Владимир.

— Я бы сказал, что человек не







**В** удивительное время мы живём. Время проверки на человечность, стойкость, да ещё и на вшивость. На планете война стала постоянным явлением, если не явным, так в скрытой форме внутри нас. Крайне неприятная штука, эта война, как последний рубеж жизни. Колокол, который звонит по тебе и не сразу ясно, о чём он и почему.

Вот Донбасс с удивительно своеобразной историей и такими же людьми. Более трёхсот лет тут строилось пространство людей интересных, толковых, трудолюбивых и стойких к трудностям, и всё же создали потихоньку довольно развитое пространство самодостаточности и возможностей будущего. Трудом и настойчивостью был создан уровень жизни для многих людей со всеми их отношениями и особенностями, присущими людям Донбасса. Многие годы они как-то чувствовали свою востребованность стране, многое претерпевали и твёрдо знали, что в любом случае справятся. Построили огромное количество городов, посёлков, нужных деревень и создали новые заделы для развития. Учились, и получилось жить в гармонии с необычным ландшафтом скромной природы Донецкого края.

Всё вписано, опробовано, привычно и уже родное. И вот бомбы, снаряды, ракеты и мины всё это превращают в хлам и мусорную пустыню... И это не отстранённые слова об этом, а на глазах в клочья разрываются тела ни в чём не повинных детишек, совершенно незаслуженно рушатся судьбы многих людей. Простых людей, а не чьих-то врагов. В этом дворе, на этой улице детишки со всем открытым сердцем и любопытством к жизни, которую мерили собою с готовностью всё узнать, попробовать, достичь. И всё это вдруг накрывает покровом смерти. Как? За что? Почему? По живому рвёт душу и сердце ещё живых, в глазах отчаянье, страх и отсутствие будущего, в котором ещё вчера был уверен.

Всегда есть те, кто организовал эту дикость, кто пытается всё это остановить, кто незаслуженно страдает. А ещё и те, кто спрятался за кулисами и ради своей пошлейшей жадности и власти, чтобы её осуществлять, планирует всё это. Что за существа такие? Нечеловеческих свойств, со звериным началом недолудей. У них война, убийство, рабство других, как ни крути, всегда последние и единственные аргументы, рычаги влияния в угоду своим интересам.

Ну ладно фауна Земли, где пищевые цепочки и привычка к ним многое определяет... Но Человек с сознанием и потенциалом Божественного развития как-то нелогично выпадает из всего этого. Это ли не вопрос? И вот тут-то наши привычные штампы по поводу виноватых, своей слабости и силы других, как ни странно, вообще ничего не решают, а только укреп-

ляют эти привычки...

Можно бесконечно долго описывать ужасы войны, которые большинству всё же очевидны до боли, но это никак не отменяет поднимающихся из глубин сознания вопросов, ответить на которые человеку всё же придётся. Одно из природных свойств человека, если он человек, это ОТВЕТСТВЕННОСТЬ за своё развитие в форме навыков, создания среды и искусства стяжения гармонии с

И хочешь не хочешь возникают совершенно очевидно конкретные вопросы, а есть и многослойные, нуждающиеся в глубоком исследовании, если мы точно хотим что-то понять про себя и подняться над дикостью.

Вот эти вопросы.

• Почему нам хочется комфорта и удобств, которые вроде бы предполагают освобождение от выживания и возможности освоения своего развития, чтобы

дамы и столетиями? Ввергать себя в отчаянье и снова очень трудно возрождаться?

• Почему ему, человеку, «удобно» снимать с себя ответственность за организацию своей жизни, часто поручая это проходившим, совсем не готовым к этим процессам?

• Почему человек хочет лучше, но не хочет различать того, что в его же жизни это лучшее разрушается?

что с этим делать и как?

• Почему мы не замечаем, что сама Природа начинает реагировать на наше безумство, вычёркивая человека из своей среды?

• Почему мы не замечаем, что игра нашего невежества мало того, что усложняет нашу жизнь, но ещё и ввергает нас в одиночество, почти безвыходное, потому что весь мир становится «чужим»?

Почему, почему, почему??? Список может продолжаться долго. Но это вовсе не меняет действительности, как ни крути. Только воля проснувшегося Человека!

Опыт истории и культуры человечества создал удивительные образцы искусства и часто забытых традиций, где человек явил примеры таких божественных свойств, что сердце заходится в восторге. Он же, этот человек, всегда понимает очевидность и пользу реальных человеческих свойств, как доброта, поддержка, сострадание, справедливые условия, хочет их, мечтает о них... И почему-то потакает выше обозначенному списку!?

Эти вопросы хоть и выглядят достаточно общими, но касаются каждого, как вызов ответить на них своим опытом, которого (особенно негативного) сегодня предостаточно, и своим отчётливым пониманием и преданностью ему на этом новом этапе. Это только личный выбор и личная работа над собой.

Терпеть можно многое, но Песни в этом нет...

Мы прячемся от этих ответов, так как придётся сделать выбор и нести за него ответственность. А это последнее, против чего борется наше животное начало со всеми хитростями, доступными ему и поиском виноватых и причин, ничего не меняющих. Вот простое природное правило: ты есть существо со всем своим содержанием, которое и формирует твои мотивации и саму жизнь в итоге. На этапе внутренней драки и всех несуразных сложностей ты всегда в конфликте с собой. А силы-то равны, потому что всё это ты. Победитель здесь весьма сомнителен, чаще маячит полное разрушение.

Но вот человек, представьте, поднялся на уровень восторга и радости жить в пространстве счастливых людей, опираясь на мудрость и Любовь самой Жизни. Всё это только цветёт музыкой блаженства и желания выразить это живым способом. Всё это растёт и многомерно полнит именно эти качества в тебе, человек. На мой взгляд существенная разница!

На этом этапе жизни лукавство избегать этих ответов уже точно не поможет, друзья. Восторг расти в Человека-Творца того стоит, с постоянными сюрпризами лучших свойств на каждом повороте.

Кто на что решился в деле, тот и получает результат. Проверено и Жизнью, и всем существованием в Вечности. Будущее — это всегда развитие того, что мы делаем прямо сейчас, чему отдаём силы, на что и откликается Жизнь. Всё на самом деле очень просто, особенно без выбора лжи, и на основе простой внимательности к тому, что есть во всей полноте, а не наших выдумок об этом. Природа в нас присутствует мудростью и Любовью, искренне помогая нам в нашем выборе и опыте. Осталось понять, кто мы во всём этом?

Война разбудила эти вопросы не в первый раз, и ответить на них придётся каждому! А Человек МОЖЕТ ответить на них достойно!

**Александр Фёдорович СОКОЛОВ**  
г. Краснодар, ЛНР

# Уроки и вопросы

## ВОЙНЫ



Природой, одухотворение материи и подъёма на божественный уровень и сотворчества с ним.

До формирования устойчивости и развития этих свойств и качеств человек так или иначе будет скатываться в потакание своим животным началам, в чём мало чести для него самого. Обучение человека погружением в крайние разнополярные состояния неизбежно приводит его к осознанию разницы, что значит жить в войне и в гармонии со всем содержанием Природы, сколько бы времени на это не уходило, раз уж по-другому не доходит.

Осознание человеком вариантов развития на более высоком уровне (а Природа пригласила его именно для этого) тесно связано с эволюцией такого органа в нём, как мозг, устройство которого растит свойства ещё и контроля над животным началом самого человека. И это очень необычное явление, и только за ним будущее с его безграничным потенциалом. Но пока ещё человек срывается и потакает тем самым животным началам разными способами и умениям оправдывать их.

возвращаться к заурядной лени? А после всеми силами протестуем против того, что это «условие» якобы нарушает.

• Почему мы не осознаём того, что крайне важно создать устойчивость всех форм и условия развития вышших свойств человека? Зачем жить в плену страхов, стрессов, конфликтов, конкуренции, мотивированной гордыней, невежества, которое всему этому потакает? Мало того, это ещё и эмоциональная зависимость от именно такого качества жизни, как проявление самих себя такого рода, на что и реагирует вся Природа, глубинные свойства которой не обманешь и не минуешь.

• Почему мы тренируем в себе бесосновательное превосходство личности (часто основанное на выдумках о себе), которая в угоду и желанию чувствовать этот смысл в себе и создаёт весь набор проблем, в итоге самому же человеку и неприятных?

• Почему мы убегаем от всех этих проблем с помощью лжи, лукавства, жадности, со всеми вытекающими? И последний «аргумент»: война — инструмент силы, расставляет всё по местам и часто в пользу силы победителя и не всегда по справедливости.

• Почему мы врем себе, когда вместо трансформации своих ошибок и привычки к ним бежим в ритуальные места, организованные без мудрости религий, чтобы поручить якобы вышшим силам решение своих вопросов? Это же вообще невозможно без сознательной работы и перемен в самом человеке.

• Почему надо довести всё до полного уничтожения в войне всего того, что человек создавал го-

• Почему человек ради самомнения о себе, пригретого и оправданного своей «логикой», отвергает всё, что этому якобы противоречит?

• Почему человек склонен идти на поводу деструктивных программ, сформированных в нём, вместо восторга и радости жить в Любви и гармонии?

• Почему человек перестал доверять своим соплеменникам и строить с ними другие отношения братства, которые только и двигают сообщество людей к будущему?

• Почему жадность одних и неготовность других стоять за правое дело бросают в топку смертей многих мальчишек и пассионариев народа в безвозвратность?

• Почему вместо мудрости, диалога, поиска совместных решений и целей в ответственном их исполнении до устойчивого результата мы склоняемся к войне самых разных свойств и форм, развивая эти разрушительные инструменты вместо созидательных в радости и счастье?

• Кто же вместо нас осознает все эти взаимосвязи и хитрости нашего лукавства и его результатов?

• Почему надломленные судьбы и психика после войны не могут вписаться в общество, особенно на фоне равнодушия многих остальных?

• Что отчётливо начинают чувствовать и понимать те, кто заглянул в глаза смерти, когда один народ и родные находятся в противостоянии? И что они после этого будут делать?

• Понимают ли люди, что эта свора сволочей, организовавших всё это, будет стоять насмерть за свои нечеловеческие интересы, и

### УРОВНИ ОСОЗНАННОСТИ





# Ярмарка

На правах рекламы

**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 — 300 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

**МАСЛО КЕДРОВОЕ** из Бурятии, отжим на деревянном прессе — 4500 руб./л.

**ЖМЫХ** кедрового ореха — 1000 руб./кг.

**ЖИВИЦА** кедрового: 10% на рыжиковом масле, 110 мл — 300 руб., 10% на кедровом масле, 100 мл — 600 руб.

**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** на рыжиковом масле.

**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** с вытяжкой саган-дали и чабреца.

**МАЗЬ ЖИВИЧНО-ПРОПОЛИСНАЯ** на облепиховом масле, 30 г — 350 руб.

**МАЗЬ КЕДРОВО-ПИХТОВАЯ.**  
**МАЗЬ СУСТАВНАЯ** с багульником болотным.

**ИВАН-ЧАЙ** ферментированный: листовой, гранулированный — 1100 руб./кг.

**САЖЕНЦЫ кедрового, 4–7 лет,** 100 руб./шт.; **кедрового стланника,** 220 руб./шт. Саженцы с хорошим комом, заказ от 10 шт., отправка ТК.

**САГАН-ДАЙЛЯ,** 450 руб./100 г. Отправляю почтой, Авито-доставкой, СДЕКом, ТК. Заказы по ватсап (т. 8-902-563-2564 (ТЕЛЕ2) или эл. почте: tsupran76@mail.ru).

Сделать заказ и посмотреть всю продукцию также можно на сайте [mir-baikal.ru](http://mir-baikal.ru).

**Приглашаем семью на ПМЖ,** есть все условия.

Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

**НАТУРАЛЬНЫЙ БЕЗСПИРТОВОЙ АНТИСЕПТИК И САНИТАЙЗЕР** для детей, увлажняющее и противовоспалительное средство для кожи, дёсен и волос — растительные паровые экстракты (гидролаты) из поселения Родовых поместий Любимовка (Тверская область) в стеклянных флаконах 50 и 100 мл, с распылителем. Производим из свежих местных растений, по классической технологии на медном аламбике.

Цена — 300 руб./50 мл; 500 руб./100 мл.

Мыло натуральное (с нуля) из растительных масел, без ароматизаторов. Молочное, шелковое, шампуневое, дегтярное, тактильное (скраб). Цена — 450 руб./100 г.

Пишите в WhatsApp 8-996-134-8051 (Екатерина).

По промокоду «Родовая Земля» скидка 20%.

Пишите, всё расскажем, проконсультируем, заходите в наш магазин «Люби настоящее!» в VK — [vk.com/lubisoar](https://vk.com/lubisoar).

**НАСТОЯЩИЕ ОРГАНИЧЕСКИЕ ГИДРОЛАТЫ** из поселения Родовых поместий Любимовка (Тверская область) в стеклянных флаконах 50 мл, с распылителем. Отличное увлажняющее, тонизирующее, противовоспалительное средство для кожи, волос и полости рта. Производим из свежих местных растений, которые собираем сами на территории поселения. В наличии:

- **гидролат почек тополя** — насыщенный бальзамический аромат, идеально для дёсен и сухой кожи, по свойствам как пчелиный прополис, не вызывает аллергии;

- **гидролат берёзовых почек** — мягкий и нежный, противоаллергический (для приёма внутрь), для кожи век, мягкий антисептик для самых маленьких;

- **гидролат ели** — лучшее средство для здоровья волос, для блеска и упругости;

- а также другие, можем подобрать смесь под ваш запрос.

Цена 300 руб.

Пишите в Ватс-Апп 8-996-134-8051 (Екатерина), всё расскажем, проконсультируем. Заходите в наш магазин «Люби настоящее»: [VK – vk.com/lubisoar](https://vk.com/lubisoar).

**ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД** из Родового поместья Кедр Пензенской области. Мёд светлый, однородный, пластичный, очень вкусный (*добавление от редакции*).

Цена 3 л — 600 руб.

Высылаем почтой. Постоянным покупателям всегда скидки.

Тел.: 8-908-529-7402 — Анна; 8-908-529-7501 — Александр.

**ПРОДАЁМ ХОРОШИЙ МЁД** — 190 руб./кг; подсолнечное масло — 280 руб./литр; сухофрукты, орех грецкий — 190 руб./кг, чищенный — 470 руб./кг; варенье, грибы.

Тел. 8-928-9594-995 — Александр. Поселение Росток, Ростовская область.

**НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛЯНО-ВОСКОВЫЕ СОСТАВЫ** для защиты древесины от влаги, плесени и УФ-лучей.

ИП Сальков А. В., Респ. Хакасия, ПРП Родники.

[Salkov@mail.ru](mailto:Salkov@mail.ru).

Тел. 8-983-152-8490, Артём.

**Друзья, предлагаем вкусный, полезный, качественный ИВАН-ЧАЙ СЕМЬИ АЛЕКСАНДРОВЫХ** — 1000 руб./1 кг, 100 руб./100 г.

Иван-чай **витаминовый** с ягодами рябины и листьями смородины — 120 руб./100 г, 1200 руб./кг. Иван-чай **с цветами** — 150

руб./100 г, 1500 руб./кг. Упаковка — крафт-пакеты.

Также в наличии **весь ассортимент фирмы «Яндар»:** пакетированный иван-чай, упаковка 40 г, 20 пакетиков (с душицей, липовым цветом, листом смородины, мелиссой, мятой, таволгой, чабрецом) — по 100 руб. каждого вида; земляничный — 130 руб., в пирамидках — 140 руб.

**Упакованный иван-чай** (фольга, картонная коробка, красивая этикетка) — 150 руб./100 г.

**Старинный русский** — 150 руб., с корнем девясила, боярышником, черёмухой — по 200 руб. каждого вида; с листом смородины, липовым цветом, берёзовыми почками, таволгой, чабрецом, мятой, мелиссой — по 160 руб. каждого вида; с черникой — 300 руб.

Можете заказать в группе в Вконтакте <https://vk.com/alexandrovtea>, а также по тел.: 8-912-982-9839, 8-919-482-1034; эл. почта [polina-uchta@mail.ru](mailto:polina-uchta@mail.ru).

Денис и Полина Александровы.

## Участки, дома

Продается **ПОМЕСТЬЕ 2 ГА В ПРП РОДНИКИ** в Хакасии, которое расположено в предгорьях Саян, в 150 км от Абакана, в 5 км от районного центра, рядом с деревней Нижний Имек, рядом с рекой Таштып.

В деревне есть начальная школа, магазин, ФАП, хорошие дороги, земля чернозём.

Дом 6х8 м вместе с верандой, постройка 2022 года, тёплый, из арболитовых блоков. Снаружи оштукатурен, внутри 100% отделка, печное отопление, меблирован.

Рядом с домом рабочая скважина, подвал, электроснабжение 3-фазное. Живая изгородь в 4–5 рядов из деревьев и кустарника. Посажены все ягодные кусты.

Дом и земля оформлены в собственность. Продаётся в связи с отъездом.

Цена 1,5 млн. руб., торг уместен.

Т. 8-950-964-4226, Татьяна.

**ПОМЕСТЬЕ В ПОСЕЛЕНИИ РОДНИКИ** Курганской области. Поместье закладывалось в 2003 году одновременно с организацией поселения. Продаю поместье, потому что вышла в поселении замуж, решено жить в поместье мужа. Площадь участка 3,1 га. Земля находится в собственности. В поместье высажены сотни растений.

На участке:

1. Подземный домик «Лисья нора», использовался круглогодично. Внутренние размеры 3,9х2,7 м. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова.

2. Надземный гостевой домик. Внутренние размеры 3,5х2,5 м. Использовался эпизодически, иногда зимой. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова.

3. Сарай, колодец, электричество 220 и 380 В.

В нашем поселении около ста участков. Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Есть небольшое озеро Луданное

(от поместья 5 мин. ходьбы).

До ближайшей маленькой деревушки (половину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5 км. До деревни с почтой и школой — 5 км. До райцентра — 12 км.

Можем выслать фото, видео и аудио о нашем поселении.

Цена 450 тыс. руб., возможна рассрочка.

Пишите [zzz65@list.ru](mailto:zzz65@list.ru). Звоните по тел. 8-906-883-2104 (Билайн). Надя+Саша.

Продаётся **ДЕРЕВЯННЫЙ ДОМ** 36 м<sup>2</sup> в живописном месте ПРП Русский Сарамак, Удмуртия, в 110 км от г. Набережные Челны. В поселении много семей с детьми. Детей в школу возит школьный автобус.

Дом расположен на земельном участке в 1 га. Есть крытый двор, баня и колодец, вода заведена в дом. В доме есть электричество, печное отопление, подпол.

Плодоносит фруктовый сад. Высажена изгородь. Дом и земля (ЛПХ в населённом пункте) в собственности.

Стоимость 1,8 млн. руб.

Звонить по тел. 8-905-372-7930 (Сергей и Ольга).

**ПОД РОДОВОЕ ПОМЕСТЬЕ ПРЕДЛАГАЮ СЕМЬЕ 4 ГА** с/х земли в собственность на Смоленщине, в Демидовском районе, у деревни Андреево.

Цена 300 тыс. руб., оформление 20 тыс. руб. (с 28.02.22)

Создаём поселение Родовых поместий, у каждого 4 га. Создаём среду обитания, альтернативную городской. Закладываем лесосад на участках. Имеем для этого питомник редких растений деревьев из Красной книги, выращиваем саженцы. Есть общественная пасека. Выращиваем чистые продукты, овощи в открытом грунте, кормим семьи. Есть гостевой дом; здание фермы, с/х техника б/у.

Стоимость жилого дома из бревна площадью 70 м<sup>2</sup> (аналог трёхкомнатной квартиры) — от 790 тыс. руб. в рассрочку.

Совместно заработаем на жизнь без наёмного труда на саженцах, туризме, с/х продукции, удалённо и на многом другом вместе.

Ищем единомышленников.

Контакты: тел. (вацап) 8-929-9270255 — Олег (<https://vk.com/o.v.egorenkov>); <https://vk.com/rodovayazemlya> — ПРП «Родная земля»; [infovalentin@gmail.com](mailto:infovalentin@gmail.com)

**ПРОДАЮ САДОВОДСТВО.** Общая площадь участка 1 га, в собственности. Подтаёжная зона.

Имеется жилой дом 2-эт., общ. пл. 112,2 м<sup>2</sup>; жилая времянка с баней, комнатой отдыха (14 м<sup>2</sup>), большой верандой.

Посадки: лес, сосны, берёзы, кедр, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина — всё плодоносит.

Огород 10 соток, две теплицы, хозяйственный погреб, личная скважина, электричество. Рядом горная река Таштып.

Вокруг много грибов, ягод. Есть места для охоты и рыбалки, туристические места для отдыха.

Усадьба находится в живописном месте: Республика Хакасия, Таштыпский район, Нижний Имек, поселение Родники, в 150 км от г. Абакана.

Мой тел. и WhatsApp: 8-950-302-9688. Доп. тел. 8-983-257-1008.

**ПРОДАЮ УЧАСТОК** 2 га в

ПРП Радосвет. Жилая баня 6х6 м, к ней примыкает хозблок 2х6 м. Есть скважина (вода питьевая), дебет 2–3 куба в час. В этом году будет стационарное электричество. Есть магистральная разводка воды по участку.

Посажены фисташки и несколько фруктовых деревьев. До Чёрного моря — 35 км, до Азовского — 40 км.

Цена 5,8 млн. руб.  
Тел. 8-912-781-3317, Ольга.

**ПРОДАЁМ ПОМЕСТЬЕ** 1 га в селе Кучугуры Воронежской области (60 км от Воронежа). В посёлке много молодых семей и детей. Есть дом творчества, где проходят занятия с детьми и коллективные мероприятия.

На участке сад: яблони, груши, сливы, вишня, черешня, малина, чёрная смородина; земляника и целебные травы. Есть лес: сосны, берёзы, ели и кедр. С двух сторон участка река Девица. Недалеко есть родник и купель.

В 10 км — райцентр Нижнедевиц со всей инфраструктурой и магазинами. Есть садик, школа, гимназия, музыкальная школа и большой спорткомплекс, также небольшая школа при посёлке, куда детей возит автобус. Дорога с твёрдым покрытием до границ участка.

Дом 62 м<sup>2</sup>: гостиная-столовая, зал и две спальни; санузел с туалетом и ванной; новый бойлер; деревянный стеклопакет. Снаружи отделан сайдингом. Есть тепличка, примыкающая к дому. В доме необходим косметический ремонт. Отопление водяное печное. Рядом с участком проведён газ.

Цена 1,65 млн. руб. Торг при осмотре. Документы оформлены. Телефон, ватсап: 8-920-420-84-56, Оксана.

**ПРОДАЁТСЯ УСАДЬБА** 50 соток в живописном экологически чистом месте.

Большое подворье, много хозяйственных построек, есть сад. Рядом пруд, родники, лесные насаждения с грибами и ягодами.

В доме (45 м<sup>2</sup>) есть вода, ванная, туалет, газовое отопление. Дом стоит на окраине деревни, вокруг участка можно брать дополнительно землю.

Трёхфазное подключение; асфальт подведён прямо к дому.

Цена 850 тыс. руб.

Адрес: Белгородская обл. Новооскольский район, село Барсук. Тел. 8-918-445-5710, Елена.

**ПРОДАЁТСЯ КРАСИВЫЙ УЧАСТОК** 90 соток с выходом к ручью, интересный ландшафт, есть ровные поляны для строительства дома.

На участке посажены вишня, груша, кедр, берёзовая аллея вдоль дороги. На островке с выходом к ручью стоят два улья. Проведено электричество, есть дорога (чистится круглый год).

Прекрасное место для создания Родового поместья.

Адрес: Новосибирская обл., Мошковский район, ДТСН Долина Имени, улица Лесная поляна. [Evstegneeva\\_katy@mail.ru](mailto:Evstegneeva_katy@mail.ru).

**ПРОДАЮ САДОВОДСТВО** в живописном месте Республики Хакасия, Таштыпском районе, с. Нижний Имек, поселении Родники, в 150 км от Абакана.

Земельный участок общей площадью 1 га. Подтаёжная зона. Вид права — собственность. На участке имеются жилой двухэтажный дом площадью 112,2 м<sup>2</sup>, жилая времянка, в которую вхо-





Приглашаем всех к нам на сайт издательства

**www.zeninasvet.ru**

- интернет-магазин (книги, журналы, газеты)
- информация о газете «Родовая Земля»
- архив газеты — для чтения и скачивания
- около 4000 статей (постоянно пополняется)
- удобный поиск материалов
- описание наших издательских проектов
- информация для авторов статей и партнёров



дит баня, комната отдыха 14 м<sup>2</sup>, большая веранда. Вокруг лес, сосны, берёзы, кедры, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина, всё плодоносит. Разработанный огород 10 соток, есть две теплицы, хозяйственные постройки, погреб, личная скважина воды, электричество. Рядом горная река Таштып. В лесу много грибов, ягод. Есть места для отдыха, охоты и рыбалки.

Тел.: 8-950-302-9688 (Whats App), доп. тел. 8-983-257-1008.

**ПРОДАЮ УЧАСТОК** земли 6 га под Родовое поместье в 3 км от села Гайворон Спасского района Приморского края. Земля в собственности (чернозём).

Дочь с внуком на 1,5 га уже сделали посадки. Так случилось, что в селе Гайворон, где жили мои дети, сгорел дом, дочь моя погибла, внук пострадал.

В селе есть магазин, школа (девятилетка). Из г. Спасска ходит автобус три раза в день, расстояние — 17 км. От участка до трассы примерно 1,5 км, до реки — 500 м.

Стоимость — 200 тыс. рублей. Тел. дом. (842372)6-91-71; моб. 8-908-979-9714.

**СДАДИМ НА ДЛИТЕЛЬНЫЙ СРОК** небольшой дом; две комнаты, кухня, имеются газ, вода, свет, гараж, хозпостройки; огород более 15 соток, плодовые деревья, виноград. Можно завести подсобное хозяйство, коз, кур, водоплавающую птицу.

Условие: приглядывать за домом, ежемесячно своевременно платить коммунальные услуги за своё проживание (коммуналка незначительная, по муниципальным сельским тарифам). Данное предложение для русскоязычной семьи, проживать самостоятельно (хозяйева живут в другом регионе).

В посёлке имеется вся инфраструктура, а также ж/д станция, элеватор, фермерские хозяйства.

Адрес: Ставропольский край, Изобильненский район, пос. Передовой.

Тел. 8-900-252-5070.

**ПРОДАЮТСЯ УЧАСТКИ** земли с/х назначения по 40, 60, 112 га в Калужской области Мосальского района. Стоимость 1 га — 10 тыс. руб. Хорошие дороги. Деревня газифицирована. Рядом протекает река, есть пруд. От Москвы — 226 км, от Калуги — 99 км.

**СДАМ ЖИЛЬЁ** за пригород или ПРОДАМ.

Поселение Росток, Ростовская область. Тел. 8-928-959-4995, Александр Донцов.

### СЕМЕНА И САЖЕНЦЫ

**ПРОДАМ СЕМЕНА ОТ БАБУШЕК** старинные: калега (брюква), огурцы, помидоры.

Количество ограничено. 427284, Удмуртская Республика, Селтинский район, с. Халды, ул. Школьная, д. 18. Тел. 8-904-830-5715. Тюлькина Лидия Павловна.

**ИЩУ КОРНЕВИЩА АИРА И СЕМЕНА МНОГОЛЕТНЕЙ РЖИ.** Тел. 8-904-830-5715. Тюлькина Лидия Павловна.

**ВЫШЛЮ СЕМЕНА ЛОФАНТА АНИСОВОГО** в вашем конверте. Эта трава — многолетник, медонос, вкусный, ароматный, оздоравливающий чай.

Выращиваю лوفант уже 62 года и постоянно пью из него чай, поэтому здоров, а мне уже 84 года.

Тел. 8-962-755-3349, после 19:00 (мск). Адрес: 414057, г. Астрахань, ул. Звёздная, д. 25, кв. 22. Прошакову Юрию Игнатьевичу.

Предлагаем **СЕМЕНА ЧЁРНОГО ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Растёт достаточно быстро, морозостоек и засухоустойчив.

Все части растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, укрепления иммунитета и очищения организма. Ценная древесина.

1 орех — 20 руб. Тел. 8-920-215-3052 — Михаил. sotvorenje.ra@gmail.com.

Тел. 8-926-765-63-76. Эл. адрес allat30@mail.ru.

**ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,45 ГА** с домом в центре РП Благодарная Ярославской области. Дом двухэтажный, кирпичный, обшит внутри кедром, с печью, погребом и баней внутри.

Посадки. Электричество. Летний домик, колодец, дровница, навес на въезде.

Документы оформлены. Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

**ПРОДАЮТСЯ ДВА УЧАСТКА** в Республике Хакасия, в поселении Родники, каждый по 1 га. Один участок огорожен.

Тел. 8-906-981-5946 — Наталья Сучкова.

**ПРОДАЁТСЯ ДОМ С УДОБСТВАМИ**, садом, огородом. 50 соток уже есть и 50 можно доформить. Поселение Росток, Ростовская обл., Белокалитвинский район, хутор Дубовой, ул. Абашина, д. 16.

Цена 700 тыс. руб., второй дом — 300 тыс. руб.

Тел. 8-928-959-4995, Александр Донцов.



**Подпишись на газету сегодня!**  
Живи здесь и сейчас!

**Подписка на газету «Родовая Земля» с любого месяца принимается во всех отделениях почтовой связи РФ и на сайте <https://www.pochta.ru>.**

Подписной индекс ПР602 по электронному каталогу «Почта России»

\* \* \*

**Электронная версия — <http://pressa.ru/izdanie/39083>**

## Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

«Мягкие домашние водные роды. 20-летний опыт многодетной мамы. Практические рекомендации, Макарова О. 216 с., илл. — 380 руб.

«Озеро света». Сборник стихов. Королева С. 136 с., илл., — 350 руб.

«Саманный дом и другие постройки из глины своими руками. Древние методы строительства, доступные каждому. Экономично и экологично». Макарова О. 144 с., илл. — 280 руб.

«Живые Духи из дольменов». Шершукова Т. 104 с., илл. — 200 руб.

«Орлиного цвета крылья». Крестьяева Е., 240 с. — 220 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., ил. — 170 руб.

«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слётов). Донцов А., 168 с. — 170 руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., илл. — 200 руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 750 руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльникова А. 100 с., илл. — 300 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., илл. — 320 руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 130 руб.

«Тайны, поведанные волхвом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 100 руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:  
• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2». 136 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Гелен-

джикский район Краснодарского края». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 2». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 1-е изд., 88 с., ил. — 230 руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 с. № 1 и № 2 — по 150 руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., илл., № 1, № 2, № 3 — по 230 руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., илл. — 100 руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 150 руб.; № 4, «Сказы Гамаюн» — 150 руб.

«Падали звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., илл. — 200 руб.

«Тропинка. Рассказы». Максеев Н. 96 с. — 60 руб.

«Зарянка». Пеньков А. А. 32 с., илл. — 150 руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пеньков А. 56 с., цв. илл. — 200 руб.

«Севкины героизма. Побывальщины для детей». Пеньков А. 80 с., цв. илл. — 250 руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грани Кристалла». — 175 руб. «Часть 2. Творение судьбы». — 175 руб. «Часть 3. Обретение целостности». — 175 руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Земли» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 100 руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте:  
**КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕТИЧ:**  
**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 по предоплате или с наложенным платежом.

Учредитель и издатель — Светлана Васильевна Зенина  
И. о. главного редактора — Д. Ю. Зенин  
Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:  
302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36—168.  
Тел.: (4862) 75-27-46, 78-08-62.  
Эл. адрес: [book@zeninasvet.ru](mailto:book@zeninasvet.ru),  
[rod-zem@zeninasvet.ru](mailto:rod-zem@zeninasvet.ru) — материалы для публикации, письма,  
[yarmarka@zeninasvet.ru](mailto:yarmarka@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», 2024.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

Подписной индекс: ПР602 по электронному каталогу «Почта России» и на сайте <https://www.pochta.ru>.



Отпечатано в ЗАО «Полиграф-Сервис». 241020, г. Брянск, пр-д Московский, д. 15-а. Объем: 8 п. л. Заказ № 326. Подписано в печать 01.04.2024 г. По графику — 18.00, фактически — 18.00. Выход в свет 02.04.2024 г. Тираж 2000 экз. Цена свободная.

WILDBERRIES Найти на Wildberries

Издатель Светлана Зенина 12 товаров

Наши книги можно заказать и через Wildberries. **БЫСТРО И УДОБНО!**



# История создания музея в сельской местности

Я родился в Сибири, в Горной Шории, в красивейшем кедровом крае. Наверное, все слышали о прекрасной сибирской тайге, её богатстве, разнообразии животного и растительного мира. И первыми материалами, с которыми начал работать, были сибирский кедр, берёза и осина. Потом постепенно у меня появились липа, красное дерево нескольких видов и другие ценные породы дерева, но кедр остаётся моим любимым материалом до сих пор.

Мой отец был мастером-краснодеревщиком, он умел хорошо делать очень многое. Мог построить дом, сложить печь, сделать лодку, мебель — от табурета до комода и шифоньера. Делал он всё без чертежей и эскизов, они у него в голове рождались. Первые девять лет моей жизни мы семьёй много раз переезжали, и всегда мебель оставалась на старом месте, а на новом месте отец всё из-

пользовались потом даже дома. А спустя много лет их у нас брали на выставки как старинные бытовые экспонаты.

Однажды дочке, когда ей было года два или три, приснился деревянный Буратино. Несколькими

днем вечерами и ночами, потому что днём работал на заводе, вечером учился в институте.

С годами у меня накапливались опыт, материал, инструменты и я всё больше уделял времени любимому занятию. К тому же



готовил заново. Отец делал мне и соседским ребятишкам деревянные санки, коньки и лыжи. Я вообще не помню, чтобы отец без дела сидел, всё время был чем-то занят.

И я тоже брал инструменты и что-то мастерил рядом с ним. Делал из дерева машинки, пистолеты, клюшки для игры в хоккей. А однажды, когда мне было 12 лет, сделал игрушечное ружьё. Приклад вырезал из дерева, к нему прикрепил какую-то трубу в качестве ствола, вместо затвора прикрутил оконный шпингалет. Получилось как настоящее. Ружьё увидели у меня взрослые парни и отобрали, очень сильно оно им понравилось. Мне же от этого не было обидно, даже наоборот, приятно, что моё творчество по достоинству оценили взрослые ребята.

Когда у меня появились семья и дети, то я им тоже делал игрушки из дерева. Из коряг, сучьев и веток, найденных на берегах Оби, дома мастерил фигурки людей, животных и птиц, этот вид творчества называется «корнепластика» или «лесная скульптура». Все изделия мы дарили в детские сады и школы, куда мои дети ходили.

Когда отдыхали на природе, на базах отдыха, то всей семьёй собирали грибы и лесные ягоды. Здесь же, на месте, делали из них заготовки на зиму — грибы мариновали, а из ягод варили варенье. Для готовки я всегда делал деревянные ложки с длинными ручками из осины или черёмухи. Ложки получались неплохие. Мы ими

она плакала и просила дать ей этого Буратино. В это время мы отдыхали на заводской базе отдыха «Обская волна», расположенной на берегу Новосибирского водохранилища. Специального инструмента у меня не было, только пила, топор и нож. Но мне очень хотелось сделать подарок дочери. Делал я его несколько дней. Намучился, конечно, изрядно. Но в конце концов работа была закончена. Буратино получился высотой примерно 30 см. Ручки сгибались в плечах, локтях и кистях. Ножки тоже были подвижны во всех суставах. Радости дочери не было границ, все подружки ей страшно завидовали. Касса до пятого она с ним не расставалась почти ни на минуту. Носила его с собой и в детский сад, и в школу. Ложилась спать только вместе с ним.

Но на этом история с Буратино у нас не закончилась. Жили мы в советское время тяжело, небогато. Работали оба с женой на заводе, я мастером слесарно-обмоточного участка, а жена — инженером-программистом, но поднимать двоих детей было нелегко. Однажды мне пришла в голову мысль: а что если я сделаю несколько таких Буратинок, мы их продадим, и немного легче станет материально?

Идея всем понравилась, я взялся за дело. Сейчас я к работе подошёл более профессионально. Оборудовал в подвале свою кабинку под мастерскую, обзавёлся необходимым инструментом, и работа закипела. Трудился позд-

закончил учёбу в институте, получил диплом, подросли дети, и свободного времени у меня стало намного больше. Учителей по резьбе у меня не было. Учился по книгам, до многого сам доходил. Посещал музеи в Новосибирске, Москве, Ленинграде, где мог часами рассматривать старинные изделия народных мастеров. Но самое главное — это моё упорство. Резьбой занимался каждую свободную минуту. Был даже случай, когда встретил Новый год за рабочим столом и до утра что-то вырезал. Это не было насильем над собой, а, наоборот, был полёт творческого духа, когда для тебя ничего кругом не существует, кроме того проекта, которым ты сейчас занят.

Прошло уже много десятков лет, но этот творческий полёт души у меня до сих пор не прошёл, когда я делаю новую интересную работу. Сейчас в совершенстве владею разными видами резьбы. Занимаюсь художественной резьбой, кукольными игрушками, делаю доски для изготовления печатных медовых пряников, изготавливаю оборудование и инструменты для ткачества. А около 10 лет назад увлёкся изготовлением народных музыкальных инструментов. Давно хотел заняться этим направлением, но как-то всё руки не доходило. Но однажды отложил все дела и изготовил Звон-

чатые гусли. С тех пор для меня открылся новый, необъятный океан творчества. Более всего мне нравится делать дудочки, окарини и флейты народов мира. Когда долго трудишься и заканчиваешь резать, например, тарелку, шкатулку или хлебницу, то появляется чувство, что ты произвёл на свет живое существо со своей собственной душой. А когда сделаешь музыкальный инструмент, то у него в добавок к душе, ещё и собственный голос появляется. Начинаешь на нём играть — и выпадает из времени. Тебе кажется, что играл минут 20–30, а на самом деле прошло 1,5–2 часа! Жалею только о том, что у меня нет музыкального образования, приходится изучать и осваивать азы этого искусства.

В 2004 году мне пришлось уехать из Новосибирска, в котором я прожил почти всю свою жизнь. Сейчас обосновался в 70 км от областного центра, в селе Старый Искитим, в купленном мной частном доме. Здесь у меня творческая мастерская. В Новосибирске моя мастерская размещалась в подвале пятиэтажки. Два раза в году её обязательно затапливало канализационными стоками. Три раза воры выносили всё подчистую — станки, инструменты, материалы. Один раз горел соседний подвал, и только чудо спасло от пожара мою мастерскую. И каж-

дый раз мне приходилось начинать всё заново.

За долгие годы творчества у меня накопился огромный опыт и большая коллекция моих изделий, много участвую в фестивалях, выставках, ярмарках, имею более 130 дипломов, почётных грамот, благодарственных писем, в том числе почётную грамоту Министерства культуры Российской Федерации за большой вклад развития культуры России. Провожу встречи и мастер-классы для детей и взрослых в городах, сёлах и деревнях по всей Новосибирской области. С огромным интересом люди разных возрастов принимают участие в этих встречах. И всегда, почти в один голос, задают вопрос, где всё это можно посмотреть, послушать и научиться такому творчеству. Ответа дать я не мог, потому что такого места просто не существует.

Давно вынашивал идею создания интерактивного музея-мастерской «Сибирский кедр». В нём хотел собрать всё, что связывает с кедром народы Сибири, возрождать и сохранять и распространять народную культуру и традиции в сельской местности. Со своим проектом много лет обращался к чиновникам, депутатам, предпринимателям, но пока не нашлись люди, которым эта тема интересна.

И вот случилось чудо. В 2020 году я принял участие в конкурсе стартапов «Искитимский район — территория развития инициатив» — «Со мной регион успешнее». Выступил с проектом создания интерактивного музея «Сибирский кедр» в своём частном доме, в селе Старый Искитим. Мой проект был поддержан, выделили грант 50 000 рублей. На эти деньги я отремонтировал одну из трёх комнат, изготовил стеллажи, закупил осветительное оборудование. Открытие музея состоялось в сентябре 2020 года. В этом же году подал заявку и меня приняли в Ассоциацию частных народных музеев России. Сегодня музей посещают жители города Новосибирска и Новосибирской области. Бывают гости и из других регионов. Но из-за удалённости музея посетителей не так уж много, как хотелось бы. Меня всё ещё не оставляет надежда, что найдётся богатый спонсор, человек, который радеет за возрождение народной культуры и подарит мне помещение для музея в городе Новосибирске, Бердске или Искитиме.

**Александр Андреевич ПОПОВ,**  
мастер-резчик по дереву, писатель,  
основатель частного музея  
«Сибирский кедр»  
Новосибирская обл, Искитимский  
р-н, село Старый Искитим  
<https://slavradio.org>