

Родовая Земля

ПЕРВАЯ
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 7 (157), июль 2017 г.

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



Духовная основа названия	5	Молодым везде дорога	6	В гармонии с Пространством	12	Расписывать может каждый	16	Система здоровья космонавтов	22	Добро пожаловать в Росток	32
--------------------------	---	----------------------	---	----------------------------	----	--------------------------	----	------------------------------	----	---------------------------	----



Как мы купались

Можно ли провести хороший праздник на природе в дождь? Мы тоже думали, что нельзя... Но оказалось, что погода — не главное, если у вас праздник в душе.

По традиции мы справляли Купалу в Богатырском во время летнего солнцестояния. Утро выдалось погожее, и мы надеялись, что солнышко порадует нас и днём, когда соберёмся на праздник. Однако стоило нам взяться за руки и завести хоровод, как начался дождь. Но было так весело и радостно, что мы не собирались останавливаться.

К нам в гости приехали друзья из Иванова — семейный клуб народной культуры «Дид Лада». Они и завели игры и хороводы, да такие весёлые! Создатели «Дид Лад» собирали исконные народные песни и танцы по деревням России. И проводят они всё по-настоящему. Всякий раз, как мне выпадает удача поучаствовать в их хороводах, я начинаю ощущать свои родовые корни, и душа наполняется от этого радостью. Гармоничные, веками выверенные движения народного танца ладят душу и тело так, что после праздника возвращаешься к своим обычным делам в новом, наполненном состоянии.

Купала всегда был праздником любви и влюблённых. Поэтому и у нас большинство хороводов предполагали танцы в парах. И это не случайно, ибо наши предки ведали: гармоничный танец не только дарит веселье, но и гармонизирует отношения супругов.

«Сегодня Купала, вот мы и искупались», — шутили наши гости. Дождик набирал силу, а праздник... продолжался! В русле купальской темы мы показали танец «Жива», в котором участвовали супружеские пары Богатырского. А потом начался спектакль-сказка об Иване да Марье — хозяевах Родового поместья, решающих вопросы семейной гармонии.

У вас будет возможность увидеть этот спектакль-сказку 13 августа, на VI Всероссийском фестивале экотехнологий в поселении Богатырское. В тот же день все гости смогут принять участие и в хороводах «Дид Лад».

...Как следует натанцевавшись (и вымокнув до нитки!), мы грелись у костра, пили душистый чай из трав с домашними сладостями и много общались. Не поверите: вскоре после того, как мы разошлись по домам, дождик прекратился, а небо стало голубым и безоблачным. Вот уж и правда говорят: Купала — праздник огня и воды. И даже в дождь можно дарить друг другу свет и тепло своего внутреннего Солнца.

Софья КОРОЛЁВА.

РП Богатырское, Ивановская область.





Что искать нам в этой жизни?
Править к пристани какой?
В. Высоцкий.

В чём суть идеи Родовых поместий? Здесь две составляющие — «родовые» и «поместья».

Смысл понятия «родовое» — дать людям конкретную родину, чтобы в перспективе каждый мог сказать: «Моя родина здесь. Я здесь родился, на этой земле, в этом поместье...».

Но тут и возникают вопросы. Факт рождения в конкретном месте вовсе не означает, что в дальнейшем именно это место будет ассоциироваться с понятием «родина», а тем более вызывать соответствующие чувства. Если не провёл в месте рождения детство и отрочество, никакого чувства родины относительно этого места не будет. Значит, на этом месте должно проходить детство. И детям должно хотеться и нравиться здесь «детствовать». Для этого дети должны быть в компании детей...

Многодетные семьи с детьми-погодками нынче не в моде по многим причинам. Значит, это соседские дети. Значит, это будет улица или что-то вроде детского сада или начальной школы. То есть ареал родины расширяется с неизбежностью до поселения. Получается, что смысл «родина» поместья теряют.

В нашем языке есть два связанных, но разных понятия: родина и отечество. Чем они отличаются? Женщина по своей сути рождает новую жизнь и является хранительницей очага, чтобы эта новая жизнь могла взрасти, окрепнуть и встать на ноги. Именно поэтому в случае чего — «Родина-мать зовёт!». Отечество — это родина, политая кровью отцов, и поэтому в нашем народе родовая нить идёт по линии отцов. Понятие «родина» лишь составная часть понятия «отечество», которое более ёмко по пространству и по смыслу. Таким образом понятие родины как конкретного места рождения лишается смысла, если нет Отечества. Малое не имеет смысла, если нет большого.

Кому по наследству переходит поместье, если детей несколько, а поместье неделимо? Конфликт неизбежен. Кому это нужно?

То есть прежде чем говорить о «родовитости» поместья, нужно чётко прописать (в законе, как бы это кому-то не нравилось) порядок наследования. Один из логичных вариантов (изложен в «Славяно-арийских ведах») — всё переходит к младшему сыну. А если в семье одни девочки?

Ещё один аспект — продажа поместья. По очень большому счёту любую землю продавать грешно. Во-первых, потому что она — Мать. Во-вторых, собственностью человека может быть только то, что человеком создано. Землю человек не создавал. Поэтому землю лучше дарить, передавать...
бесплатно. Но за труд и ресурсы, вложенные в землю, получить возмещение абсолютно правильно.

Насчёт предложения законодательно запретить продажу поместья — явный недомысленный перебор. Например, ваш преемник нашёл своё дело в покорении просторов Вселенной и земля, как угодия, ему не нужна. И что? По этому недомысленному закону она будет брошена. Кроме того, если преемник решил поместье продать, значит, для него оно не стало родовым. И не его в этом вина.

И вообще, пути жизненные не-

исповедимы. А крепостное право у нас отменили в 1861 году. Поэтому эмоции лучше вывесте за скобки. И включить Разум.

Вывод: с «родовитостью» поместья всё не так просто.

И заниматься этой проблемой должны конкретно мыслящие люди — «физики», а не «лирики» (по терминологии 60-х). Чем они отличаются? Первые говорят: «Я люблю кого-то или что-то», вторые: «Я посылаю Любовь».

«Физики»: «Мне в голову пришла мысль». «Лирики»: «Информация пошла».

Для первых источником люб-

жизнестойкости концентрация и сети чреватые. Например, как вы убираете мусор? Сначала в кучку, потом на совок — и выкинули. При современном уровне развития военных технологий уничтожить крупный город совсем несложно. Но чтобы жители мегаполиса ощутили «вкус» катастрофы, условия военного времени не требуются. Достаточно выключить свет.

Очевидно, что жизнеспособность рассредоточенного способа жизни на порядок выше «мегаполисного» существования. Но это требует качественно иной пара-

жество искушений и пороков. И как следствие — семейные трагедии.

Жизнь в поместье формирует характер, творческий подход к делу, смекалку, выносливость, задаёт ритм жизни, сообразуемый с природным — основой основ.

Да, сегодня быт в поместьях не идеален. Но человек деградирует морально, умственно и нравственно именно в городах, там, где никому ни до кого нет дела.

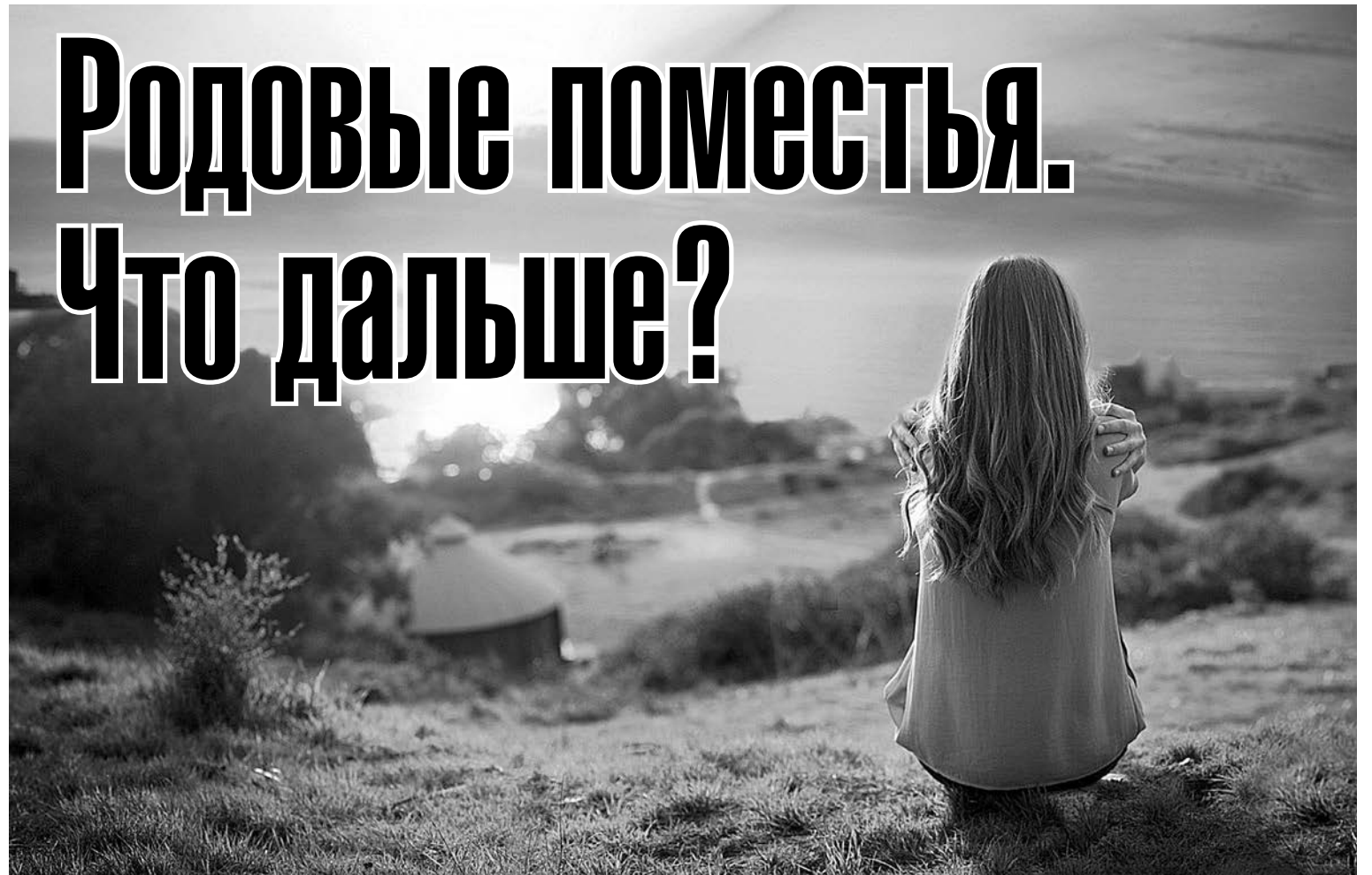
Сегодня интеллектуальный разрыв между городом и деревней (а он был, и весьма существенный) снизился ОЧЕНЬ значи-

вы трудиться? Тогда — вперёд!

К сожалению, есть и такие, кто действует подобно персонажу из газеты «Родовая земля», который купил в городе на базаре яблок и поехал в поместье. Лежит на траве и думает: «Косить или не косить? Однозначно — не косить!». Такому человеку земля не нужна. Лежи на диване в городской квартире и бездельничай, предаваясь бесплодным мечтаниям.

Итак, первое: поселение должно быть красивым.

С чего начинается поселение? С дороги. У нас в СНП «Ведрус-сия» (Краснодарский край) шири-



ви является человек. Для вторых — территория, именуемая «Пространством Любви».

Первые «подкову счастья» крепят на своей ноге и пашут, «как лошади». Вторые считают, что достаточно создать образ, и он каким-то чудесным способом сам собой материализуется. (Такой персонаж был блестяще описан Н.В. Гоголем — Манилов). А для чего Бог дал человеку руки и ноги, им и в голову не приходит.

Это не значит, что «физики» лучше «лириков». Но для решения конкретных задач «физики» более подходящи. Потому что «лирики» думают, что цель жизни — совершенствование человека на пути к Богу. Ну отсовершенствовался, пришёл к Богу, а он спросит: «А что ты умеешь делать, совершенный ты мой? Чему ты сможешь научить молодых или отсталые цивилизации?».

Совершенство ради совершенства никому не нужно. Нужно совершенствование в Деле, в Творчестве. Нужны Мастера, умеющие думать, делать и видеть перспективу хотя бы завтрашнего дня. Ибо Человек — подобие Божье, а Бог — Творец и Созидатель. Так покажи результат своего творческого созидания.

Смысл понятия «поместье» в том, чтобы избавиться от опасной концентрации, к которой приводят мегаполисы. В современном мире факт их существования имеет только технологическое обоснование. Дескать, в компактном варианте жизни проще сети электрические, газовые, транспортные... Это так. Однако с позиции

дигмы жизнеустройства. На первое место выходит автономность жизнеобеспечения по всем аспектам. Как следствие, развитие новых технологий — от автономных источников энергоснабжения для всех потребителей (от жилья до предприятий — вот поле для науки и производства; и такие разработки в нашей стране есть) до замкнутых, экологически чистых циклов жизнедеятельности. Кроме этого потребуются и новый подход к транспортным технологиям, принципиально новый, а не на уровне модернизации.

Из этих предпосылок следует, что для будущего, для безопасности Отечества, а значит, и наших потомков усадебный аспект важнее родового. Поэтому важно создать такое жизнеустройство поселений, чтобы потомкам хотелось и нравилось там жить.

Есть ещё одно, пожалуй, решающее преимущество поместно-усадебного расселения перед городским. Признать честно: инфантильная расслабленность компьютеризированного жителя крупного города лишает человека чего-то очень важного, какой-то глубинной основы жизни, какой-то части характера, на которой держалось (в том числе) множество наших побед... Корня. В городах комфортная, искусственная среда, ничего особо делать не нужно, всё под рукой — пусть и ГМОшное... Клубы, развлечения, богатый сервис... Дети становятся тепличными, капризными, неуправляемыми... В школу проведи, из школы встреть (а как иначе в этом прекрасном городе?), мно-

тельно. Сетевое телевидение, мобильная связь и интернет практически уравнили шансы. У города остались бонусы, но их немного и они не идут ни в какое сравнение с возможностью просто пойти погулять в лес, на реку или на рыбалку, в конце концов. Это ведь тоже информация и релаксация — два в одном, как говорится. Иногда более существенная, нежели мюзей. И потом — кто сказал, что городская культура недоступна жителям села, что у них нет возможности сходить в театр? Есть. Нужно только приехать в город. У них нет театра в шаговой доступности. И что с того? Здесь — настоящая жизнь (иногда, безусловно, тяжёлая). А театр — это РАССКАЗ о настоящей жизни...

Насчёт медицины... Здоровье нужно не лечить, а сохранять, и поместье в этом деле — лучший помощник. В серьёзных случаях без городской инфраструктуры, понятно, не обойтись. Но в основе это ничего не меняет. При этом никто не призывает отменять города, как почему-то пытаются вычитать некоторые любители крайностей...

Когда люди впервые приезжают в понравившееся им место, они говорят: «Какая красота!» Вспомните реплику из книг Мегре о том, что нужно взять кусок земли и на нём, как на холсте, нарисовать красивый пейзаж. Конечно, у каждого своё понимание красоты. Но это в деталях. А в целом всё, и красота тоже, имеет общие закономерности. И создание этой красоты требует труда, сил, знаний, умений, ресурсов. Есть у вас всё это? Гото-

на дорожной зоны 12 метров. Она должна быть прокошена, без поросли и мусора. Это и красота, и пожарная безопасность. Теперь сама дорога. Когда-то говорили, что в России две беды — дураки и дороги. Но на самом деле одна, ибо вторая — следствие первой. Отсюда выводы:

- в поселении дорожная сеть должна рассматриваться целиком, без деления на «общие» и «необщие»;

- нужно использовать технологии строительства недорогих, но долговечных дорог. Такие технологии есть, они отработаны и давно применяются.

Нормальный человек, проехавший по красивой дороге (улице), не захочет, чтобы его усадьба выглядела мусорной свалкой и зарастала бурьяном, который летом превращается в порох. А пожелает, чтобы она была красивым рукотворным пейзажем.

О детях. При современной малодетности уже не будет давних уличных ватаг ребятни. Значит, должны быть центры, где дети могли бы собираться, играть, учиться. И важнейший вопрос, определяющий будущее не только движения к Родовым поместьям, но и судьбу всей страны, — каким должен быть человек будущего? Устремлённый к созиданию, а не к потребительству. Понимающий Совесть, Справедливость, Ответственность. Знающий историю Отечества, умеющий думать, трудиться и творить. Ищущий Своё Дело. Готовый с оружием в руках Отечество защищать.

Окончание на стр. 4



Приглашаем в поселения

Республика Башкортостан

Мы находимся в предгорье Урала. Наше Родовое селение Чик-Елга (Архангельский район) официально является частью деревни. Категория земли — «земля поселения», но территориально находится выше деревни, обособленно.

Есть электричество, в этом году отсыпали грунтовую дорогу. Всего на данный момент обустроили свои поместья 19 семей из «первой волны», взявшие участки 5 лет назад, и новую территорию расширения будут осваивать 15 новых семей. На данный момент свободно около 10 будущих поместий. Шесть семей проживают круглогодично. Очень много детишек!

Много водоёмов: река Аскын, родники; в селении есть несколько прудов, колодцев, скважин. Произрастают дубы, липы, вязы, берёзы, ива, ольха, клёны; в лесу много грибов, орехов; селение окружено ягодными полянами.

Приглашаем людей, приняв-

ших идею Родовых поместий всем сердцем и желающих в скором времени перебраться в Родовое поместье, на постоянное место жительства.

Пожелания к будущим соседям: семейность, отсутствие вредных привычек, вегетарианство; желание жить и творить в коллективе, находить общий язык, взаимодействовать, вместе сотворять инфраструктуру селения и совершенствоваться среду обитания. Приветствуется нацеленность на семейное образование, желание развиваться в этом направлении.

Узнать новости нашего селения, послушать наши песни, почитать Устав селения и Обращение к кандидатам, узнать о вступительном взносе в селение и всю актуальную информацию можно в нашей группе ВК: <http://vk.com/club21326618>.

Анастасия Арямнова.

Всегда рады новым знакомствам: https://vk.com/anastasiya_aryamnova.

Смоленская область

Создаётся большое поселение Родовых поместий и экологических поселений в Смоленской области, Демидовском районе, у границы с Белоруссией, в 450 км от Москвы. Возрождаются две пустые деревни.

В 14 создаваемых поселениях и двух пустых деревнях различные ландшафты среднерусской возвышенности: поля с простором, щемлящим душу, светлые берёзовые рощи, широкая русская река Каспля, лесная деревня, холмы, ручьи с крутыми склонами оврагов и борбовыми плотинами, аистами на столбах и журавлями в дальних рощах.

Имеется два гостевых дома.

Предлагаю желающим 1 га земли под Родовое поместье; места разнообразны, по душе каждому. Оформляю сразу в собственность. В оформлении оказываю помощь.

Создаётся инфраструктура: школа, детский сад, гостевые дома, клуб, кафе, магазины, сады, кедровая роща, пасеки, теплицы, зоны отдыха, спортивные площадки. Заложены орошевые сады. Создан питомник редких растений, деревьев из Красной книги «Царёв луг». Будем сажать лесосады.

Ищу единомышленников. Нужен специалист по рекламе в интернете.

Подробное описание, 47 фотографий, карт, схем и текстов на страничке в Вконтакте (Василич Василич) или

— www.vk.com/o.v.egorenkov;

— электронная почта:

infovalentin@gmail.com;

— Skype: [vasilich195611](https://www.skype.com/contacts/vasilich195611), т. 8-929-927-0255 (Московский регион).

Сайт питомника редких растений, деревьев из Красной книги «Царёв луг»: www.carevlug.ru

Поселение Доброе приглашает друзей!

Поселение Родовых поместий Доброе раскинулось в местечке дивном, на южном краешке губернии Ярославской (120 км от МКАДа), в излучине двух полноводных рек Нерли и Кубри. На юге и востоке — богатый лес. Грибы, черника, земляника и малина в изобилии.

Сегодня 40 семей сотворяют здесь кусочек своей Родины. Совместно отсыпаем дороги. Провели электричество. Выкупили больше гектара общей земли, дружно обустроиваем её, проводим празд-

ники, гулянья. Планируем и общий дом, и ярмарки, и семинары. Земля оформляется в собственность, стоимость 150 тыс. руб. за га.

Мы ждём друзей, вдохновлённых идеями, изложенными в книгах В. Мегре, желающих совершенствоваться среду обитания.

Наши контакты:

тел.: 8-960-540-8109, 8-905-130-8064;

почта: dobroe76sobakabk.ru;

ВК: vk.com/dobroe76.



Саратовская область

Регистрация Родовых селений на Земле пока происходит только на Космическом, Вселенском уровне. Вот и мы 22 июня 2017 года объявили на всю Вселенную о создании-рождении нового селения Родовых поместий ИВАН-ДА-МАРЬЯ.

Находится оно на Приволжской возвышенности. Местность «гористая» (для степей), с долинами, лощинами, большими оврагами, лесами, брошенными полями, родниками, небольшими речушками. На одной речушке расположены 4 села, на базе которых и создаётся наше селение. Располагаются сёла через каждые 2–3 км. Коренных жителей в них остаётся всё меньше и меньше, а в одном — их вообще нет.

В основе нашего проекта заложен хуторской принцип. Каждый человек, семья Душой выбирают свою землю. И решение может быть разным: на базе сёл или в любом природном месте. Именно в этом преимущество хуторского подхода.

Основная категория земель — земли поселений. Для особо «пыльных» есть земли брошенных колхозных полей.

В центральном селе Коляяр находятся школа, садик, медпункт, магазины, клуб, почта...

Сейчас в каждом селе живут «наши люди», закладывают свои Родовые поместья. Мы постоянно общаемся, собираемся для общих дел. При необходимости помогаем друг другу.



Не просто День дачника

Недавно у меня возникло поздравление, что 23 июля — это не просто День дачника и всей Земли. В поселении Чик-Елга Башкортостана у Альберта и Татьяны Ибатуллиных в этот день родилась двойня.

Неожиданно 23 июля ко мне приехал на машине за 550 км на несколько часов бывший муж, чтобы попросить на коленях прощения (а мы с ним развелись 18 лет назад, про День дачника он ничего не знал, живёт с другой женой).

Может быть, ещё у кого-то происходили какие-нибудь чудеса в этот день. Расскажите через газету.

Ольга МАКЕЕВА.

makeeva102@mail.ru

Экономика на основе ожидания позитива

От редакции. Предложенная автором экономическая концепция сложна только на первый взгляд. Возможность её реализации зависит от целеполагания соответствующих руководителей и — пусть это звучит банально — от чистоты помыслов. Но знание — сила! И мы считаем полезным, несмотря на конспективность изложения, ознакомить читателей с этой информацией. Полная версия этой работы размещена на сайте <http://econom.ipb.su>

В свободной экономике при ожидании позитива (например, увеличения спроса) вы будете действовать одним образом, при ожидании негатива (например, снижения спроса) — действовать другим образом. Т. е. в свободной экономике очень сильно влияет ожидание (предположение, представление) о сценарии развития на близкую, среднюю и более-менее дальнюю перспективу. Поэтому ОЧЕНЬ важно, чтобы

руководство хорошо представляло и регулярно рисовало эту перспективу в СМИ (от этого БЕЗ приказов будет зависеть развитие экономики).

Очень важно, чтобы перспектива, формируемая финансовым руководством, была максимально положительна и сбывалась. Если перспектива будет негативна — все постепенно будут сворачивать своё производство (минимизируя возможные убытки). Если прогноз не сбывается два раза подряд, формирование в СМИ прогнозов таким субъектом бессмысленно (равносильно его отсутствию). Если доверие утеряно — восстанавливать его необходимо немедленно.

Чтобы не было скучно читателю, которому было «хорошо в СССР», вернёмся немного в то благополучное время.

В плановой экономике независимо от ожидания (предположения, представления) о сценарии развития на близкую, среднюю и более-менее дальнюю перспективу необходимо выполнять план. Это снижало личную индивидуальную вовлечённость в процесс управления (уменьшало раз-

нообразие личных реализуемых идей и решений), но зато обеспечивало стабильность, дешевизну и скорость реализации решений, выбранных основными на этапе планирования.

В СССР была плановая экономика. Можно было рассчитать, сколько в следующем году будет больше потребительских и промышленных товаров. Можно было напечатать на следующий год нужное количество денег и направить их одним потоком в потребительский сектор; другим потоком — в производственный сектор. Для всех товаров были покупатели, т. к. формировались и предложение, и спрос.

Проблемы возникают тогда, когда ожидаемый по плану прирост производства не совпадает с реальным. Тогда денег печатается больше, чем производится товаров. Возникает разбалансировка спроса и предложения.

В рыночной экономике такая разбалансировка вызывает рост цен, в плановой экономике с плановыми ценами — просто оставались «лишние деньги» (спрос превышал предложение), которые складывались в банк.

Если бы вместо всех реформ просто разрешить свободное предпринимательство в дополнение к существовавшему госсектору, то свободное предпринимательство произвело бы дополнительный объём товаров под свободный спрос. Даже цены можно было оставить регулируемые государством, тогда производились бы те товары, которые выгодно реализовывать по существующим ценам. Эта концепция была рабочей, пусть и не самой быстрой.

Что же делать теперь, когда плановая экономика радостно развалена американцами? Восстанавливать предсказуемость в объёме страны — не очень просто. Это можно делать аккуратно и постепенно, используя сегодняшний вычислительный ресурс.

Можно примерно восстановить баланс предложения и спроса без планирования, на основе опроса предпринимателей об их планах, сбора информации по инвестициям, сбора информации о том, как идут дела со сбытом, и посмотрев, как обстоят дела с финансами у потребителей и у производителей. На основе этого можно начать стимулировать или

спрос (если предложение намного больше спроса), или предложение (если спрос больше предложения). А лучше и то и другое (внимательно следя за их балансом, стараясь, чтобы предложение всегда было больше спроса, но «немного»). Тогда будет расти общее производство и потребление (следовательно, будет расти бюджет), но цены расти не будут, т. к. товаров всегда заведомо будет несколько больше, чем денег у людей, на столько, чтобы цены не росли.

Но самое главное — производители будут знать и ожидать, что если они запланируют выпуск чего-то нового или просто увеличить производство, государство учтёт их планы и слегка увеличит спрос (слегка увеличит зарплату) — и товары НАЙДУТ покупателя. Тогда все каждый год будут ждать чего-нибудь экономически позитивного.

Всё, что написано выше, — это понятная и проверенная в разных странах (и у нас в том числе) технология, организующая взаимодействие субъектов для совместного успешного самообеспечения в материальной сфере. Эту технологию, к сожалению, НЕ использует Центральный банк России.

Евгений В.

evg_2003@mail.ru

Орловская область.



Фестиваль "К Земле с Любовью" Поселение "Родовое" 11-13 августа 2017

Ежегодный фестиваль создателей

Родовых поместий «К Земле — с любовью»

11, 12, 13 августа 2017 г. ПРП Родовое на Тульской земле

В программе фестиваля: мастер-классы, семинары, музыкальные выступления, хороводы, игры, мероприятия, направленные на поиск любимого человека, спортивные конкурсы, ярмарка, приятное общение с друзьями и незабываемые вечера у костра с гитарой.

Приглашаем лекторов и мастеров, бардов и музыкальные коллективы, волонтеров.

Проезд: из Москвы по трассе М2, свернуть на Калужскую трассу Р132 (на светофоре налево) и метров через 300 повернуть на село Алешня (направо), проехать его напрямую и доехать до д. Натальинка.

С собой иметь всё необходимое для проживания в палаточном лагере.

Тел. 8-903-035-4378, Андрей.

rodovoe-tula.ru

О законе об РП

■ **Дмитрий Коренюгин**

г. Воронеж

Желанием для всех людей является передать по наследству своим поколениям опыт, знания, материальные блага. Желание это естественно и оно свойственно людям всех наций, сословий, вероисповеданий, социальных групп.

Мы мечтаем, чтобы наши дети и потомки жили в том доме, на той земле, где мы создаём Родовое поместье. Нам важно, чтобы эта мечта была узаконена соответствующими правовыми актами.

Мы понимаем, что при создании Родового поместья растения, животные и окружающее пространство реагируют на человека и создают для него наилучшую среду обитания.

Первая информация, которую получит Родовое поместье, — от создателя или создателей поместья. Она останется в этом пространстве и будет дополняться. В наших детях присутствует частичка нас, поэтому пространство поместья будет готово к взаимодействию с этой частью вашего ребёнка. Но чтобы поместье полностью «узнало» всего ребёнка, он должен также взаимодействовать с Родовым поместьем. При появлении следующего поколения пространство ещё больше будет готово к нему, ведь оно получило уже информацию от двух предыдущих поколений.

Те, кто будет приходить жить в Родовое поместье со стороны, станут обогащать пространство своей информацией. Если они придут из других поместий, то начнут создаваться связи между поместьями, которые объединят их

в единый живой развивающийся организм.

Поэтому важно законодательно закрепить землю за родовой группой. Именно за одной родовой группой. Неприемлемо возникновение двух и нескольких разных параллельных семейных групп в одном поместье.

Вопрос сложный, многогранный. В качестве примера приведу следующую ситуацию, когда возможно возникновение параллельных родов. Представьте: поместье существует на протяжении нескольких поколений и помимо своих детей в семью берут приёмных. Они могут создать несколько семей.

Здесь надо понимать, что благом для этих приёмных детей будет именно создание своего Родового поместья. Такая ситуация и описывается в книгах В. Мегре.

При создании поместья также необходимо законодательно закрепить, что оно может быть создано либо родовой группой, либо мужчиной и женщиной, но правовой статус «Родовое поместье» оно получит только в том случае, когда у пары появится ребёнок.

Родовая группа — это группа родственников, у которых есть связь от родителя к ребёнку. То есть брат с сестрой, будь они родные или тем более двоюродные, троюродные не могут создать Родового поместья. Но даже один из родителей с несколькими детьми может создать поместье и узаконить его как Родовое сразу же.

Эта статья в продолжение разговора, начатого в декабрьском выпуске газеты «Родовая Земля» («РЗ» № 12, 2016 г., с. 2). Приглашаю к обсуждению всех, кому интересна данная тема. Группа в ВК: Закон о Родовых поместьях.

Родовые поместья. Что дальше?

Окончание. Начало на стр. 2

Поэтому кроме школы и детского сада крайне важно иметь кино клуб с соответствующим репертуаром фильмов, а также интересный, захватывающий интернет-ресурс. Здесь нужна очень грамотная работа взрослых, способных на фоне привлекательного информационного мракобесия проводить правильную идеологию так, чтобы не случилось её отторжения. Ну и совсем негоже, если взрослые (учителя-профессионалы) вместо того, чтобы растить детей-создателей, видят в них лишь средство пополнения личного бюджета. Ибо профессиональный негодяй хуже, чем профессионал и негодяй, вместе взятые...

Я показал лишь малую толику проблем, но и это — пища для ума созидателям «новой цивилизации», поскольку без решения этих задач всё движение теряет смысл. А их решение тянет за собой огромную цепь организационных и ресурсных проблем: временных, финансовых, людских, технологических... Мы до сих пор не научились использовать как ресурс (постоянный, а не разовый) наши общие земли. А предложение было. Но ума не хватило, чтобы взглянуть хотя бы в завтрашний день.

Взаимодействие с властью. Власть должна увидеть в поселении Родовых поместий образец организации жизнеобеспечения, которым можно гордиться как достижением в своём неустанном труде «по повышению качества жизни населения», а не склочников, мешающих чиновнику спокойно жить. Проще объявить поселенцев «сектой» и избавиться от этой «страны дураков с её полем чудес». Абсолютно законных и эффективных способов для этого в распоряжении чиновников предостаточно.

Если у нас есть кому всё это осознать и принять как вектор действия, если есть Организатор с большой буквы — надежда не потеряна. Если нет, всё рано или поздно развалится, несмотря ни на какие хороводы вокруг костра, праздники и т. д.

О способе управления процессами жизни в поселении. Сейчас людям настолько вбили в головы так называемую «демократию», что она стала незыблемой догмой. Но на основании чего решение большинства считается верным? Кто видел это обоснование? Вспомним Историю. Прогресс всегда начинали двигать единицы, которых правильное большинство жгло на кострах... Бог сотворил жизнь вечную во Вселенной без всяких демократических заморочек типа голосования и выборов. Исключительно в самодержавном режиме. История древнего мира говорит о Египте как о самом долго живущем государстве, как оно было устроено по сути. Жрецы — стратеги, которые текущими

делами не занимались (но ситуации контролировали). Фараон — самодержец, реализатор стратегии. Народ просто производил ресурс и ни во что не вмешивался, пока «родина не позовёт». В Египте была теократия. Посмотрите на периоды расцвета европейских государств. Практически все они совпадают с самодержавием в той или иной форме. Почему так? Потому что самодержавие (особенно теократическое) отвечает принципу божественной гармонии (равновесию противоположностей), в частности равновесию ответственности и права. Кто отвечает за свои решения, тот и имеет право их принимать. В демократии правом наделены одни, а ответственностью — другие. Здесь божественность и не пахнет. Зато люди отвлекаются игрушками типа «мы сами решаем» и не видят истинных владельцев казино «Демократия». И нет тут никакой конспирологии, а есть логика, наблюдательность и здравый смысл.

Просто посмотрите на неполный перечень проблем движения и подумайте: может ли эпизодически собираемая публичка вдумчиво принимать решения по этим непростым вопросам?

Переключившись вышесказанное на конкретику жизни поселения, обратимся к «Проекту Россия».

«Чтобы получить результат, нужна последовательная, системная работа. Если этого нет, вместо конструкторского бюро получится что-то вроде современного круглого стола. Все кинутся говорить про всё, никто не будет понимать ничего. Эмоциональная атмосфера превратится в интеллектуальный бардак... Вот мы пригласили всех желающих. Что дальше? А дальше придут люди, преимущественно не соответствующие требуемому уровню. Это очень мягко сказано... Набежит куча народу, близко не понимающего предмет разговора» (ПР. кн. 2. с. 92–93). (Ощущение, что авторы были на наших кругах и собраниях).

И ещё одна предпосылка. В каждом человеке есть духовное и материальное начала. Но, как правило, преобладает что-то одно. Это определяет устремления человека и его принадлежность к одному из трёх сословий: духовному, служивому, податному. Духовное служит Богу, служивое — Отечеству, податное стремится к прибыли. Из этого вытекает вариант самоуправления: каждый должен нести свой «чёмодан».

Находятся люди, для которых купеческая деятельность — не главное, которые способны взглянуть в перспективу и взять на себя Ответственность. Если среди таких людей есть Организатор, то они на принципах самоорганизации определяют Стратегическую Цель и способы её достижения. Вот такой, конкретный, хорошо продуманный план-образ пред-

лагается общему сходу на утверждение. Параллельно ищется кандидатура Организатора-Исполнителя (председателя) из служивой среды. Вот он и будет утверждённым обществом «самодержцем». Он, сообразно конкретным задачам, набирает команду и запускает в реализацию стратегический план-образ. Поменялись задачи — поменялась команда. В такой схеме управления уравновешены права и ответственность. Команда «стратегов» ответственна за свой план, а поэтому получает право контроля Организатора-Исполнителя (не сбился ли он с курса). Организатор отвечает за реализацию курса, а потому получает право набирать команду и получать общественный ресурс на реализацию плана-образа. Общество отвечает за обеспечение Организатора ресурсом (взносы), а потому получает право утверждать и план-образ, и самого Организатора-Исполнителя. Никакими сроками его деятельность не ограничена, если он честно исполняет своё предназначение, ведёт общество правильным курсом и результаты его деятельности очевидны. В противном случае по представлению «стратегов» общий сход выражает ему недоверие и лишает полномочий. Либо он может по своей инициативе передать свои полномочия другому, коего общий сход должен утвердить. В общих чертах так. Любые другие управленческие схемы ведут к развалу, что и подтверждает 15-летняя практика.

В завершение. Бог создал Землю со всеми её биологическими и прочими круговоротами и человека — творца и созидателя, потенциального помощника в деле сотворения Прекрасной Жизни во Вселенной. И те эволюционные процессы, которые человечество проходит на земле, — лишь школа на пути к такому созиданию. И будет как у И. Ефремова — Человек планеты Земля. Возможно, отомрут и государства, или они будут как классы в школе: у каждого своё помещение и свой классный руководитель, но школа одна и под единым началом. Нынешние глобализаторы примерно к этому и ведут, но Божьим Промыслом здесь не пахнет. Человечество (пока ещё не всё) уже повели по трясине потребности. А трясина — она и есть трясина. Но есть надежда, что именно Россия станет местом, где начнётся выход из этой трясины к берегам Созидания. И в этом деле идея местного (усадебного) способа жизни — лишь один из многих непростых проектов на этом пути. Вот это нужно понимать и не делать из этой прекрасной идеи обособленного идола.

Желающим глубже окунуться в тему — почитайте книги «Проект Россия».

Желаю здравия.

Ставр.

Краснодарский край.



■ Софья Королёва

РП Богатырское, Ивановская область
sonjusha@yandex.ru

РП, ПРП, СРП...

Цена языковой подмены

Дорогие друзья, читатели «Родовой Земли»!

Когда я вижу, что происходит в последнее время с наименованиями поселений в России, мне становится грустно. Тема эта затрагивает меня до глубины души. И не только потому, что я как филолог переживаю за состояние нашего русского языка, нашей родной речи, но и главным образом потому, что каждое название несёт в себе образ, и он очень сильно влияет на то, как всё будет происходить.

Все мы, читатели книг Владимира Мегре, помним, что там говорится о **родовых поселениях**. Читая Анастасию, многие из нас вдохновились образом, нарисованным ею. И энергия этого образа помогла нам найти единомышленников, найти свой кусочек родины и обустроить его. Но вот пошла в нашем движении какая-то волна, и стали люди сомневаться, стали переименовывать поселения свои в **поселения Родовых поместий**

(ПРП), а то и в **селения Родовых поместий** (СРП).

Доводы их я повторять здесь не буду — думаю, о них уже достаточно писалось в газете. Давайте лучше взглянем на все эти варианты с точки зрения русского языка.

Слово «поселение» (как и «селение») — это отглагольное существительное, то есть оно образовано от глагола «поселиться». Стало быть, поселение — это «место, где кто-то поселился». И когда мы произносим: «поселение Родовых поместий», мы тем самым говорим: «место, где поселились Родовые поместья». Уверена, что все мы чувствуем: так попросту не говорят! Это неграмотно! Ведь поместья селиться не могут. Селиться могут лишь люди. И кстати, вполне могут поселиться на определённом месте роды. **Родовое поселение** — это место, где поселились наши роды. Поселились здесь и вместе живут.

На мой взгляд, именно словосочетание «Родовое поселение»,

упоминаемое Анастасией, — наиболее грамотное, а главное — ёмкое по смыслу и образу. Создавая Родовое поселение, мы собираем вместе наши роды, а также живём с нашими соседями на духовном уровне как единая семья, где младшие поколения уважают старших, где есть особые отношения взаимоподдержки и помощи друг другу. В словах «Родовое поселение» заложена духовная основа поселения и идея духовного единства всех, проживающих в нём.

И если даже закрыть глаза на безграмотность самого словосочетания, то **поселение Родовых поместий** — это о собрании отдельных поместий, а **Родовое поселение** — это о родовом единстве.

Что выбираете вы?

Отдельно хочу остановиться на словах **поселение** и **селение**. Сторонники второго варианта утверждают, что слово **поселение** ассоциируется с «местами не столь отдалёнными». Но давайте вспом-

ним, что в современном российском законодательстве о местном самоуправлении есть понятие городских и сельских поселений, и это никого не смущает. Стало быть, слово «поселение» воспринимается ныне вполне адекватно и без лишних ассоциаций. При этом естественным образом возникают параллели с экопоселениями, которых сейчас много по всему миру и которые во многом близки Родовым поселениям. Так стоит ли от них отмежевываться?

Однако это всё-таки не самое главное. Главное, что подмена слова **поселение** словом **селение** тоже несёт в себе определённое коварство. Предлагаю вам прямо сейчас закрыть глаза и произнести: «поселение»... Почувствуйте, дайте образу прийти. А теперь произнесите: «селение». И снова побудьте со своими ощущениями. Чувствуете разницу? Энергетика у этих двух слов совсем разная. Слово «поселение», как мы уже говорили, образовано от глагола со-

вершенного вида «поселиться» (что сделать?). Тогда как «селение» — от глагола несовершенного вида «селиться» (что делать?). В первом случае — совершённое действие, во втором — действие несовершенное, то есть как бы просто процесс. Потому-то мы и чувствуем в первом случае намерение и завершённость, а во втором — какую-то просто фактическую данность и отсутствие человеческого направленного действия. Таким образом, слово «поселение» несёт в себе идею активной позиции людей, чья деятельность имеет цель и смысл. А в слове «селение» заложена определённая пассивность и созерцательность.

И я снова спрошу: что выбираете вы?

Я пыталась понять: зачем, для чего все эти переименования и поиски новых аббревиатур? Менять слова, чтобы сделать название более официальным, весомым? Чтобы удачнее вписаться в существующую бюрократическую систему? Или эта мода на ПРП и СРП запущена кем-то, кто стремится к разобщению? Ведь и правда: из-за названия можно бесконечно спорить, препираться, портить отношения...

И я повторю свой вопрос: что выбираете вы?

Каким словам радуется Пространство Любви?

■ Алексей Орехов

РП Доброе, Владимирская область.
aleksei.ura@yandex.ru

«Простирайтесь в обогатившей разум и в украшении русского слова».

Михаил Васильевич Ломоносов

Как мы с вами поступаем с нашим многовековым русским языком, который всегда был удивительно многогранным и образным?!

Простор небесный сизокрыл
И тишина кругом.
Мне уголок России мил —
Родимый отчий дом!
Стою, не глядя на часы,
Берёзкам шлю привет.
Такой задумчивой красоты
Другой на свете нет.
Уголок России, отчий дом,
Где туманы синие за окном,
Где твои, немного грустные,
И глаза, и песни русские.



В наш словесный лексикон всё чаще втираются дурные слова, которые при произношении коробят слух, содержат механические звуки, и образов за ними никаких нет. «Менеджер» — какой образ несёт это слово, а при произношении каково богатство звуков? (Переводы с английского мне не нравятся, потому что я — русский человек.) Даже в советские времена разнообразие слов, сочетаний звуков было во много раз богаче!

Сейчас русский язык заменяется компьютерным сленгом, урезанными словцами, английским языком, который беден оборотами речи, звучанием и сочетанием слогов. «Флуд», «бла-бла», «фастфуд», «фри», «учага», «ресепшн» и другие слова становятся вашим и любимыми.

Вот, например, слово «затейник» — это человек, который придумывает разные интересные сценарии игр, конкурсов, представлений и проводит их — затевает. А сейчас его называют «аниматор». И для меня это слово серое, пустое. Кто-то скажет: «Загляни в английский словарь». Я же не хочу заглядывать в английский словарь, а в русском словаре нет такого слова.

Дорогие друзья, единомышленники, участники движения «Звенящие кедры России»! Если мы ратуем за возрождение России, её истоков, зачем безобразными, пустыми, механическими словами порой говорим? Зачем подражаем? Чтобы кому-то нравиться, быть-соответствовать нынешнему времени? Костюмы надеваем славянские, песни поём старинные и новосотворённые, а в речь свою легко пропускаем безликие иностранные слова. Искусственный язык — не от Бога, он от другого ума, оттуда, где чувства отсутствуют.

Посмотрите, как приятно написаны зелёные книжки. Порой аж сам начинаешь говорить нараспев, и образы представляются, и вдохновение приходит, и личное творчество идёт!

А разве у вас от безчувственного, безучастного компьютерного языка появляется в Душе музыка? Пространство Любви какому языку радуется?

Кто-то из вас подумает, что я старомоден и отстаю от жизни. Да, ребята, я старомоден, я отстаю от такой жизни. И слава Богу! Я люблю этот старомодный язык, язык поэтов и художников, певцов и музыкантов, язык влюблённых. Я люблю русский язык, потому что в нём есть не просто слово «погода», а звуки Природы, звуки Души и образы, в которых рождается Пространство Любви.

В Божественный язык, русский язык, в котором итак уже много плевел, вновь и вновь делаются попытки (и безуспешно) «вливать донорскую кровь», чужеродную. И мы, участники «ЗКР», порой оказываем посильную помощь этому. Верю, что неосознанно.

Потому-то и обращаю ваше внимание на эту ситуацию.

Тройка мчится, тройка скачет,
Вьётся пыль из-под копыт.
Колокольчик звонко плачет,
То хохочет, то звенит...

Гляжу в озёра синие,
В полях ромашки рву...

Сегодня я тебе скажу:
«Пойдём гулять в волшебный лес.

Там ручеек бежит живой
И сосны ростом до небес».



■ Ольга Макеева

Башкортостан
makeeva102@mail.ru

В последние годы я не очень люблю уезжать из дома, находиться где-то в качестве гостя.

В нынешнее время, к сожалению, утрачены древние традиции почтительного отношения к гостям, к путешествующим людям.

Гость — человек зависимый, несвободен на территории, где хозяевами являются другие люди. Путешествующий человек в чём-то беззащитный: рядом нет родной постели, родных стен, любящих тебя питомцев; нарушен привычный режим дня, привычный стиль питания.

Всем известна поговорка: «В гостях хорошо, а дома лучше». Но из-за того, что сейчас люди научились быть гостеприимными, в гостях может быть не так уж хорошо и даже плохо, а дома в любом случае лучше.

Я сама не всегда бываю достаточно гостеприимной, особенно если это неожиданно нагрянувшие гости. Потом, после ухода гостей, пытаюсь проанализировать своё поведение, сделать выводы, чтобы в другой раз быть мягче, дружелюбней, радушной.

Нужно учиться быть гостеприимным, проявлять внимание и уважение к человеку, оказавшемуся у вас в гостях. Гость погостит у вас, а потом уедет к себе домой, надолго сохраняя воспоминание о поездке. Если мысли о хозяевах, его принявших, будут добрыми, светлыми, то

вибрация, энергетика мыслей притянет что-то хорошее, радостное в тот дом, где он гостил. А если наоборот, то хуже для негостеприимных хозяев.

Нужно обязательно проявлять заботу о госте, угождать во всём, делиться самым лучшим, интересоваться его самочувствием, жизнью.

Я метиска: половина моих родственников русские, половина — марийцы. Марийцы являются язычниками, это очень гостеприимный народ. Заходя в любой марийский дом, чувствуешь себя очень комфортно. Хозяева-марийцы изо всех сил стараются уделить внимание гостям: накормят, напоят, в баньке помыться предложат, расспросят всё о жизни, ценные советы дадут, помощь предложат и гостинцами одарят.

Мы все пришли в этот мир для радости, счастья. И если ты можешь в чём-то малом сделать жизнь окружающих тебя людей приятней, то нужно это делать. Зачем же заряжать друг друга отрицательными эмоциями, приносить страдания, неприятности?

Всё в нашей жизни строится на отношениях. Хорошие межличностные отношения в будущем принесут достойные плоды, а плохие закрывают ворота в счастливое будущее. И гости, и хозяева должны максимально стараться быть взаимно полезными, дарить радость.

Но у каждого человека сформирована определённая стабильность привычек. Менять в первую очередь нужно себя. Изменишься в лучшую сторону сам, и рядом с тобой изменятся тысячи.



■ Юлия Жемчужникова

Милое, Калужская область
youzhe@yandex.ru«Всегда пишу, что думаю,
что чувствую и что делаю...»

Открытый ответ на письмо читателя

Нашему брату-писарчуку и хлеба не надо, а дай нам добрый отклик и хороший вопрос. Потому люблю я письма.

Вот в июне пришло письмо от Татьяны Демидовой из д. Бодрёнки Псковской обл. с хорошими словами в мой адрес об интересе к статьям и десятком вопросов. Я порадовалась, хоть и озадачилась. Татьяна дала мне обратную связь о том образе, который у неё сложился по моим материалам в «Родовой Земле». И это интересно.

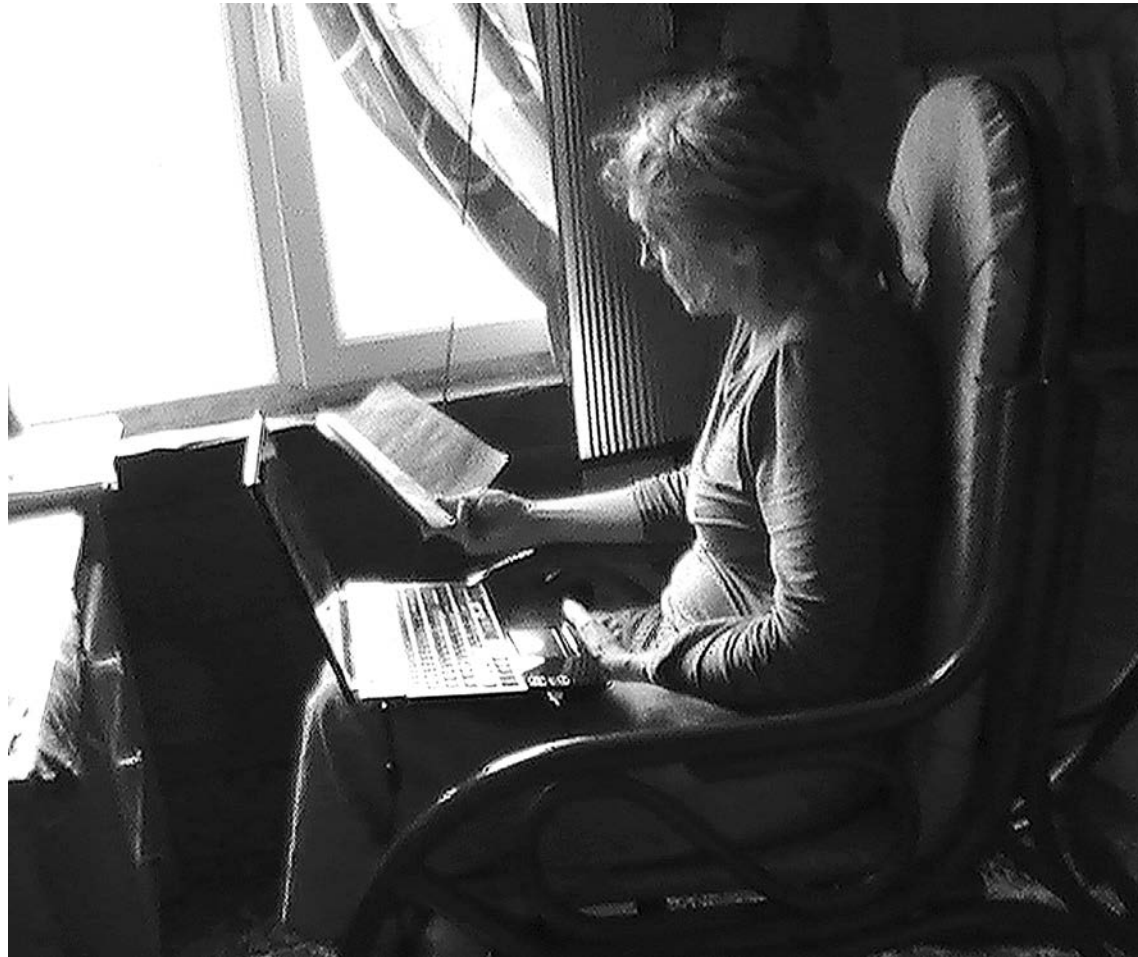
Конечно, то, что публикует газета, — далеко не все мои мысли и не вся моя жизнь. Получается, что к «кусочкам меня» добавляет человек свои проекции, свои фантазии... Письмом Татьяна решила перепроверить: такая ли я? Интересно. Может и ещё кому-то интересно?

Три небольших отступления:

Первое. Я всегда пишу, что думаю, что чувствую, что делаю. Однако периодически получаю всегда шокирующие меня отповеди в неискренности. Думаю, это связано с двумя причинами. Одна из них — те самые образы, которые каждый из нас создаёт в своей голове. И они-то нам ближе, чем человек, где-то там, далеко. И вот если он не соответствует, говорит не по тексту, значит, наверно, врёт.

Второе — некоторые вещи не укладываются в формат наших убеждений: то, что нам непонятно, мы склонны считать неправдой (или неправотой).

Третье. Многомерность и подвижность. Та самая история про вход дважды в одну реку. Развитие — это обо мне. Давно уже, лет 17 назад, мне один партнёр по бизнесу, художник, человек внимательный и вдумчивый, сказал: «Людям с тобой очень трудно. Тебя не знаешь, на какую полку поставить! Вот смотри: А — олигарх, Б — работяга и пьяница, В — тётка и мамаша, Г — художник... А ты? Не поймёшь...». Я была в то время многодетной мамой, руководителем, страстной путешественницей, читала лекции, интересовалась искусством, ругалась с рабочими, много путешествова-



ла за рулём, таксовала по ночам... Так что уж извините, не знаю, стала ли я понятнее с тех пор.

Татьяна пишет, что по моим статьям ей показалось: прагматизм во мне подавляет романтизм.

Я прагматик — да! Я романтик — да ещё какой!

Вопрос: мечтаю ли я?

Да. Для меня мечта — это вообще пароль. Скажет кто-то «у меня мечта», и я подключаюсь сразу. Дети пользуются активно. Программа такая, как у капитана Грея из «Алых парусов».

К своим мечтам отношение со-

ответственное. Они всегда есть и всегда в исполнении. Вроде я и не скрываю этого. Израиль увидеть была мечта, перемахнуть через Экватор — тоже, ещё когда-то — Индия, на будущее — Алтай. Большая семья, поместье, лошадь, дом, корова, внуки — всё это, конечно, мечты! Мало пишу об этом? Может быть... А мне кажется, что только об этом и пишу. Акцент только не на том, как мечтаю, а как воплощаю. Мне и самой интересно читать в «РЗ» о практике, о том, как люди воплощают мечты.

Наше Милое — результат наших с детьми путешествий, меч-

таний и десятилетнего труда. Мы всегда обсуждаем два потока: мечты и дела, дела и мечты.

Особенность человеческой психологии — страх неопределённости. Нам трудно в безкрайнем космосе и дикой скорости движения планеты, жизни, информации, в бесконечной многомерности, и потому нам нужно «понимание». «Ретроспективный детерминизм», а по-русски: всё ОПРЕДЕЛить, ограничить, объяснить, ответить на «почему» и «зачем» (желательно убедительно и со ссылкой на авторитеты). Это защита нашей психики от безумия, от того, к чему мы пока не готовы эволюционно. Помните, за что сожгли Джордано Бруно?

Другой вариант защиты — дела. Именно потому, думаю, эта прическа «на самом деле». Я не могу рассказать, кто я (сама не знаю до конца), но могу рассказать о своих делах.

Татьяна: «Животные, дрова, мысли о времени и психологии, о детях и внуках. Юль, а где ты сама?»

Моё поместье, дела в нём, потомки, мысли — это разве не я? А что вы считаете собой?

Может быть, тут про замужество? Моя мачеха и некоторые респонденты считают, что личная жизнь — это только про любовь двоих. Улыбаюсь. На всякий случай отвечу. Я была два раза замужем — 15 и 1 год. Мне достаточно. Я не ищу никого. Мне хорошо с собой и с тем, что вокруг. Не отрицаю возможность встречи с человеком, с которым приятно и интересно будет стареть вместе, но не циклюсь на этом.

Татьяна: «Почему ты так просто пишешь о том, что легко оставишь... и уедешь...?»

Ну да, стараюсь писать просто

и делать легко. Тяжело и трудно — для меня не одно и то же.

Я очень крепко вросла в своё Пространство, я его часть. И видимо навсегда останусь его частью (как и люди, что жили на этой земле до меня). Мне и сейчас трудно уезжать на несколько дней. Нужен труд для перемен. Не слёзы, охи, страдания, а труд. Приходит «время сажать и рвать урожай, время шивать и время распарывать...». Думаю, надо уметь вращать и уметь оставлять. Об этом пишу.

Чувствую, что время придёт. Может, через 3 года, может, через 5... Знаю, что не буду бетонировать и укреплять до бесконечности, не буду страдать, стараясь «оставить детям» то, что им не нужно (пока). Может, кому-то... Разговариваю с Милым, чувствую, когда отпустит. Это сложный процесс, неоднозначный, важный для меня.

Татьяна: «Почему дети не остаются?»

Много уже об этом писала в газете.

Детям несвойственно «оставаться» — это эволюция. Только гнилое яблоко — недалеко от яблони. Для того ведь яблоны и прячет семена в яблоки, чтобы они подальше разлетались по земле.

Наши новые помещики от родителей сами сбегают и вроде бы против собственности... А потом вдруг опять: «Моё! Оставить детям!». Парадоксик. Ну, мы-то, конечно, «как лучше!»... А родители наши — не так?

Татьяна спрашивает, как я начинала Милое, переезжала из города. Давно не писала об этом. Повторю коротко.

Мегре читала в 90-х. Много путешествовали с детьми по миру и стране. По мере роста семьи дошли до автобуса своего, жили в нём, ездили во все стороны, жили в палатке и в деревнях у друзей. В 2005-м удалось слетать в Индию к Саи Бабе. Он мне показал себя трудягой. В заброшенной деревне Путапарти построил рай. Он всем твердил: «Что вы ездите ко мне молиться, идите и делайте!». Вот мы и созрели.

Детей не уговаривала и не заставляла (моих заставишь!). Они меня торопили, все хотели на свободу из городской матрицы, собаку, кошку, лошадь, дом, реальные дела. Команда у меня была — огого! С такой хоть на Марс. Мечтали, делали.

А сейчас мечтают и делают по всей Земле. Хорошие яблоки...

Татьяна: «Почему не сложилось с мужчиной?»

Ну откуда ж я знаю. Надо ли это объяснять. Ну не сложилось. Приезжали, смотрели... Неопределённость многих гнетёт, ответственность себе придумают и боятся, внимания какого-то особого ждут... Может, просто не полюбили никто.

Ну вот, вроде ответила. Прошу милости, если что не так.

Удачных всем урожаев, хороших книг и мыслей. Пусть мечты сбываются и рождаются новые!

Как деградировало человечество

Можно ли представить жизнь современного человека без посредничества, которое, я считаю, стало причиной нашей тысячелетней деградации?

Раньше человек жил в непосредственной близости к Природе, напрямую получал от Природы еду, источники энергии. Любил непосредственно ягоды, зелень, деревья, землю, небо, воду, луну...

А что случилось потом? А потом в жизни человека начали появляться посредники. Появилось сельское хозяйство, и человек перестал обращаться к Природе за своей естественной пищей. Еду теперь ему дают: не бесплатно, конечно, фермеры, крестьяне, магазины... Ради сельского хозяйства, ставшего бизнесом, уничтожаются леса, уничтожается биологическое разнообразие. И если система рухнет, очень многие якобы умрут с голоду — ведь

они полностью зависимы от посредников.

Да и сложно найти естественную еду, ведь большинство продуктов, которыми нас кормят, ослаблены неестественной селекцией, напичканы химией, подрывающей наше здоровье; мясо получено путём массового убийства живущих в аду наших четвероногих «друзей», имеющих юридический статус движимого имущества.

А как насчёт источников энергии? Здесь мы тоже полностью потеряли независимость: уже не можем сходить в лес и бесплатно взять принадлежащее нам по праву дерево. Мы вынуждены платить помыкающим нами посредникам-монополистам. Посредники селят нас в вертикальных коробках, забирая себе горизонтальное пространство, которое они беспощадно эксплуатируют, истощают, превращают землю в пустыню.

Что стало с нашей верой? Появились посредники. Сначала мы придумали себе или, скорее, для нас придумали всяческих дедушек, дядей и тётей, которых мы назвали Богами и которым начали поклоняться, забыв о природе, о живом, о реальном. Затем очень быстро появились другие дяди, ставшие посредниками этих посредников, и ещё дальше отодвинули нас от Природы. Дошло до того, что мы целуем им руки, а они нас учат, как жить по законам «Богов-посредников», придуманных их кастой. А мы всему этому верим. Верим, что человек должен построить для себя Рай на Земле, но для этого он должен превратить оставшуюся Землю в Ад, особенно для других живых существ.

Давайте же уважать, любить Природу, беречь её. Беречь Жизнь. И не потому, что кто-то так сказал, а потому, что это — правильно.

<http://ufoleaks.ru>



Сегодня, вырываясь из застывшей в утренних пробках Твери, я подумала: как же всё-таки мне хочется скорее домой, быстрее бы преодолеть этот путь до указателя «Торжок», где стрелочка налево. Если бы три года назад мне кто-нибудь сказал, что мы уедем в глубокую провинцию, начнём строить дом в деревне, муж оставит службу, а я добровольно пойду на понижение, что по выходным мы будем ходить в церковь, а свободного времени будет хватать на всё, даже на «полениться целый день», не знаю, поверила ли бы. Если бы только моя идентичная копия из будущего сообщила мне такие расклады.

Но всё так и произошло. Какими-то чудными и не всегда асфальтированными путями жизнь привела нас четверых (а ещё наших вечных кота и пса) сюда.

27 июня 2016 года мы с семьёй собрали свои пожиточки и поехали в Торжок на ПМЖ. Сколько было критики, недоумённых взглядов и непонимания со стороны окружающих! Ведь как же можно — инфраструктура, жилой фонд, школы, люди — всё не то. А как же карьера, зарплата, ведь такие перспективы?! Вы об этом пожалеете... Что будет с детьми? И да, самое главное — там нет кинотеатра!

Несмотря на всю творющуюся вокруг истерию, мы были преисполнены решимости, начиная новую жизнь. Хотя чего скрывать, конечно, было страшно, волнительно и страшно... Я как сейчас помню день, когда подавала рапорт на перевод: руки тряслись и ошарашенные взгляды коллег... Что будет, как, а вдруг не понравится, а вдруг заскучаем, а вдруг разочарование? Да, много всяких разных «вдруг» было.

С переезда прошёл почти год... Мы пережили здесь безсонное лето, безумно красивую осень, холодную и противнейшую зиму и одну очень странную весну, и я уже имею моральное право оценить жизнь в провинции. Хотя фактически выводы эти пришли ко мне давным-давно.

Ни разу, ни одной секунды я не пожалела. Больше того, я благодарна, что всё случилось именно так. А возможно даже в первые в жизни... (не буду вслух, чтоб не сглазить).

Да, мы утратили инфраструктуру большого развитого города. И пусть горит она синим пламенем! Приобрели мы в разы больше. Мы не стоим в пробках и вообще вспоминаем о том, что такое эта «пробка», исключительно ког-

да по нужде нужно ехать в Тверь. Мы не дышим угарными газами. Мы просыпаемся, а за окном поют птицы. Мы питаемся настоящими куриными яйцами, в которых желток с кулак.

Ещё я никогда никуда не тороплюсь, потому что на машине весь Торжок можно объехать минут за 30. Я даже дверь в квартиру перестала закрывать. Работа ря-

ните, как у Достоевского? «Ты русский настолько, насколько ты православный». Мы все про это забыли, нас этому не научили, не рассказали и не показали, не объяснили, не приучили. Нам показывали и рассказывали совсем другое.

А ещё у Торжка богатейшая история, что лично для меня тоже вносит определённую нотку в от-

не сломался.

Город, сильный, прежде всего, духом, волей, нравом. Город, вдохновляющий спокойствием и духовностью. Река времени. Самовосстанавливающийся. Вот и сейчас Торжок просыпается. Он обязательно ещё встряхнётся, забурлит и раскроется.

Попробуйте научиться выговаривать «Тор-жок», все эти «тр» —

Пока ехала, подумала: а если бы я тогда поддалась панике, страху и врубила заднюю? У меня были все основания...

А вдруг кто-то из наших знакомых или даже незнакомых сейчас на распутье и не знает, как поступить или боится сделать рискованный шаг, страшется, или ещё хуже — просто боится. Кто-то слушает советчиков и перекладывает ответственность за свои решения на чужие и не всегда заинтересованные плечи. А кто-то ищет себе оправдания и всё глубже грязнет... А вдруг этот человек поддается извечному человеческому страху перемен, извечной, необъяснимой для меня боязни сказать правду себе и окружающим и застынет... Надолго. Потратив свое,

Смело начинайте новую жизнь!

О страхе перемен в жизни и о недоверии друг к другу

дом, садик — во дворе, а школа — по дороге на работу. По утрам мы вдвоём пьём кофе у меня в кабинете, что просто невозможно было себе представить в аппарате (поскольку в 8.00 там движение по коридорам и нервный накал уже на уровне вавилонского столпотворения), а по вечерам гуляем перед ужином. Здание, в котором я работаю, постройки XVIII века, а из моего окна видно колокольню церкви.

Церкви здесь кругом. Куда ни глянь. Сразу по сердцу всем пришёлся Борисоглебский монастырь. Ни я, ни тем более муж никогда не были приверженцами воцерковления, но тут оно само собой всё получилось, ненавязчиво и естественно, потянуло, что ли... Муж стал ходить один, потом меня привёл, а потом мы детей привели. И теперь практически каждые выходные мы всей семьёй идём на службу или просто заходим там побыть. Ни в коем случае никого ни к чему не призываю, дело личное, даже очень личное. Но! Пом-

ношении к этому месту. Это не город-высочка, не город-малолетка. Он своим трудом, кровью, потом и слезами выстоял, несколько раз возрождался, он пережил всё, что было можно за тысячелетнюю историю Руси — от княжеских усобиц, монголо-татаров и поляков до фашистов и развала 90-х. И



а возможно, и чужое время. А если навсегда... А мог бы... И жизнь бы сложилась по-другому...

«А мог бы» — это прямо приговор...

Не с высоты моих тридцати трёх, конечно, всем раздавать советы, но всё же в жизни я твёрдо усвоила и верю в это как в высший закон природы: не бояться принимать решения, не плыть по течению, не принимать все предлагаемые тебе роли, не прятаться и не юлить. Быть честным. Не быть частью подлости. Не строить из себя то, чем не являешься. Без тени сомнений отбрасывать всё лишнее, всю мишуру, все иллюзии. И отдаваться, полностью отдаваться любимым людям и любимым местам.

Переломные моменты — они, наверное, на то и переломные, чтобы хлебнуть от души, наестся, пережить в себе и перейти на какой-то новый уровень, сделав верные выводы из всего, что произошло. А если путь к этим верным выводам найден, поверьте, жизнь тут же станет благосклонна, всё пойдёт в руки само, а вокруг начнут происходить не катаклизмы, а чудеса.

От души желаю всем творить свою жизнь!

Ольга АЛЕКСЕЕВА.

Тверская область.

https://vk.com/feed?w=wall-21920914_12863

Фестиваль «Слёт Созидателей в Уральских горах»

состоится 23–30 июля в Свердловской области, рядом со старинным посёлком Висим, в селении Родовых поместий Кедров Синегорья, (165 км от Екатеринбурга, 45 км от Нижнего Тагила)

Основная цель фестиваля — встретиться и проявить в окружении природы свои лучшие качества.

В программе различные мастер-классы, семинары, хороводы, игры, детская программа, спектакли,

песни, посадки цветов, творчество, купание в озёрах, баня, ярмарка, возможно стройка.

Вегетарианская кухня, проживание в палатках. Подробности: vk.com/ural_fest_kedri





Коллективная ферма «Молодёжная»



Уже прошло четыре года, как молодая пара Михаил и Валерия Бажан переехали на заброшенную землю развалившегося колхоза, построили там дом, установили ветрогенератор и солнечные батареи, разводят животных и сажают сады. Они уверены, что переезд из города в деревню — это не понижение, а, наоборот, повышение уровня комфорта. Сейчас это целый социальный проект, где живут программисты, инженеры, юристы и даже художники.

Как всё началось.

— Моя мама очень хотела, чтобы я был юристом, — рассказывает Михаил. — Вот я и отучился, принёс ей диплом, чтобы она порадовалась, и даже поработал по специальности. Пока не понял, что всю жизнь буду решать чужие проблемы. Была двухкомнатная квартира в городе, серый район, в подъезде наркоманы вечно торчат, в подвале вода стоит. Аж тоска взяла.

Всё началось в 2012 году с покупки 15 га земли в посёлке Кушалино, недалеко от Твери. Для этого Михаилу пришлось продать всё ценное имущество.

Поначалу было тяжело: без

Так был создан социальный проект «Переселение в поселение» — площадка для людей, желающих жить на земле, но не знающих, с чего начать.

В 2014 году к ребятам присоединились ещё несколько участников, выкупив следующие 20 га. Сегодня уже около 20 семей приобрели землю по соседству, и уже ведётся массовая стройка.



строить ферму и магазина фермерских продуктов.

В рамках проекта было организовано коллективное фермерское хозяйство «Молодёжное». Началось с создания экспериментальной пасеки с применением инновационных методов пчеловодства.

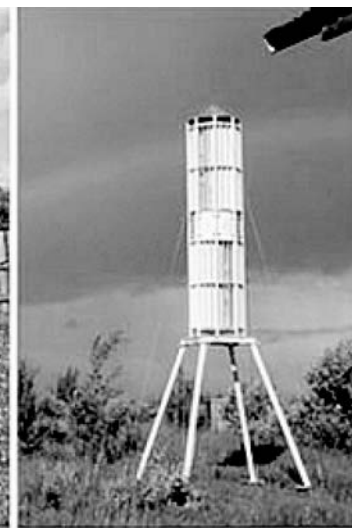
И уже в первые два года сладкая продукция заняла призовые места на крупном областном фестивале мёда Сандово, обогнав более 70 конкурентов.

Также на ферме ребята содержат 18 молодых коз, некоторые уже дают молоко. Выращивают птицу — кур, гусей, индюков. Разводят племенных свиней и домашних мини-пигов. Заложены фруктовый сад, насчитывающий



электричества, без газа, без привычного комфорта. Но, преодолев первые трудности, Михаил задумался о том, что ему нужны единомышленники, вместе с которыми он будет осваивать эти земли.

Летом здесь работает образовательная площадка, где люди обмениваются опытом, проводят лекции, семинары и мастер-классы. Готовится зона отдыха, включающая тир, детскую игровую



площадку, сцену и летнюю кухню. Также ребята планируют организовать программу для волонтеров, регулярно принимают экскурсии из города и журналистов. Местным крестьянам тоже со временем приглянулись молодые, но трудолюбивые чудаки из города, а так как рабочих рук в

селе не хватает, то ребят научили ставить дома-срубы, подарили старый трактор. Теперь строительство таких срубов стало одним из основных источников дохода агропосёлка в зимнее время. Для работы с деревом местные дали взаимности ребятам даже пилораму, которая помогла им на-

около 100 плодовых деревьев.

В хозяйстве используются прогрессивные технологии: полистирольные ульи, особые клетки для животных, мини-курятники, очень удобные бункерные кормушки, нипельные поилки с каплеуловителями, доильные столы; животные находятся на свободном выгуле благодаря электропастуху.

Всё это помогает поддерживать высокие санитарные условия, хороший иммунитет у животных и высокую производительность. В планах строительство сыроварни.

Недавно ребята запустили сбор средств на Бумстартере для завершения работ по доильному цеху и магазину. Кампания завершилась успешно, было собрано более 350 000 рублей.



Почему я живу в деревне



Городские друзья и коллеги часто спрашивают нас, не жалеет ли мы, что уехали в деревню?

Когда в августе 2011 года мы с мужем только переехали в Копьёво, первое время пребывали в растерянности. Вместо упорядоченных квадратных метров городской квартиры мы получили в распоряжение дом. А дом — это многочисленные закоулки, угол-

ки и вечные работы по обустройству. Сначала кажется, что это ужасно хлопотно, но уже через полгода замечаешь, что твои усилия начинают давать результаты, и дом становится родным.

В местные магазинчики мы носим визиты за всякими мелочами, крупные же покупки стараемся делать в городе. Но зато вместо забот по магазинам мы тешим себя забегами по окрестно-

стям: вышли в огород — принесли шампиньонов, прошлись по полю — набрали клубники. Удовольствия гораздо больше и куда экономнее.

С досугом, бесспорно, здесь сложнее, чем в городе. Но при желании и в Копьёво есть куда вложить жар души. В посёлке работают две секции фитнеса, есть танцевальный кружок, проводятся культурно-массо-

вые мероприятия. Городская медицина, конечно же, оснащена лучше, но я в восторге от нашей ЦРБ! Пусть в районной больнице не так много узких специалистов, зато все они — мастера своего дела. Образование здесь, считаю, тоже на высоте. Детский сад, школа, Дом детского творчества, детская школа искусств — всё это есть и работает, а достижения воспитанников говорят, прежде всего, о высоком мастерстве педагогов.

Дороги. Наверное, в нашей стране нет такого населённого пункта, где с этим было бы всё в порядке. Да, по некоторым улицам после дождей и таяния снега не всегда можно проехать. Зато нет проблем с пробками и долгим переездом от дома до работы. Когда не было машины, мы ходили пешком, 30 минут — и ты в центре посёлка. Сейчас на четырёх колёсах мы тратим на дорогу около пяти минут.

Не на последнем месте и экология. В городе много денег уходило на оплату различных услуг. В посёлке наши затраты значительно сократились. Меньше денег уходит и на продукты, так как большую часть овощей выращиваем сами.

Ещё одна важная для меня,

как для матери, вещь: я знаю, что здесь мои дети в относительной безопасности. Вокруг нет ни бурного автодвижения, ни ядовитой городской грязи. Только экологически чистый чернозём и внимательные соседи, которые, если что, приходят на выручку.

Забавно, но один из основных аргументов, который приводили мои друзья и знакомые, пытаясь убедить, что затея переехать в посёлок — сумасшедшая, звучал так: «Тебе там будет скучно!». Я же не представляю, как такое может быть. Кто-то из великих сказал, что если у человека есть сад и библиотека, ему больше ничего не нужно. У меня же, помимо того, ещё и интернет имеется. А когда в доме есть дети, скука вообще немислима.

В общем, многому, что мы оставили в городе, в деревне нашлась равноценная замена. Конечно, плюсов проживания в сельской местности можно считать куда больше, но и те, что я перечислила, каждый раз останавливают меня при мысли собрать чемодан и уехать обратно в город.

Татьяна КОКОРИНА.

Орджоникидзевский район,
Хакасия.

«Мы спим на ульях с пчёлами»

Невероятно, но уже десять лет сумской живописец Николай Яровой, его жена и двое сыновей спят на... ульях с пчёлами!

За десять лет столь необычного отдыха семья сумского живописца и пасечника вылечилась от всех болезней.

За это время у них пропали приобретённые заболевания и повысилась работоспособность. А началось необычное увлечение вроде бы случайно. Анна, жена Николая, упала, ударилась о камень, после чего у неё разболелась спина. Доктора определили, что сместились позвонки и посоветовали женщине дважды в год проходить стационарное лечение. После лечения боль прекращалась, но через несколько недель возобновлялась. Дошло до того, что всю домашнюю работу Анна делала на коленях, даже огород так обрабатывала.

— В один прекрасный момент доползла до улья с пчёлами, — рассказывает Анна. — Разогнулась, а сил идти нет! Прислонилась спиной к улью да и стою. А позже чувствую: боль отпускает. Словно после укола! И до самого вечера я не вспоминала о проблемах с позвоночником. О своём открытии рассказала мужу. Так родилась идея: а что, если попробовать на ульях полежать? Коля сшил два улья, сделал из шести досок настил и переночевал на нём. Ощущения были яркие, необыкновенные. Во-первых, чтобы выспаться, ему понадобилось всего пять часов. Да и работоспособность у мужа была в тот денёк такая, что я стала просить, чтобы «кровать из пчёл» он сделал и мне. Поначалу, конечно,

но, было не по себе. Всё думала: как к такому соседству отнесутся пчёлы? Но они оказались добродетельными. Поначалу, правда, прилетали, смотрели, кто это сверху поселился. Но позже успокоились.

Мы спим так уже десять лет, с марта до конца сентября, и ни разу ни меня, ни мужа, ни двоих сыновей ни одна пчела не укусила! О собственной болевой спине я ещё в то лето забыла. Как, в общем, и о хроническом воспалении придатков.

Сейчас в огороде Яровых стоят уже четыре кровати на ульях, две из них — двухместные. Ульи и под кроватями, и сверху.

— В такой кровати нехолодно в любую погоду, — говорит Николай Яровой. — Пчёлы поддерживают температуру 36°C круглый год. У человека такая же температура тела, потому организм не перегревается и не переохлаждается. Если положить на доски матрац, эффекта не будет, а вот простыня полностью подходит.

Признаюсь, я не терпела и решила испробовать все прелести сна с пчёлами. Легла на улей и почувствовала микровибрацию. Словно под тобой гудят провода и что-то слегка толкает в спину. Потом от запахов липы, гречихи, прополиса просто закружилась голова, и я провалилась в сон. Спала минут десять, но ощущение было такое, как после настоящего ночного отдыха! Всю накопившуюся за неделю вялость как рукой сняло. Препятствия отошли на второй план.

— Это тоже влияние пасеки, — заметил хозяин, когда я рассказала ему о собственных впечатлениях. — Ведь здесь отменная



энергетика, природный фон, который восстанавливает биополе. Когда человек ложится на улей, за счёт микроволн, вибрации, которая исходит от пчёл, у него улучшается кровообращение. Повторюсь: если постелить на доски матрац, такого эффекта не будет, а вот простыня подойдёт. Недавно мой сосед сделал себе такую кровать, но положил матрац. И ничего не почувствовал. Отдых на ульях особенно полезен людям после 30, ведь в этом возрасте клетки организма уже не так хорошо восстанавливаются естественным путём. А после ночи с пчёлами встаёшь и чувствуешь: не надо никакой зарядки!

Когда спишь на ульях, организм восстанавливается примерно за шесть часов. Обычно мы ложимся поздно, а просыпаемся с восходом солнца, вместе с пчёлами. И сыновья к такому отдыху привыкли, и невестка уже спала.

Только внучок не пробовал: ему всего 6 месяцев.

А ещё пчеловод признался, что сон на ульях чрезвычайно полезен мужчинам, так как улучшает потенцию.

За десять лет на волшебной пасеке побывало немало друзей и родственников Яровых. Киевский живописец Николай Журавель, создавая на пасеке собственный проект, ночевал на ульях и после этого привёз с той же целью профессора Токийского университета Андрея Накорчевского. Гости заметили положительное влияние такого отдыха на мужское здоровье. Выходит, что при малых затратах можно выстроить целую клинику с широким диапазоном терапевтических услуг!

Своё ноу-хау пасечник запатентовал. Теперь, чтобы применить это изобретение в каких-либо производственных целях, необходимо получить разрешение. К сло-

ву, в США тоже есть нечто подобное. Там за то, чтобы переночевать на пасеке, люди платят 25 долларов. Правда, приходится нужно с собственной раскладушкой.

Ещё замечено: если подержать рамку с пчелиным расплодом над головой хотя бы пять минут, проходит головная боль. Так что у изобретения есть перспективы, считает Николай Яровой. На Украине лечение пчёлами проводят изредка, хотя многим пасечникам (их в нашей стране около 700 тысяч), может быть, стоит задуматься о таком заработке. К огорчению, научные исследования на эту тему пока не проводились...

<http://slawa.su>

От редакции. Если у кого-то есть информация о том, как в лечении пчёлами ульи заменить колодами и как это отражается на жизнедеятельности пчёл, просим поделиться с читателями газеты.

■ Олег Перетяшко

Радужное у Медведицы,
Волгоградская область
pechnik-do@rambler.ru

Путь к первозданным сортам груш



«Сорт решает успех всего дела» — эти слова И.В. Мичурина должны стать для садоводов местий руководством к действию. Ведь очень важно сорт выбрать правильно и в соответствии со своими целями. Сегодня направление создателей РП отлично от стремлений Мичурина, и наша задача — найти старые, проверенные временем, преданные забвению, исчезнувшие виды, а также воссоздать утерянные древние сорта, первозданные сорта для сада. Думаю, что нашим внукам, продолжающим совершенствование своих Пространств Любви, задача эта уже будет по силам. Но начинать думать нам необходимо уже сейчас.

После яблони и вишни по устойчивости к морозам груша в списке плодовых культур занимает 3-е место, разделяя его со сливой. Старинные сорта груши обыкновенной *Pyrus communis* L, как и яблони, отличаются относительно большие размеры дерева, хорошая зимостойкость и урожайность, но не всегда крупноплодность. Зато полезность старых сортов превосходит все ожидания, плоды эти питают тело, душу и дух. Сорта эти сегодня называют народной селекцией и отличает их сохранение сортовых признаков при пересевах. Конечно, в зависимости от опылителя происходит вариативный разбег в ту или иную сторону, но небольшой и в последующих пересевах будет стремиться к равновесному положению, заложенному создателем сорта. Так, спустя многие сотни лет, мы имеем возможность пробовать сорт практически в неизменном виде. Такой сорт не постареет никогда, так как выведен совершенным способом, позволяющим передаваться при пересевах. И это признак принятия природой такого творения, принятия в века. Чего не скажешь о современных сортах. Природа их не принимает, оттого они и не сохраняют сорто-

вые признаки пересевами, а только вегетативным размножением. Это, в свою очередь, означает, что срок жизни сорта будет ограничен одним веком, одной жизнью, и далее Природа ликвидирует непотребность. А если непотребность будет вообще из ряда вон, то Природа не позволит даже пересеяться ей (пример ГМО, семена не всхожи). Оттого создателям РП нужно обратить внимание именно на молодильные груши.

К сожалению, корнесобственные сорта не скороплодны и вступают в плодоношение на 8–10 год от посева семенем, но живут в благоприятных условиях до 120–150 лет. А, как известно, с годами плоды становятся не только вкуснее, но и целебнее.

Конечно, плоды некоторых старых сортов могут поражаться паршой, некоторые в лёгке не сохраняются и поэтому служат для потребительских целей в районах своего произрастания, что в общем-то и надо. Тем не менее, ранний сорт крупных груш Тонковетка достаточно популярен и сегодня. Плоды такой груши имеют жёлтую окраску и сочную мякоть белого цвета. Это один из самых старинных сортов, выращиваемых в нашей стране.

Немного о Безсемянке. Старинный среднерусский сорт, самый распространённый в средней полосе России. Дерево средних или крупных размеров, с широкопирамидальной кроной. Плод коротко-грушевидной формы с несколько расширенным основанием и небольшими бугристыми выступами. Плод ниже средней или средней величины, массой 60–80 г. Кожица зеленовато-жёлтая. Мякоть сочная, с лёгкой кислотой,

душистая. Плоды часто не имеют семян, за что сорт и получил своё название. Пригодны для потребления в свежем и переработанном виде. Срок хранения до 2 недель. Столовый сорт. Зимостойкость относительно хорошая, но более низкая, чем у Тонковетки. Плодоношение регулярное. Урожайность от средней до высокой — 120–140 кг с дерева. Во влажные годы листья, плоды и побеги сильно поражаются паршой. Лучший опылитель — Бергамот осенний, Тонковетка.

Если Ильинка, Безсемянка, Тонковетка, Дюшес летний — летние сорта, то Дуля, Марежка, Александровка, Бергамот осенний, Лесная красавица — осенние.

Популярная Лесная красавица — осенний сорт, случайно обнаружен Шатильоном в начале XIX столетия в лесу на территории современной Бельгии. Плоды среднего размера, тупояйцевидной формы; кожица тонкая, но довольно плотная, слегка шероховатая, при съёме плодов зеленовато-жёлтая, в период созревания золоти-

сто-жёлтая с серыми точками. Мякоть желтовато-белая, нежная, сочная, маслянистая, кисло-сладкая, высоких вкусовых качеств. Сорт народной селекции, а оттого прекрасно передаётся в пересевах. Известный сорт Талгарская красавица получен пересевом Лесной красавицы (при опылении крупноплодным сортом).

На Дальнем Востоке, в бассейне реки Усури (Амурская область, Хабаровский и Приморский края), распространён вид груши Усурийская *P. ussuriensis Maxim* — самая морозостойкая из груш со съедобными плодами. Представляет собой дерево высотой до 10–15 м, толщина ствола до 60 см, с тёмно-серой корой, густой и широкой кроной. Плоды округлые или грушевидные, диаметром до 6 см, с толстой кожицей и грубой мякотью, желтовато-зеленоватые, иногда с красными пятнами, на коротких, длиной до 2 см плодоножках; в зрелом состоянии черноватые, жёсткие, на вкус кисло-терпкие. Сегодня этот вид груши зачастую используется как подвой для сортов современной селекции, а между тем на основе этого морозостойкого вида тоже есть сорта, причём старые.

Обзор старых сортов груш по Северо-западному Тихоокеанскому региону. Здесь выращивают много традиционных старых сортов и не только ради удовольствия или с целью сохранения видов. Такие старые сорта, как Бартлет, Боек, Комис и Анжу (всем им больше 100 лет), славятся отменным вкусом и зачастую их можно найти сегодня в супермаркетах.

Бартлет — классический сорт груши. Её плод имеет тонкую зелёную кожуру, которая при созревании приобретает золотисто-жёлтый цвет. Но Бартлет не очень хорошо хранится — это летняя, а не зимняя груша.

Боек — очень сладкий сорт, он имеет буровато-коричневую кожуру и более вытанутую, чем у Бартлета, шею.

Для Анжу характерна круглая, приплюснутая форма, плод сохраняет желтовато-зелёный цвет даже когда полностью созревает.

Груши любят жаркое лето, и именно поэтому многие старые французские сорта не вызревают на прохладных приморских территориях. Однако известная с 1837 г. Бере Суперфин, знамени-

тая своей сладостью и ароматом, прекрасно вызревает даже там.

Оркас — ещё одна находка. Этот сорт обнаружили на острове Оркас, на границе Канады и США. Жёлтый плод имеет карминовый румянец, мякоть при созревании не становится дряблой. Плоды обладают хорошей устойчивостью к парше, которая на северо-западе представляет собой серьёзную проблему.

Ритсон — старый сорт, распространённый на севере вплоть до Канады, является одним из лучших в этом регионе для стола, для хранения и обработки. Первое дерево было привезено в Канаду из Бостона примерно 200 лет назад и до сих пор оно живо и растёт в Онтарио. Вот это устойчивость! Ритсон имеет средние по размеру круглые плоды, похожие на плоды Анжу.

Энергии таких корнесобственных сортов необычайно сильны и способны помочь человеку вскрывать свою родовую память. А грушевые деревья, выращенные позже из собранных семян в своём поместье, при опылении схожих сортов народной селекции будут обладать ещё большей полезностью как биополя дерева, так и плодов. Корнесобственные груши будут плодиться около века, доставая с глубин почвы всё необходимое своим хозяевам. А сколько прекрасных старых сортов предано забвению, сколько родительских садов оставлено? После неизвестных событий 200-летней давности мы потеряли колоссальное наследие не только в виде старых деревьев, но и старых сортов плодовых деревьев. То, что сегодня осталось, лишь отголоски былого и теперь придётся по крупицам собирать эти сорта.

Один гектар — совсем небольшая площадь для закладки леса-сада из редких и ценных продуктивных пород. Но на сад из старинных сортов яблонь, груш, слив, вишен и абрикоса 15 соток выделить необходимо. Через 30–40 лет сад из привитых сортов начнёт вымирать, а корнесобственный лишь вступит в зрелость. В краткосрочной перспективе такой семейный семенной фонд народной селекции будет сильно востребован людьми, что позволит ещё и заработать на реализации семян ценнейшего генофонда.



IV фестиваль «Восход Новой Эры»

3–6 августа, поселение Родовых поместий Благодать, Ярославская область

У вас будет возможность:
— пробудить свою творческую энергию и воплотить вдохновение в реальность;
— получить заряд потрясающего летнего настроения;
— вместе наполниться состоянием благодати и ощутить рождение новых мыслей и чувств.

В программе:

— хороводно-игровая часть;
— праздник Юмора;
— мастер-классы и семинары;

— интерактивные и ролевые игры;
— развивающие детские занятия;

— верёвочный курс;
— музыкальная программа;
— ярмарка.

В фестивале принимают участие: Владимир Патов, Инна Шевченко, Марат Нигматуллин, «Просто счастье» (Аман Соколов и Анна Скрипова), «Солнцелуна»

(Алеся Алисиевич и Андрей Кутузов).

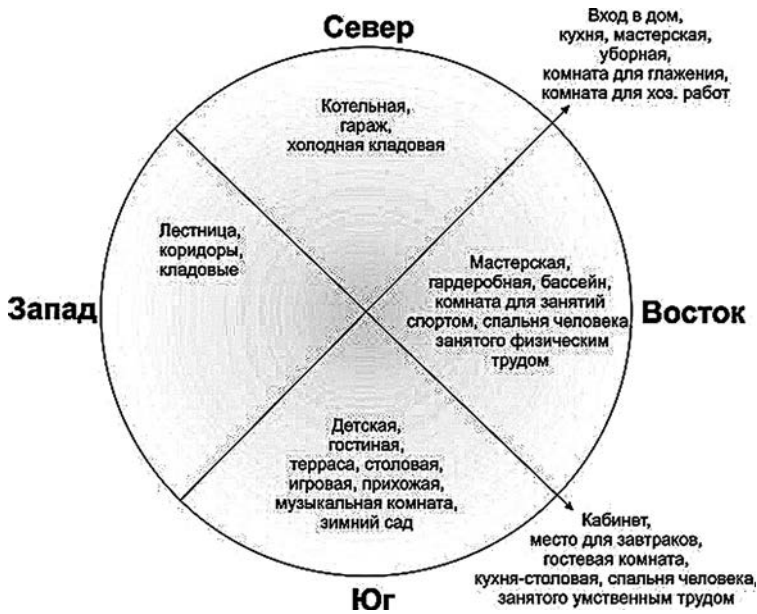
Условия и стоимость участия, программа и интересные анонсы здесь: <https://vk.com/upriseage4>.

Место встречи: поселение Благодать, Ярославская область, 40 км от г. Переславля-Залесского.
Контакты: 8-964-552-1242 (орг. вопросы), 8-962-200-2756 (ярмарка, мастер-классы).

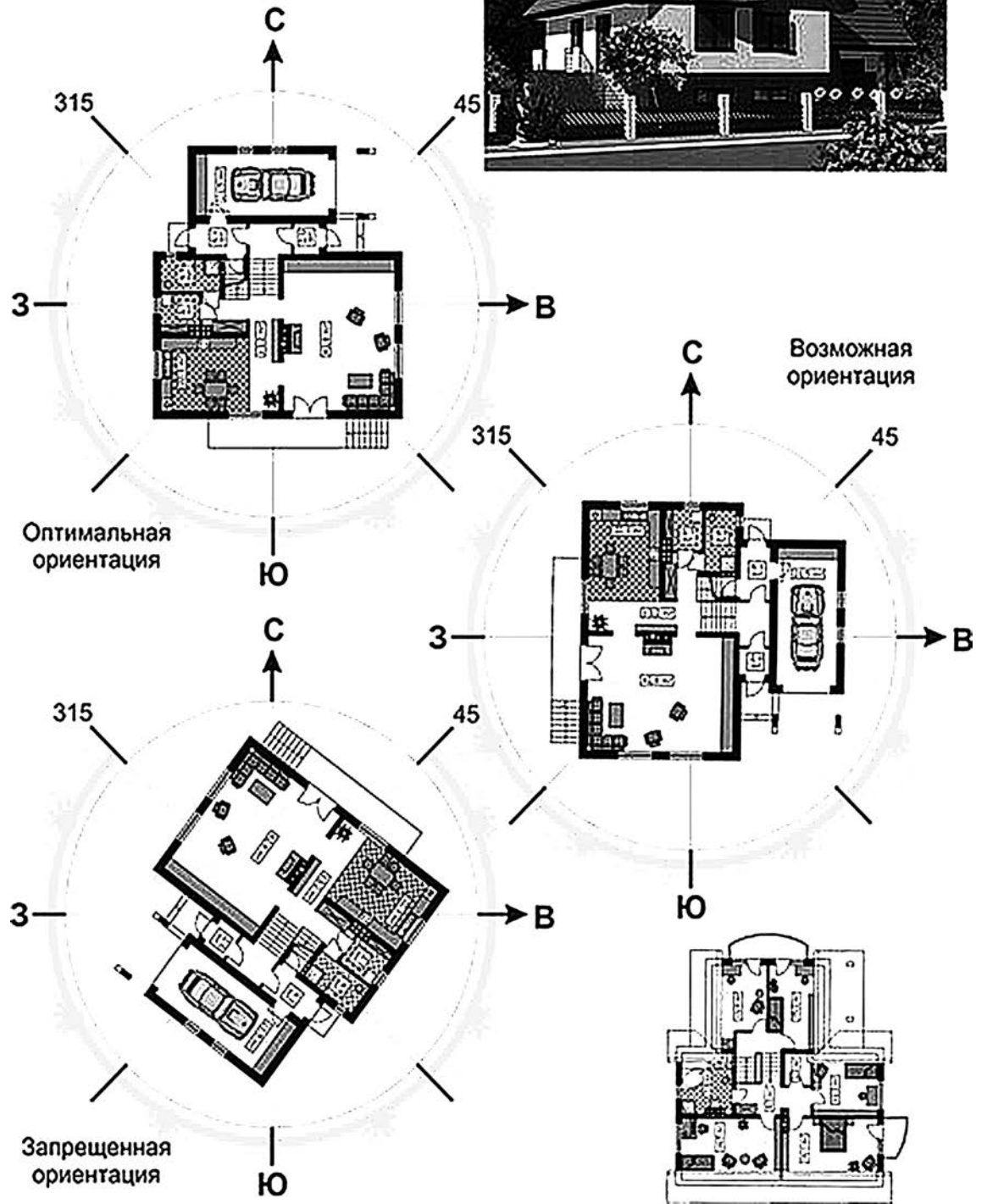
Пусть лучики «Восхода Новой Эры» согреют тебя, дорогой друг!



Ориентация дома по сторонам света



Двухэтажный жилой дом



Собственный дом всегда хочется сделать как можно более комфортным и уютным. Любая деталь важна, когда строишь свой дом.

И первое, о чём стоит задуматься после покупки участка, — это расположение дома на участке и ориентирование помещений дома по сторонам света.

Лучше один раз увидеть, чем несколько раз услышать, поэтому посмотрите иллюстрации.

Юг — самая ценная сторона: летом высокое полуденное солнце, зимой глубокое проникновение солнца в помещение.

В качестве солнцезащиты используются маркизы, выносы крыш, жалюзи, посадки деревьев и кустарников. Очень хорошо располагать на южной стороне террасы, веранды, зимние сады, игровые комнаты, гостиные.

Север — малосолнечная сторона, равномерное освещение, холодные зимние ветры. Для достаточного освещения необходимы большие окна, но они понижают теплозащиту помещения, поэтому лучше использовать в большей мере искусственное освещение и располагать с северной стороны вспомогательные помещения, гаражи, котельные.

Восток — хорошее освещение утром, приятное прогревание летом, сильное охлаждение зимой. Благоприятная сторона для размещения спален, мест для завтрака. Хорошо располагать кабинеты, если вы работаете дома. С восточной стороны лучше делать газоны и сажать низкорослые кустарники, не препятствующие зарождающемуся утреннему солнцу.

Запад — самая ветреная сторона, подверженная воздействию осадков. Глубокое проникновение во второй половине дня спящих солнечных лучей и связанный с этим перегрев. Для защиты от ветров, осадков и перегрева рекомендуется с западной стороны делать защитную посадку деревьев.

И для примера приведу несколько планов домов с возможной ориентацией помещений дома по сторонам света:

1. Дом с мансардой и гаражом;
2. Одноэтажный дом;
3. Дом большой площадью.

Участок для строительства дома также можно выбирать, ориентируясь на расположение по сторонам света. Лучшие участки располагаются на южной, юго-западной и западной сторонах города.

https://vk.com/feed?w=wall-122840950_4529

Энергия из пищевого мусора

Новая технология превращения пищевых отходов в источник энергии использует двухэтапный процесс, который позволяет извлекать энергию из отходов, делать это очень эффективно и быстро. Это

новая уникальная технология, которая была разработана учёными из университета Корнелла. Исследователи выяснили, что новый процесс переработки пищевых отходов в энергию намного эффективнее, чем другие методы. Когда мы обычно говорим

о переработке пищевых отходов и использовании их в качестве источника энергии, такие процессы включают анаэробное переваривание, когда бактерии медленно разрушают органическое вещество, и полученный метан собирается и используется в качестве топлива.

Техника, разработанная учёными из университета Корнелла, работает по-другому. Сначала используется гидротермальное сжижение, то есть под внешним воздействием отходы собираются и перерабатываются в некую общую по консистенции биомассу, которая затем может быть переработана в биотопливо. Этот процесс происходит следующим образом: биомасса подаётся в анаэробный варочный котёл, где пищевые отходы достаточно быстро перерабатываются, выделяя метан, который и можно использовать в качестве энергии!

Такой двухступенчатый подход позволяет быстро и очень эффективно получать электричество или тепло, не тратя силы, ресурсы и время и используя в качестве сырья наш пищевой мусор.

— Если бы мы использовали только анаэробное переваривание, чтобы получить метан, нам надо было бы ждать несколько недель, чтобы превратить пищевые отходы в энергию, — рассказывает Рой Посманик, научный сотрудник университета Корнелла. — Водянистая биомасса, которая образуется после гидротермической обработки мусора, намного лучше подходит для дальнейшей переработки, и поэтому сочетание технологий гидротермической обработки и анаэробного сбраживания является наиболее эффективным и быстрым способом переработки биологических отходов в энергию.

Учёные говорят, что на гидротермальное сжижение тратится несколько минут, зато такую биомассу можно переработать в анаэробном варочном котле за пару дней.

В настоящее время продовольственные отходы составляют самую большую долю во всём мусоре, который производит человечество. Именно такие отходы чаще всего попадают на свалки и нужно отметить, что именно таким образом на мусорные полигоны попадает треть продовольствия во всём мире (мы говорим о пищевых отходах, просроченных продуктах или испорченных товарах). В то время как очень важно стремиться максимально сократить пищевые отходы, важно и научиться перерабатывать те отходы, которые сегодня посылают на свалку. Технологии, аналогичные описанной выше, могут позволить нам с минимальными расходами превращать продукты в энергию.





Наше Родовое поместье имеет размер чуть больше двух гектаров. По периметру всего участка высажена живая изгородь из деревьев и кустарников в два ряда. В основном это белая акация, дикая черешня, дикая роза (шиповник), ежевика, сирень и т. д. В тех местах, где изгородь граничит с воротами и калитками (у меня на участке две калитки и двое ворот), она составлена из гораздо большего разнообразия растений — в декоративных целях. Это можжевельники, сосны, туи, самшиты, цветущие кустарники, красный дуб, смородина, крыжовник, облепиха, сирень разных видов и много другое. Задача живой изгороди — обеспечить внутреннее пространство, свободное от внешнего внимания, непроходимую изгородь, защиту от ветров, тень летом и т. д.

Посередине участка растёт Родовой дуб, который был посажен из жёлудя. Задача этого дерева — соединить многие поколения памятью друг о друге. В его непосредственной близости проводятся все значимые мероприятия — венчания, проводы и пр.

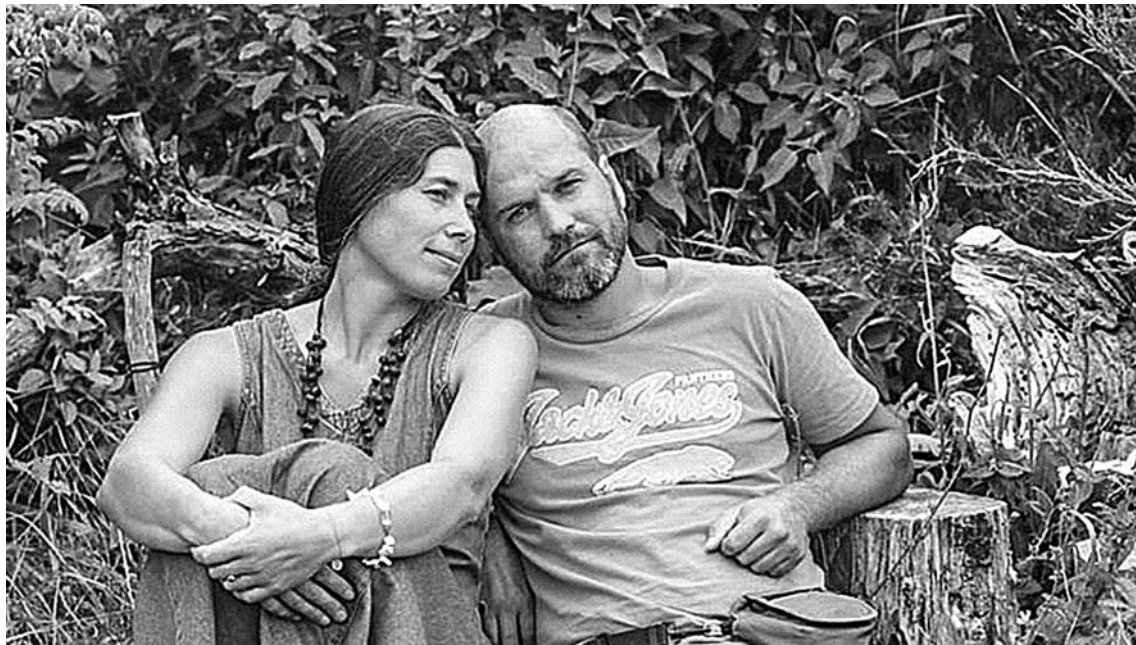
В нижней части поместья два пруда: один — сотки две-три, второй — соток девять, наверное. Задача этих водоёмов — прежде всего, обеспечить счастливую и комфортную жизнь людям и животным в тёплое время года. Они накапливают в себе всю воду осадочную и поступающую на участок с подземными родниками. Воды много не бывает, особенно у нас в регионе. Поэтому важно, чтобы вся приходящая вода обеспечивала растениям буйную вегетацию, а вокруг пруда вегетация в три раза мощнее.

Вокруг прудов сделаны террасы, на которых растут персики, абрикосы, черешни и другие деревья. Кроме того, вокруг пруда в декоративных целях рассажено множество дендрологических растений. На некоторых склонах участка сделаны террасы, на которых тоже посажены фруктовые и ореховые сады.

Вообще, деталей, маленьких и больших затей и хитростей много. К примеру, там, где располагается дом, сделан насыпной вал, который отводит холодный воздух в сторону, обеспечивает тепловую ловушку участку и создаёт в нём более мягкий микроклимат. Есть два колодца: один — у дома, второй — возле огорода. Пчёлы, розарий, виноградники, холмистые гряды, ягодные кустарники вдоль каменных тропинок. По всему участку прорыты каналы, собирающие отовсюду воду в период



Внутреннее устройство поместья семьи Катрук



обильных паводков.

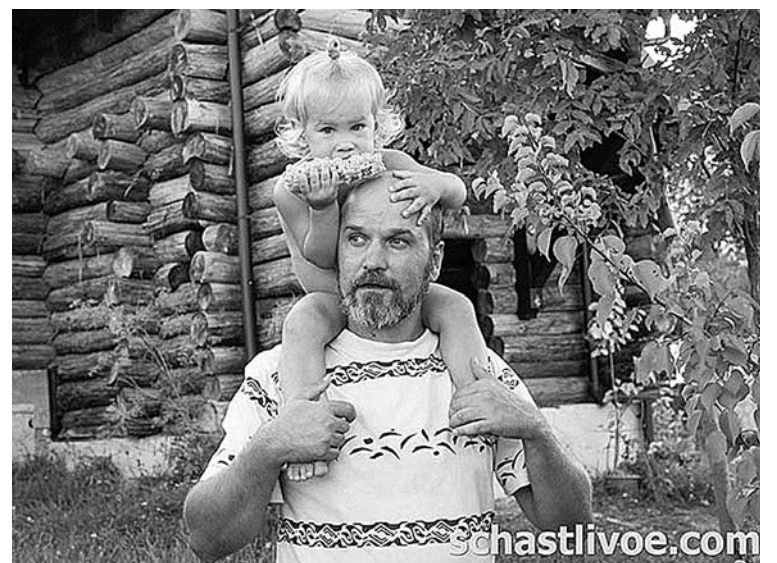
Я живу в этом Пространстве и либо совсем не вмешиваюсь, если неохота, либо затеваю какой-то новый проект. К примеру, недавно решил высадить плантации энергетической ивы — это растение, развивающее свою вегетацию со скоростью ивы, и при этом древесины у него крепче, чем у дуба. Для этого как-то по весне я повтыкал 15-сантиметровые палочки этой ивы в землю. Теперь деревья в три

раза выше меня. Однажды я решил всё свободное пространство можжевельниками засадить. Всё, конечно, не получилось, но деревьев 200, наверное, высадил — нравится мне можжевельник. Растений много разных, и земли 2,4 га, как оказалось, тоже немало. Так вот, нам понравится очень какое-то растение — и давай его сажать повсюду. Оно, конечно, не везде примется, но это и неважно, не так трудно ковырнуть мягкую зем-

хов пока немного, но с каждым годом всё больше и больше. У моего друга Влада орехов уже больше, чем он съедает. Ягоду всю не собрать, основная проблема — это сам сбор. Так что кушаем, так как закатывать банки пока неохота, собирать лишнее — тоже. Слив сладких, вкусных много — хватает, чтобы наесться, а скоро будет ещё больше и тогда будем делиться. Айва — её очень много всегда было, варенье из неё вкусное. Персиков пока немного, но поели влста.

Мёда своего хватает. Я им совсем не занимаюсь, сыну Давиду интересно — он мёд и собирает. Вишня, облепиха, ирга, и т. д., и т. п.

В нашем Пространстве всего очень много, и мы ничего практически не собираем, просто кушаем, что под руку попадёт и что особенно нравится. Ну а если охо-



лю вовремя и посадить растение, дав ему шанс. Вот так, без полива и ухода процентов 30–40 выживет — и на том спасибо. Ну а если охота — поухаживал чуть-чуть, и все 90% укоренятся. Можжевельники, например, сосны, ели — почти все выживают. Растения разные бывают. Благо саженцы у нас почти бесплатные и практически все есть в наших ботанических садах. Так что сажай — не хочу. А всё, что укоренилось, оно вырастет. Быстрее или медленнее, но вырастет.

И вот у тебя яблок столько, что десятую часть не съест. Оре-

та варенья наварить — пошёл, собрал. Как-то так это всё, по ходу дела. Поместье изобильно, и в нём одно отцветает, другое уже плодоносит. Трав много всяких целебных для чаёв и смузи. Мы много трав в смузи потребляем. В блендер мощный бурьяничка всякого нарвёшь, в кашу взобьёшь, мёда, воды колодезной, можно яблок, груш, слив добавить — и долго кушать не хочется, очень эта еда насыщает.

Валерий КАТРУК.

ПРП Счастливого, Молдова.
<http://schastlivoe.com>



Секреты ухода за ежевикой

Вкусные ягоды ежевики и хороший урожай на одном кусте — это результат тщательного внимания садовода.

Чтобы декоративный кустарник превратился в урожайный, нужно знать несколько нюансов.

1. Вносите азотные удобрения весной, при распускании почек и по окончании плодоношения.

2. Формируйте новые побеги на молодых кустах в первое лето после посадки. Так вы упростите сбор ягод и уход за кустарником.

3. Используйте подпорки. Установите пару столбов (в начале и в конце ряда кустов), натяните несколько нитей проволоки между ними (нижняя на уровне 80 см от земли, последующие через 40 см каждая). Привязывайте побеги к проволоке по мере их роста. Это сделает сбор и уход очень простым и удобным.

4. Регулярно поливайте, усиливайте полив в сухую погоду, раз-

рыхляйте землю и уничтожайте вредоносные растения.

5. Обрезайте побеги, которые плохо перенесли холода, вплоть до первых живых почек.

6. Угощайте двухлетние растения по весне полным набором удобрений (фосфорных, калиевых, азотных).

7. Осенью обрезайте те ветки, что дали плоды. Молодые побеги укорачивайте на треть и подвязывайте к проволоке.

8. В начале зимы все побеги пригните к земле и закрепите с помощью металлических крючков. Затем накройте слоем соломы ежевичный ряд. Снег в этом качестве тоже отлично подойдет.

rodovid.me



Сажайте полевицу побегоносную под деревья

Известный сибирский садовод Валерий Константинович Железов, у которого в саду растут и плодоносят не только яблони, груши и сливы, но также и теплолюбивые абрикосы, персики и черешни, рекомендует вокруг посаженного плодового дерева высевать полевицу побегоносную. Она растёт пышным ковром, служит своеобразной мульчей, защищая корни деревьев от вымерзания, а почву от перегрева солнцем, под ней сохраняется влага, что помогает росту дерева.

Полевица побегоносная — низкорослое злаковое растение (до 10 см), способное быстро распространяться за счёт большого количества стелющихся усиков, напоминающих земляничные. Она не нуждается в постоянной стрижке, ей не страшны сорняки.



Валоканавы в пермакультуре

Основной инструмент пермакультуры — валоканавы. Она предназначена для накопления дождевой или закачанной насосом воды и медленного её расходования для питания растений.

Всё начинается с воды. Вода — это главный элемент пермакультуры.

Если у вас на земельном участке есть вода, то биология сделает всё остальное. Именно валоканавы сохраняют накопленную воду для естественного подпочвенного орошения. Ни вручную, ни с помощью капельного полива вы не сможете качественно обеспечить растения водой. Более того, искусственное орошение приносит вред.

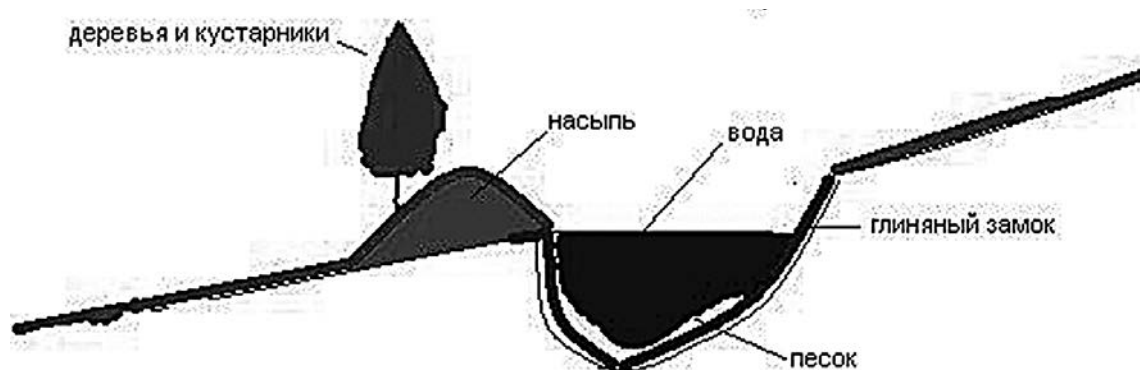
Валоканавы

Изучать и практиковать пермакультуру надо начинать именно с понимания важности валоканавы. Ни растения, ни почва так не важны, как валоканавы на вашем участке, потому что вода, накапливающаяся в валоканаве, важнее почвы и важнее растений, которые будут на ней расти.

Если вы сделали валоканаву на вашем участке, то вас можно поздравить с появлением условий для образования устойчивого биоценоза, и ещё потому, что на вашем садово-огородном участке появился главный инструмент пермакультуры.

Если на вашем участке нет валоканавы, то у вас нет воды и вам не помогут ни мульча, ни отсутствие ветра, ни прекрасные сорта растений и деревьев, ни ручной полив.

Термин «валоканавы» является не совсем удачным переводом английского слова swale. Буквальный перевод имеет три значения: трясына, болотистая низина, топь, а также слово можно перевести как низменное сырое место, впадина, но в пермакультурном понимании добавляются ещё такие значения, как траншея, канал, канава, дренаж, дамба, озеро, пруд, поросший тростником, и, возможно, даже холмистая грядка. Более общим понятием слова swale является keyline — ключевая линия.



Характеристики валоканавы

Главными параметрами валоканавы являются объём запасаемой воды и площадь водосбора. Они должны соответствовать тем условиям, которые нужны для роста растений.

Валоканавы природного происхождения

Перед тем как сооружать валоканаву, давайте внимательно посмотрим, как объекты, подобные валоканавам, появляются в природе. Начнём с самого простого. Все знают, что грунтовая доро-

га после дождя раскисает, на ней образуются лужи и даже места с грязью, напоминающие болото. Эти лужи не появляются рядом с дорогой. Даже в солнечном месте лужи долго не высохают, потому что грунт плохо впитывает воду. Причиной этого являются уплотненность дороги и наличие в ней глины.

Утрамбованная земля с большим содержанием глины становится водонепроницаемой и может быть использована нами для создания валоканав.

Второй пример. В книге Хольцера «Пустыня или рай» (стр. 124) есть интересный случай, как свиньи купаются в грязевых ваннах.

Наблюдая это, Хольцер понял, как создавать природные водоёмы, сберегать дождевую воду.

Как сделать валоканаву

Примеры, приведённые выше, убедительно показывают, что такие водонепроницаемые лужи и даже каналы можно создавать там, где это нам необходимо, достаточно утрамбовать землю, содержащую глину.

Проведите простой эксперимент. Где-нибудь на своём участке, лучше в очень сухом месте, выкопайте канаву или траншею глубиной примерно 30–40 см и площадью до 1 м². После этого построй-

те дно и стенки траншеи глиной толщиной 10–15 см и тщательно утрамбуйте.

Получится глиняный замок, который сделает траншею водонепроницаемой, что особенно важно на почвах, содержащих мало глины.

Теперь надо проверить водонепроницаемость. Налейте немного воды и посмотрите: есть ли место, через которое вода уходит в землю. Если обнаружили такое место, то его следует заплембировать глиной и тщательно утрамбовать.

Это сооружение и есть самая простая валоканавы. По такому принципу вы можете соорудить валоканаву любого размера и формы. Такая экспериментальная валоканавы поможет понять принцип её работы и качество подпочвенного увлажнения.

Где расположить валоканаву

Валоканавы желательно расположить в верхней части огорода или сада вдоль горизонтальной линии, её определяют с помощью водяного уровня.

Валоканавы должны проходить поперёк образующегося оврага. Если огород большой, то можно сделать несколько валоканав на разных горизонтальных уровнях. Каждая валоканавы имеет площадь водосбора, достаточную, чтобы каждый погонный метр собирал воду с площади более 15 м².

Как укрепить валоканаву

С нижней стороны валоканавы можно сделать земляную насыпь и посадить деревья и кустарники: иву, акацию, тополь, ольху, облепиху, тёрн, кустовую иву, лещину, бузину. Со временем неплодоносящие деревья можно частично заменить плодовыми. На дно валоканавы можно посадить болотные растения, например, аир, очерет.

https://vk.com/hamketinskaya?from=quick_search

Устройство высоких грядок

С годами почва на садовом участке становится хуже. В этом случае целесообразно устраивать стационарные высокие грядки своими руками.

Ограждение для высоких грядок делают из различных материалов: пропитанных досок, шифера, кирпича, металлических листов и даже пластиковых бутылок. Мы пошли по пути наименьшего сопротивления: положили в два слоя бетонные кирпичи 20×40×12 см. Вдоль грядки положили 5, а поперёк 2 кирпича. Таким образом, размер высоких грядок 2×0,7 метра, высота 0,4 м.

Но самое важное в таких стационарных грядках не их стенки, а начинка, поэтому приступаем к «фаршировке». Устройство высоких грядок начинаем с самого низа, с земли. Прямо на дернину, ничего не выпалывая и не перекапывая, укладываем картон или несколько слоёв газет, да погуще, потолще, чтобы даже вьюнок не просочился. Затем приносим всевозможные спилов плодовых деревьев — ветки диаметром от 1,5 до 7 см.

Такая древесная закладка у нас на юге больше выполняет функцию накопителя влаги, чем утепления. В северных же регионах или для тепличных хозяйств на дно можно укладывать пустые пластиковые бутылки с закрытыми крышками — корням они помехой не будут, а утеплитель из них просто шикарный.

Далее для заполнения высоких грядок выстилаем органику. Тут подойдет всё, что есть под

рукой: срезанные побеги ежевики, плодовая падалица, скошенная трава, огородная ботва, листва. При закладке высоких грядок осенью, конечно, есть некоторое преимущество в подборе органических остатков. Но весной и летом также можно найти, чем заполнить свою делянку: кухонные отходы, недозревший компост прошлого года, трава. Для тёплых грядок туда же насыпают свежий навоз — тогда в первый год на такой грядке лучше всего удаются тыквенные.

Но брать на неизвестных фермах навоз всё-таки небезопасно: не хочется в собственную грядку насыпать кучу антибиотиков и гельминтов. Поэтому можно смело от него отказаться, а гумификацию заложенной органики улучшить ЭМ-раствором. Если ЭМок нет, спокойно разводим зрелый компост и поливаем им.

Далее продолжаем насыпать слои высоких грядок из грунта, проливая каждый слой ЭМками. Но соблюдаем технику безопасности! Спина-то у нас одна. Не таскаем тяжёлые вёдра по всему дачному посёлку вручную, а берём садовую тачку либо потихоньку, малыми порциями, но без надрыва, заполняем свои высокие грядки.

Когда прославим грунт, лучше после 10-сантиметрового слоя земли насыпать зрелый компост. Если же своя земля ну очень плотная, перед закладкой в грядку прямо в тачке мешаем её с песком и компостом, а если под рукой есть верховой торф, добавляем и его. Тогда и морковочка в такой грядке будет с метр длиной. А

в песчаные почвы кроме компоста добавляем глину.

Когда сад взрослеет, он часто превращается в тенистые заросли с уплотнённой почвой. И в старых садах кислотность почвы, как правило, повышается. Поэтому если берём садовую землю, то её ещё и раскисляем — между слоями или в смешанный субстрат подсыпая доломитовую муку, молотую скорлупу или биосоду. Перед насыпкой последнего слоя по всей поверхности грунта используем луково-чесночную шелуху для подавления патогенов и отпугивания паразитов.

Сыпем последний слой, проливаем — и вуа-ля: высокая грядка, созданная своими руками, готова к зимовке и весенним посадкам. За зиму почва уляжется, уплотнится и это благотворно скажется на посадках. На те участки, где почва даст большую усадку, надо будет подсыпать субстрат. Ну а заложенные таким образом грядки в весенний или летний периоды необходимо будет не только проливать, но и утаптывать-утрамбовывать (ногами, бревном, колотушкой). Растения можно высаживать только после уплотнения грунта.

Чем хороши высокие грядки? Понятно, что при высоте в 40 см вряд ли сберегутся коленные суставы — всё равно наклоняться придётся. Так что основное преимущество высоких стационарных грядок — это радикальное улучшение структуры почвы. И радуется, что делается такая работа раз и навсегда. По этой почве потом не ходят, её и не копают. Впрочем, и



без высоких грядок огород копать не следует.

Ежегодно компост да высевать сидераты дважды в сезон. А если в таких грядках будут высаживаться основные культуры, то вместо компоста достаточно будет добавлять органическую мульчу.

Кроме наличия прекрасной структурированной почвы, высокие стационарные грядки раньше прогреваются весной, а забор в две недели существенно влия-

ет на урожай. Особенно если на грядке используются совмещенные посадки. Кроме этого, на таких приподнятых грядках вода не застаивается, и это особенно важно для участков, где копаются паводки. Ну, и из грядки-короба вашу замечательно структурированную почву не унесёт к соседям никакой паводок. Так что плюсов у высоких грядок тьма, а минус, пожалуй, один — трудоёмкость наполнения.

<http://ekosad-vsem.ru>

Дёготь берёзовый для защиты растений



Насекомые, облюбовавшие посадки ваших растений, способны свести на нет все усилия по выращиванию большинства культур: плодовых, ягодных, овощных, декоративных. Чтобы не использовать на участке опасные для окружающей среды и здоровья человека химические инсектициды, многие владельцы приусадебных делянок пользуются проверенными средствами растительного происхождения, к которым относится и берёзовый дёготь.

Этот продукт, полученный в

результате сухой перегонки древесины берёзы (то есть древесной смолы), благодаря биохимическому составу обладает уникальными противопаразитарными, антисептическими, противомикробными и санитизирующими свойствами. Дёготь испокон веков используют для лечения множества недугов и в косметических целях. Но не все знают, что продукт является биологическим репеллентом и инсектицидом, угнетающе воздействующим на множество видов опасных вредителей сада и огорода. Судите сами: ведь ни одно на-

секомое не полетит на запах пожара, так ведь?

К числу вредителей, чувствительным к составляющим дёгтя, относят даже таких злобных и неподдающихся истреблению паразитов, как колорадский жук и проволочник. Личинки именно этих «врагов» наносят самый ощутимый вред посадкам картофеля и других паслёновых культур, не только питаясь вызревающими клубнями и ботвой, но и распространяя по участку бактериальные и грибковые заболевания.

Применение дёгтя в саду и на огороде позволит защитить растения природным способом от следующих вредителей:

- луковой мухи;
- капустной мухи;
- бабочки-капустницы (белянки);
- крыжовникового пилильщика бледноноготого;
- яблонной плодовой мухи;
- вишнёвой плодовой мухи;
- сливовой плодовой мухи;
- морковной мухи;
- морковной листоблошки;
- крыжовниковой огнёвки;
- землянично-малинного долгоносика;
- ростковой мухи;
- облепиховой мухи.

Дегтярно-мыльный концентрат против колорадского жука, и не только

В ведре теплой воды растворяют 50 г жидкого или натёртого хозяйственного мыла и 10 г

берёзового дёгтя. Этим раствором (инсектицидом) опрыскивают посадки картофеля до начала цветения, во время появления бутонов и в период интенсивного цветения. Составом обрабатывают плантации баклажанов, овощного перца и томатов в тех случаях, когда колорадский жук в поисках питания появился на этих растениях.

Этот же раствор результативен против морковной мухи, атакующей посадки моркови во время прорезывания. Достаточно перед удалением лишних саженцев опрыскать составом плантацию из пульверизатора и пролить лечебной смесью грядки. Помогает обработка данным средством тыквенных культур против ростковой мухи, сливы — от сливовой плодовой мухи, яблонь в период цветения — против яблонной плодовой мухи, вишни — от вишнёвой пилильщицы, крыжовника и смородины — от огнёвки (до начала цветения).

Раствор дёгтя против проволочника

Обработка посадочного материала картофеля перед посевом и увлажнение грунта в посадочных лунках — эффективное средство, предупреждающее нашествие проволочника. Для приготовления раствора столовую ложку дёгтя растворяют в стандартном ведре воды. В лечебной жидкости замачивают картофельные клубни на 60–90 минут, её же проливают посадочные бороздки/лунки.

Дёготь от капустной белянки
Отпугнуть бабочку и предо-

тратить отложение яиц на капустных листьях помогают расставленные на грядке колышки, обмотанные на концах паклей, пропитанной берёзовым дёгтем.

Кроме борьбы с насекомыми берёзовый дёготь применяют против грызунов, питающихся ростками и корой растений в зимнее время. В частности, мульчирование приствольных кругов кустарников и деревьев опилками, пропитанными раствором дёгтя (15 г/10 л воды), избавляет от нашествия мышей, а добавление продукта в состав для осенней побелки (10 л свежего навоза, 1 кг готовой побелки и 50 г дёгтя берёзы развести водой до консистенции густого кефира) помогает предотвратить поедание коры в зимнее время зайцами.

Дёготь от садовых вредителей

Дёгтем можно промочить марлю и развесить её в саду. Марлю протыкаем небольшим гвоздиком поперёк крышки из-под минералки и на каждое дерево вывешиваем пару таких заготовок весной. Летом марлю ещё раз пипеткой пропитываем дёгтем.

Если вы ещё не испробовали чудодейственный берёзовый дёготь для защиты ваших растений, то самое время отправиться в ближайшую аптеку за несколькими пузырьками с лечебным составом. Применение берёзового дёгтя в саду и огороде даёт ощутимый результат. Обязательно испытайте — дешево и сердито!

<http://ekosad-vsem.ru>



Дождливые весна и начало лета, а также влажная осень — самые благоприятные факторы для размножения слизней и улиток. Весной они нападают на молодую рассаду и размножаются с геометрической прогрессией. Ещё и осенью заботятся о потомстве, откладывая яйца для будущего сезона. Отчаявшись, многие садоводы хватаются за химию и отравляют свои участки метальдегидом. А токсическое воздействие на почву от таких ядохимикатов превосходит все мыслимые границы. Но давайте разберёмся, как можно защититься от этих моллюсков без ядов, поищем народные средства от слизней и улиток.

Чем питаются слизни и улитки

Улитки и слизни питаются многообразным кормом, в их рационе насчитывают более 150 видов растений. Представляете, насколько они всеядны? Но если предоставить им выбор, они предпочтут самые лакомые — капусту, проклюнувшиеся семена тыквенных и фасолевого, молодые завязи кабачков, бадан, хосты, и особенно ягоды клубники. А вот чеснок, лук и петрушка не впечатляют их совсем.

В основном они ведут ночной образ жизни. И не потому, что такой у них биоритм, просто они так защищают своё уязвимое тельце от палящих солнечных лучей. В период туманов и дождей улитки и слизни спокойно «прогуливаются» по саду в дневное время.

Защита от слизней и улиток народными средствами. Естественные враги

В экологической среде роста улиток и слизней — это крупные птицы, земноводные и хищные насекомые. Мелкие птицы, такие как синицы и воробьи, их не трогают, а скворцы разоряют их скопления и под деревьями, и на огороде. Правда, заодно выворачивают и только что посаженную рассаду и сильно разбрасывают постеленную мульчу. Но тут уж ничего не поделаешь.

Ящерицы и жабы также не прочь перекусить слизняками, поэтому архиважно на даче иметь укромные уголки с прогреваемыми камнями для ящериц и водоёмами для лягушек. Но не факт, что они заселятся на участке — головастики нужны прогреваемые отмели, а ящериц постоянно отлавливают кошки.

Поэтому реальную помощь в защите от слизней и улиток оказывают хищные насекомые. Самые быстрые из них — жужелицы (Carabidae). Жужелицам для выживания на участке нужны такие же условия, что и моллюскам: они живут во влажных углублениях, копают себе норки.

Их личинки настолько же кроважидные, но добыча у них мелкая: молодь слизняков, гусенички, личинки мух, проволочника. Личинки живут и охотятся во влажной мульче. В садах природного земледелия, где не увлекаются химическими обработками, множество видов этих очаровательных хищников: можно встретить жужелицу садовую (тёмную с фиолетовым оттенком панциря) и жёлтыми пятнами на надкрыльях) и жужелицу решётчатую, панцирь у которой светлый с серебряным отливом.

По наблюдениям колеоптерологов, кровожадней жужелицы редко кого встретишь. Они, не за-

думываясь, могут убить столь лёгкую добычу, как слизень, и тут же вступить в схватку с жуком-носорогом, который больше жужелицы втрое. Такие помощники очень полезны в саду, поэтому почёт и уважение им обеспечены, их колонии следует тщательно оберегать: не тревожить ни лопатой, ни мотыгой.

Обработка от слизней — практика природного земледелия

Самым популярным народным средством от слизней считается пивная приманка. Но не торопитесь с пивом, не всё так просто: даже на небольшом участке в 5–6 соток может встречаться около 10 видов слизней, и у каждого из них свои вкусовые предпочтения. Не

Как сдерживать численность слизней и улиток



станете же вы для каждого вида подбирать отдельный сорт пива? Да и на перебор сортов сезона явно не хватит.

Но слизни — известные каннибалы. Если во влажных местах в саду и огороде вы разложили дощечки и раздавили там несколько особей слизней, при следующей ревизии обнаружите их ещё больше. Их можно собирать и скармливать домашней птице — курам, гусям, уткам. Куры и улиток склёвывают, им их ракушки по душе — источник кальция.

Ручной сбор — самый лучший и экологичный способ сдерживания численности моллюсков. Но даже если всех их выловить и скормить домашней птице, всё равно от соседей или с обочины слизи и улитки к вам «прибегут». Ведь огород источает умопомрачительно вкуснейшие запахи, а их чувствительные усики-антенны различают свои деликатесы издали.

Народные средства для сдерживания атак слизней очень просты: используются любые растения, содержащие эфирные масла. Это могут быть базилик, пижма, шалфей, кориандр, тмин, чеснок и петрушка. Поэтому так популяр-

ны сорняковые настои. Но эфирные масла улечиваются быстро, и обработка настоями не может быть единственным фактором защиты растений от слизней. Необходимо постепенно отказываться от идеи монокультурных посадок, делать мозаичные, смешанные посадки.

Например, посадки любимой капусты надо окружать календулой. Это и красиво и вдвойне полезно. А пока неокрепшая рассада капусты подрастает, её лунки необходимо обсыпать по периметру спитым кофе и брызгать по ли-

сту разведённым кофейным настоем (можно растворимым кофе без сахара). Как только рассада окрепнет, слизи меньше будут досажать. Но если капуста заболела (неправильный полив, грибки), слизи обрушатся с новой силой.

Кофейная присыпка также хороша и для защиты всходов всех фасолевых: сои, бобов, фасоли, вики. Защищает, конечно, не на 100%, а оценочно на 60–70. Но это лучше, чем ничего. Согласны? Чуть ниже эффект у присыпки из молотой горчицы — возни с присыпкой много, а обиды за съеден-

ные всходы больше. Но если под рукой нет кофе, горчица очень выручает.

Тыквенные при посадке семенами в открытый грунт лучше защищать отрезанными пластиковыми бутылками. Здесь важно, чтобы у растений появился первый настоящий листик, тогда они становятся малоинтересны для слизней. Вы замечали, что на молодые ростки салата они нападают, а взрослые розетки даже не трогают? Вот ведь гурманы, даже слабая горчинка им не нравится!

Брюхоногие моллюски обожают также сильно, как капусту, листья хосты и бадана. Здесь поможет обработка лимонной кислотой или уксусом (столько кофе ведь не застави). Эти цветы не очень реагируют на незначительное изменение кислотности почвы, поэтому можно их «приструнить» лимонкой (25 граммов порошка на 10 литров воды) или уксусом (9%, 25 мл). Конечно, это тоже не разовая обработка, опрыскивание приходится повторять. Время обработки — вечер, перед выходом моллюсков.

Землянику тоже не следует оставлять в одиночестве, её необходимо окружить петрушкой, чесноком. Также полезны рядом размещённые шалфей, чабер или тысячелистник. Но, конечно, не сплошными насаждениями, а редкими вкраплениями. Единичные посадки пряных трав дезориентируют вредителей, а густые посадки могут подавить рост земляники.

Кроме этого, улиткам и слизням трудно передвигаться по шершавой поверхности. Видели, какой остаётся след на асфальте или бетоне, где они проползли? Это выделяется специальная слизь, удерживающая ножку моллюска от ранок. И чтобы затруднить и без того нелёгкую жизнь слизней в вашем огороде, в мягкую мульчу надо добавлять что-нибудь колющееся: хвойный опад, стебли срезанной крапивы, яичную скорлупу. А мульча из опилок или коры дуба уверенно сдерживает их нашествие.

■ **Анастасия Арямова**СРП Чик-Елга, Башкирия
anisim1989@gmail.com

Рисуйте, рисуйте как видите вы...

Мастер-класс: роспись по ткани

с косым, округлым кончиком и т. д. Советую взять для начала круглые и плоские кисти № 2, 6 или 5. Выбор кистей зависит, конечно же, от того, какой площади поверхность вы собираетесь расписывать и какие детали у вас будут. Также существуют валики и другие всевозможные приспособления, но всё можно написать просто кистью или изготовить их самим.

- Палитра. Удобны и практичны пластиковые палитры, они со временем «самоочищаются», слой краски снимается до поверхности палитры, и она становится как новая. Но можно использовать деревянные и самодельные палитры, а также кусок картона.

- Баночка с водой для ополаскивания кисти.

Итак, готовимся к росписи. Сначала рисунок можно обозначить карандашом или расписывать свободно, от руки, или же использовать трафарет для начинающих или детей, в том числе, когда нужно повторить рисунок многократно. Трафарет можно вырезать самим, например, бабочку из картона и «размножить» её на полотне. Есть краски в баллончиках, которыми можно брызгать по трафарету, но это уже мало напоминает творчество и загрязняет окружающую среду.

Расписывая, нужно учитывать, что если рисунок сплошной, с довольно большим слоем краски, то он стянет ткань. А если разрисовывать всё полотно полностью, то стягивания ткани не происходит. Изделие, густо расписанное, становится более жёстким. Напри-

мер, платье или штора будто «стоят» и не мнутся.

Для росписи мелких деталей или точек можно использовать карандаш, обмакивая его в краску. Краски можно затирать на холсте, придавая эффект размытости. Ещё важно учитывать цвет холста и краски при росписи. Например, чтобы наложить белый на яркий или тёмный цвет ткани, нужно нанести несколько слоёв белой или светлой краски. Можно нанести сначала другой, более плотный цвет, а сверху уже белый. Например, при росписи синей ткани наносим рисунок синей, а по нему после высыхания — уже белый. То есть накладываем сначала «грунтовку». Кстати, можно купить её отдельно в магазине, у меня её просто не было.

Поверьте, всё это может сделать каждый! У меня после росписи прошёл страх перед вышиванием, и я начала вышивать, хотя это



правило, шторы нужно лишь избавиться от пыли, и вполне подойдёт полоскание в мягком мыльном растворе. С этим хорошо справляется натуральное мыло без добавок; щёлок лучше не использовать для стирки тканей с росписью.

Я начала практиковаться с больших полотён, со штор. Когда ещё не был достроен наш дом в поместье, меня спас рулон ткани, из которого я потихоньку сшила и расписывала шторы, представляя и рисуя наш будущий дом, визуализируя образы. Мне кажется, нам очень сильно помог тот образ, который я рисовала. Рисовала днём, когда маленькая дочка засыпала, ночью и вместе с ней. И это отвлекло меня от негативных мыслей, заняло время и настроило на светлые мысли долгой зимой, когда не было возможности приехать на свою землю.

Некоторые особенности. Также можно использовать пальцы, зажимая один за другим маленькие участки ткани. Но мне это было неудобно, хотелось видеть весь большой холст сразу, следуя за порывом вдохновения. Для этого я использовала большой лист фанеры 1,5 на 1,5 метра. Его можно покрыть лаком или краской. Приставляла лист к стене наклонно, чтобы ткань лучше держалась на нём, разглаживала руками и... следовала за кистью.

Не бойтесь расписывать! Я держала кисть и говорила себе: меня никто не видит. Можно писать всё, что угодно. И просто начала выводить узоры. Я расписывала и с каждым движением вспоминала и выкидывала из головы все фразы о том, что талант либо есть, либо его нет, что в моей семье художник не я, что я «вообще же не рисую» и так далее.

Рисуйте, расписывайте, забывайте обо всём, представляйте живые образы, которые вы хотите вложить в рисунок, и пусть всё остальное отойдёт на задний план.

Дерзайте, и у вас всё получится! Воплощайте на ткани волшебные образы, и пусть они дарят вам бережную силу! И да придёт к нам осознание самого важного — куда эту силу направить.



гораздо дольше, но, как сказала Василиса Новикова, автор статьи «Жить в поместье и менять Мир к лучшему» («РЗ» № 5, 2017 г., стр. 16), «изделие с вышивкой облагает поистине бережными силами!». Хотя и в роспись мы вкладываем свои силы и энергию, и птичка, нарисованная на платье, будет оберегать вас и отвлекать взгляды. Ведь что такое роспись или вышивка, а также украшения, обереги-талисманы? Это отвлекающий манёвр. Интересно наблюдать: человек разговаривает с тобой, и его взгляд непроизвольно переходит на вышивку или украшение. Поэтому даже после общения с большим количеством людей, если ты находишься в вышитой или расписанной одежде, гораздо легче. Такое ощущение, что всю дисгармоничную энергию, если она была, одежда взяла на себя. И желательно потом прополоскать одежду, даже если она была негрязная, или проветрить.

После росписи необходимо ткань заглаживать утюгом через ткань без пара по несколько минут каждый рисунок. Нужно признать, что это занимает довольно много времени. После этого ткань можно стирать (лучше не сразу, через несколько дней) щадящим способом — вручную, без растирания в области рисунка. Шторы можно стирать в режиме полоскания в машине-автомате. Если есть какие-то пятна, то застирывать их нужно отдельно вручную. Но, как



Фестиваль ЭКОТЕХНОЛОГИЙ

Дорогие друзья, приглашаем в воскресенье, 13 августа 2017 года, в 16.00 на праздник «Здравствуйте, будем знакомы: поселение Богатырское», который состоится в рамках VI фестиваля экотехнологий в Ивановской области.

На празднике нашего поселения вы сможете познакомиться с жизнью семей поселенцев на своих Пространствах Любви, принять участие в играх, народных танцах и русских хороводах, увидеть выступления детского танцевально-коллектива «АС-симметрия» и фольклорного ансамбля «Дид-Ла-



платное. На фестивале будут ярмарочные ряды (ярмарочник платит за место). Обязательная регистрация на ЯРМАРКУ по этой ссылке: goo.gl/FT6rkw.

Проект некоммерческий. Все полученные средства расходуются на закупку экопродуктов и организацию питания, обустройство инфраструктуры и на проведение мастер-классов.

С условиями для мастеров и волонтеров можно ознакомиться на сайте <http://ecofest.gen-russia.ru> и в группе в ВКонтакте в разделе «обсуждения»: https://vk.com/ecotech_fest.

По всем организационным вопросам и оплате обращайтесь к Эрике Чернококовой по тел. 8-912-503-7761 (МТС в С.-Петербурге) или пишите на эл. адрес erika.chernokova@gmail.com.

да», а также ознакомиться с уникальной коллекцией одежды из льна и крапивы известного модельера, профессора, завкафедрой текстильного дизайна Ивановского государственного политехнического университета Натальи Мизоновой. Гости также увидят сказку о настоящей Любви, созданную в поселении Богатырское. Вход на наш праздник бесплатный.

VI фестиваль пройдет с 11 по 14 августа 2017 года по адресу: Ивановская область, Лежневский район, деревня Горшково (в 3 км от местечка Ломы).

Стоимость участия в фестивале:
– при оплате до 5 августа — 2600 руб. (с питанием);
– после 5 августа и по прибытии в дни фестиваля — 2800 руб. (с питанием).

Питание для всех по желанию. В стоимость включено парковочное место для автомобиля.

Участие детей до 18 лет бесплатное. Питание для детей — 200 руб. в день (по желанию).

Для всех трёхразовое вегетарианское питание.

Проживание в своих палатках в обустроенном палаточном лагере (туалет, летний душ, питьевая вода, раздельный сбор мусора).

Посещение всех семинаров, мастер-классов, ролевых игр без-



Здравушкины рецепты •



■ **Оксана Мицкевич**

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

Зелёные кубики из укропа

Восходящая луна — просто идеально время для сбора зелени. Каждый год мы высеваем свои любимые ароматные травы для заготовки зимних зелёных специй. Сейчас укроп был «в самом соку».

Решив не откладывать такое хорошее мероприятие «на потом», я решительно пошла на огород.

Собрав два ведра ароматных веточек, сразу принялась отделять их от стебельков. Через часик, вполне довольная собою, я посмотрела на проделанную работу.

На столе красовались две кучки внушительных размеров — то, что предстояло высушить, а затем измельчить. Но что делать с сочными стебельками? Просто выбросить, честно скажу, рука не поднималась.

А что если... Тут же перед глазами возникли симпатичные зелёные кубики льда для ароматизации зимних блюд и салатов.

Я раньше слышала, что замороженная зелень сохраняет свои свойства, если её отправить в морозилку вместе... с оливковым маслом. Чувствуя, что сейчас представился отличный случай для проверки, я принялась за дело!

Для начала нужно было хорошенько промыть стебли и дать воде стечь. Потом я их мелко порезала и отправила в кухонный комбайн, добавив на 250 г зелени 1 ст. л. лимонного сока, 3 ст. л. свежего оливкового (или другого сы-

родавленного) масла, 1 неполную ч. л. соли и 2 зубчика чеснока. Ах, да! Ещё немного чёрного перца из мельнички для пушщего аромата.

Слегка измельчив, чтобы зелень пустила сок и стала похожа на пасту (но не пюре!), я выложила эту вкуснятину в емкость для замораживания кубиков для льда и отправила в морозильную камеру (при этом съела несколько ароматных бутербродов).

Когда зелёные кубики были готовы, сложила их в маленькое ведёрко с крышечкой и отправила на хранение.

Никогда мы так бережно не относились к своим запасам, как к этим кубикам! Видимо, укроп, консервированный в масле, сохраняет практически полностью свой вкус и аромат.

Когда пришла зима, мы были восхищены этим способом сохранения зелени. Такой кубик придавал горячему борщу аромат лета плюс охлаждал готовое блюдо.

В любой каше или картошечке он был восхитительным дополнением.

Однажды я решила взбить пару кубиков вместе с греческим йогуртом (это может быть кефир, сметана или ряженка). Получился очень нежный укропно-чесночный соус, очень похожий на знаменитый греческий соус «Дзадзики».

А если вы захотите приготовить сыро-майонез, то тогда добавьте кубик... вспомните меня добрым словом!



Фестиваль «Двух сердец одна мелодия» 12–17 сентября 2017 г.

ПРП Ведруссия, Краснодарский край, пос. Ильский

Коллективу «Весёлые ведрусы» — 10 лет!

Наш самый традиционный фестиваль на 12-й год своего проведения ждёт снова всех в гости! Фестиваль для семей и для тех, кто в поиске.

Бархатный сезон. Предгорья Кавказа. Близость моря. Прекрасная атмосфера для общения, для получения навыков и практик, для оздоровления и настроения, для себя и для своих близких. Очень душевно!

Знакомства. Дружба. Укрепление семьи. Работа в команде. Практики. Образование пар. Встреча любимых — столько историй! Обряд венчания.

Тема года: Весёлые ведрусы.

Планируем много веселиться!

По окончании нашего фестиваля начнётся фестиваль на Возрождении, в долине реки Жане.

Подробнее здесь: https://vk.com/dvuh_serdets_odna_melodiya.

О всех событиях — на страничке «Весёлых ведрусов» в ВКонтакте (в разделе «Группы») набрать «Весёлые ведрусы» и на отдельных страничках фестивалей.

Творческая линия фестивалей — Виталий Пелевин: 8-918-451-1007, эл. адрес: kparis007@bk.ru.

Техническая линия фестивалей — Игорь Мауль: 8-918-665-5684, эл. адрес: maul82@mail.ru.



До совершеннолетия я часто болел, с тех пор у меня «аллергия» на запахи медуцереждений и недоверие ко всем фармакологическим средствам. В конце концов, я сам, взаимодействуя с Природой, поставил себя на ноги.

Дал себе установку на то, что спасение болеющих — дело рук самих болеющих. Бывают исключения, например, наследственные заболевания, травмы, и т. д., но в большинстве случаев человек «шагает» или «подползает» к своей болезни сам. Ни один врач не знает о человеке больше самого больного. Так зачем тратить время на поиск хороших врачей среди плохих и раскошелиться, расписываясь в своей беспомощности?

Солнце, свежий воздух, природная вода, естественные физические нагрузки, баланс между энергетическими затратами и употреблённой пищей — вот перечень моих бесплатных лекарств. Если организм рассчитан эволюцией на нагрузки, то их нужно давать.

«Бегство от врачей». «Вирус самодостаточности» давно сидит во мне. Когда на 4–5 курсах мне надоело зависеть от капризов транспорта, я стал бегать 15 км на занятия в институт. Особенно не упираясь, укладывался в 1 час 15 минут — немного дольше трамвая с учётом ожидания его на остановке. Правда, бегал не каждый день, но доводил число циклов «туда и обратно» до трёх (понедельник — среда).

Всегда испытывал удовольствие от ходьбы, поэтому, располагая временем, никогда не спрашивал дорогу в незнакомых городах: «самодостаточный ничего ни у кого не спрашивает». Турпоходы вместо «погоны за бабками» и внешний признак самодостаточности — рюкзак «распрямляли» мне извилины после интенсивной учебной, а затем научной работы.

Спустя 40 лет я по-прежнему почти не пользуюсь транспортом на расстояниях до 10 км, даже с рюкзаком в шестую часть веса (10 кг). Хорошая зарядка перед сидячей работой дополняется снижением транспортных расходов.

Турпоходы интересны находками, но притягательно созидание, поэтому я начал превращать в походы маршруты на свои дачи. Например, привычный маршрут с 20 килограммами на 20 км от железнодорожной станции Вешкайма до деревни Котьяковка. Меньше всего утомляет грунтовая просёлочная дорога, где не встречаются ни машины, ни люди.

Уже несколько десятилетий на такие расстояния пешком никто не ходит, а мне это доставляет удовольствие. И детям в охотку — не жаловались. С одним 10-летним племянником прошли из города до деревни 120 км (из них 80 км по шалам). С другим племянником, его ровесником, прошли по обочине автотрассы и просёлкам 100 км за сутки. Дочка в 4 года накручивала по станции часа три со средней скоростью пешехода, а недавно, в 13 лет, стала победительницей в «Кроссе нации» (Краснодар) на дистанции 3000 метров.

Спортивные залы и тренажёры — условно полезная трата времени. Важны упражнения на свежем воздухе, приносящие реальные результаты. Импровизированное строительство из природных материалов (грунт, дерево, камень) и строительных отходов — это гармонично развивающее времяпрепровождение с результатами в виде дачных строений, которые окупают себя уже в ходе возведения или низведения.

Лопата и пила-ножовка — лучшие из придуманных человечеством «тренажёров». Земляные работы задействуют все группы мышц, а ножовка тренирует руки и дыхательную систему.

Земляные работы и особенно ходьба не связаны с кислородным долгом (аэробные упражнения), поэтому их можно использовать... для «еды», утилизируя в эндогенном режиме (без поступления пищи) имеющиеся жировые запасы. Чувство голода возникает тогда, когда человек прекращает работу или останавливается. Слабость появится, когда будут существенно исчерпаны запасы гликогена, экономно расходующиеся на сжигание жировых депо.

Предпочитая в транспорте положение стоя, не понимаю, какое удовольствие доставляет скрюченная поза в автомобиле — самая вредная для внутренних органов при наличии остатков пищи. Наши предки были вынуждены

рой родниковой воды, затем двумя стаканами некрепкого и не сладкого чая. От сладких напитков, кроме овощного отвара, отказался вообще. Структура кипячёной воды такова, что лучше усваивается клетками (утоляет жажду).

После очищения организм готов к ходьбе или физической работе без завтрака. Наличие пищи ни в желудке, ни в кишечнике нежелательно, поскольку препятствует движениям достаточно высокой интенсивности. При запланированной интеллектуальной работе хорошо натощак подкрепиться фруктами или овощами, например, яблоками или сырой тыквой — это не помешает положению сидя.

Клетчатка быстро покидает желудок и оказывается в распоряжении кишечных бактерий. Этим обеспечивается продолженное насыщение, поэтому фрукты или овощи, потребляемые в большом объёме, должны составлять отдельный приём пищи. Морковь и

де с любым видом сладких продуктов (кроме жидкостей). Работа за компьютером способствует тщательному пережевыванию. Энергетическая подпитка позволяет добиться какого-то результата (например, в отладке программы), чтобы сменить вид деятельности в состоянии относительного удовлетворения, не испытывая комплекса неполноценности.

Важно, что хлопья смачиваются только слюной, это позволяет не перегружать желудок (что нежелательно при сидячем положении). Дефицит жидкости восполняется чаем. Специфика творческой работы заключается в том, что, оторвавшись от неё, бывает сложно включиться по истечении даже небольшого промежутка времени.

Чувство голода и потребность в продуктах. Не так важно, что есть, важно, сколько есть, чтобы не испытывать чувство голода. Недостаток тех или иных веществ

чревоугодия, который регулярно обновляет серьёзной физической нагрузкой запасы гликогена и жира при малобелковом рационе.

Взрослому человеку требуется для воспроизводства снашивающихся тканей немного белка, особенно при умственной или аэробной работе. Употребление животной пищи в энергетических целях засоряет организм продуктами неполного сгорания, вызывающими отравление в виде сонливости и невозможности немедленно продолжать работу (что называется, от чрезмерной сытости).

Для выполнения любой работы необходима, прежде всего, энергия, а её экологически чистым источником являются не белки и даже не жиры, а углеводы — ягоды, фрукты, овощи и содержащие крахмал продукты. Если белки, жиры и углеводы оценивать как топливо, то они соотносятся примерно как уголь, древесный уголь и природный газ.



Без врачей: о самоконтроле жизнедеятельности

много ходить пешком, ускоряться, поэтому мы идеально приспособлены для этого вида движения, настолько идеально, чтобы испытывать удовольствие.

Мы привыкли питаться «по часам», не учитывая фактический расход энергии. Поэтому ткани организма плохо обновляются (мышцы «засаливаются», жир не заменяется), что создаёт питательную среду для очагов болезнетворных бактерий. Между тем не обременённый избыточной массой организм сам справляется с инфекцией, она попросту идёт в пищу.

Сон и запуск организма. Наиболее полноценным является сон на свежем воздухе при пониженной температуре помещения. Одновременно это является закаливающей процедурой. Через поверхность головы излучается до четверти тепла, выделяемого организмом, поэтому голову (до нождрей) нужно покрывать накидкой, пологом (в зависимости от температуры среды).

Во время сна избыток влаги выделяется потом или через почки, поэтому к утру организм обезвоживается. Я «запускаю» организм после пробуждения сначала несколькими глотками сы-

свёклу употребляют с подсолнечным маслом, которое прихлёбывается из бутылки.

При физической работе жажда утоляется водой (чтобы не расслабляться), а при умственной деятельности — горячим чаем. Чёрный чай хорошо снижает избыточное «закисление» организма после яблочного приёма. Исползованную заварку я не выбрасываю, а съедаю с кашей или хлебом. Это лучше нейтрализует кислую реакцию кишечника.

Основной приём пищи. Через час-два после яблочного (кислотного) завтрака можно делать основную (щелочной) приём пищи. Для меня это каша из какой-то крупы или сочетания двух круп. Например, пшено с гречей, греча с овсяными хлопьями, горох или фасоль и т.д. по доступности и с учётом цены. Обязательно для вкуса и сытности добавление в тарелку подсолнечного масла (лучше нерафинированного). Соль способствует снятию оскомины после приёма ягод или фруктов. Она нужна также для компенсации поступления калия с овощами, но добавляется уже в тарелке.

Лет 20 я практикую употребление овсяных хлопьев в сухом ви-

может в какой-то мере компенсироваться пребыванием в природной среде (на солнце) и физическими нагрузками.

Людам с избыточным весом свойственно ложное чувство голода из-за неправильного пищевого поведения и образа жизни. Без завтрака они не являются бойцами, а раннее поступление пищи прекращает ночной режим энергообеспечения, при котором расходуются жировые запасы организма.

При экспериментах с рациональным питанием необходимо контролировать эмоциональное состояние и способность выполнять обычные виды физических и умственных работ. Вес тела должен колебаться (под влиянием нагрузок) относительно физиологического оптимума, соответствующего юношескому весу данного человека.

Сезонное питание, употребление тех или иных продуктов от случая к случаю были свойственны рациону наших предков. Впоследствии оздоровительный эффект разгрузочных периодов был оформлен в систему религиозных постов. Конечно, незачем постигаться человеку, начисто лишённому

Избыток углеводов можно сгнечь ударной физической нагрузкой. Жировые депо пошатнуть сложнее: сначала нужно затратить энергию на превращение сложных углеводов в воспламенитель — гликоген. Животные белки вообще не горят, нужно сначала из них путём энергоёмкого синтеза получить углеводы или жиры. В то же время растительные белки и жиры, поступающие вместе с углеводами, легко усваиваются.

Диетические изыски выживальщика. Углеводный крен в питании предпочтительнее белкового доминирования, поскольку углеводы доступнее, быстро снимают чувство голода, создают рабочее настроение, экономят ресурсы организма на переработку пищи. Однако жёсткие рекомендации на использование тех или иных продуктов неправомерны.

Многое определяет пищевое поведение, сложившееся в течение жизни человека, индивидуальные особенности пищеварительной системы, доступность определённых продуктов в силу трудовой деятельности. Например, мою самодостаточность во многом определяла яблоки. Я их ем, сколько себя помню и на дачу



хожу чаще, чем в магазин за крупами и подсолнечным маслом.

Предпродажная обработка обычно ухудшает питательную ценность натуральных продуктов, хотя значительно повышает цену. Поэтому лучше купить пшеничной крупы, чем белого хлеба. Ржаной хлеб лучше белого, но хуже любой крупы. В оценке крупы следует исходить из её сравнительной стоимости, содержания белка и сложности приготовления блюда. Кстати, яблочные семечки идут в кашу как белковая добавка.

Радикальное снижение затрат на питание у меня начинается в мае — с появлением цветов одуванчика и яблоневого цвета. Уже с марта весомую роль в нормализации обменных процессов и выработке витаминов играет солнечный свет. В конце мая — начале июня (до появления земляники) можно подкрепляться зелёными яблочками. Земляника и клубника сменяются малиной, которая плодоносит до созревания ранних сортов яблок.

Ну а яблоки в рационе закрывают самый продолжительный и сложный в отношении погоды период — с конца августа по март. Груши быстро перезревают и портятся. Яблоки не боятся мороза в несколько градусов, а если ударит сильнее, то фруктоза мякоти преобразуется в сахарозу, и энергетическая ценность плодов увеличится. Они так и останутся висеть на ветках, их можно будет по мере потребности снимать пластиковой бутылкой на рейке или выкапывать из-под снега.

В зимнее время двигательная активность снижается, и физическая форма ухудшается, поэтому регулярные походы за родниковой водой и на дачу оказывают весьма кстати. В это время ходьбу естественно (для согревания) сочетать с ускорениями.

Сжигать калории также важно, как приобретать их с пищей. Это единственный процесс жизнедеятельности. Но не нужно рассчитывать, что съеденная час назад пища согреет вас на морозе. Она будет лежать в желудке мёртвым грузом, а организм станет расходовать больше энергии на согревание желудка. Деформированная пищей диафрагма будет препятствовать дыханию при согревающих движениях, и прогулку лучше прекратить.

Зимой требуют защиты голова, шея, тазовый пояс и пальцы рук. Остальные части тела согреваются при движении достаточно лёгкой одеждой. Сверхвозможности в части закалывания организма приходят с годами. Далеко не все спят и летом, и зимой при открытой форточке или на балконе, завершают горячее купание холодным, обсыхают, а не вытираются после купания.

Самодостаточный выживальщик представляет малый интерес для врачей и общества потребления в целом. Он не дитя цивилизации, чтобы обогащать бизнес-индустрию неугомонных инфекций, лекарств и прививок от них. Его можно заморозить, но нельзя простудить.

Самоконтроль — важнейшая составляющая здорового образа жизни. Не поддаваться сформированным рекламной пропагандой желаниям — значит, сделать большой шаг в сторону поддержания здоровья организма. Но необходимо также ежедневно следить за тем, чтобы всё вредное выводилось из организма. У человека, если он хочет жить хорошо, нет иного выхода, как следить за собой и оставаться здоровым.

Владимир ФИЛАРЕТОВ.

www.razumei.ru/lib/article/3309



30 правил питания от Первой леди йоги

Евгения Васильевна Лабунская-Петерсон, известная всему миру как Индра Деви, стала Первой леди йоги, человеком, который открыл йогические практики не только Европе и Америке, но и СССР.

Родилась Евгения Петерсон в 1899 году, а умерла в 2002, ей было 103 года. За свой долгий век она несколько раз кардинально меняла жизнь — от светской дамы до матаджи, то есть «матушки», духовной наставницы. Она объездила полмира, среди её знакомых были и голливудские звёзды, и индийские философы, и советские партийные деятели.

В своей книге «Йога для вас» Индра Деви описывает принципы питания, которые соблюдала сама и рекомендовала своим ученикам.

«В нашем доме на полке кладовки вы никогда не увидите ничего консервированного, запечённого, отбеленного, рафинированного или как-либо иначе обработанного. Мука из цельного зерна заменяет белую муку; кориичневый (необработанный) рис — белый шлифованный рис; мёд заменяет белый сахар и на столе, и на кухне, даже нерафинированный сахар мы стараемся не употреблять.

Какао и шоколад тоже отсутствуют. Лично я равнодушна к десертам. Обычно я пью кофейные напитки (цикорий) с сырым козьим молоком или молоком из соевых бобов, из разных сборов травяной чай, пахту, свежие овощные и фруктовые соки, много свежей воды с лимоном или без него.

Лимон мы используем также вместо уксуса. Мы едим все виды сезонных овощей в сочетании со свежими и сухими травами, лук и чеснок». «Я сама наблюдала почти невероятные трансформации и выздоровление людей, начавших заниматься йогой, изменив при этом свой рацион питания. Я тоже из их числа».

«Каждый человек только выиграет от более разумной и сба-

лансированной диеты, ведь правильное питание медленно, но верно разрушает здоровье всех людей.

Поэтому если вы хотите вернуть или сохранить хорошее здоровье, не пренебрегайте следующими правилами, которым я следую в своей повседневной жизни.

1. Никогда не пить воду со льдом, особенно за едой, поскольку это нарушает естественную циркуляцию желудочных соков и мешает пищеварению. Привычка пить воду со льдом — это американский национальный грех перед здоровым пищеварением.

2. Выпивать стакан свежей, чистой воды комнатной температуры утром натощак и вечером перед сном. Можно добавить немного лимона. Горячая вода или чай из трав с лимоном или мёдом в жаркий летний день хорошо освежает и даёт ощущение прохлады.

3. Выпивать от 5 до 8 стаканов воды в день.

Наряду с воздухом вода нам жизненно необходима. Восемь десятых нашего физического тела состоит из воды. В день мы выделяем около 2,5 л воды. Дефицит воды часто является причиной запоров и закупорки прямой (толстой) кишки, дисфункции печени и почек, а также непроходимости кишок.

4. Не пить воду во время еды, но за полчаса до или через 2–3 часа после еды, чтобы не нарушать процесса пищеварения, разбавляя желудочный сок.

5. Пить воду маленькими глотками, а не залпом.

6. Чтобы «оживить» утраченные во время кипячения воды элементы, следует перелить воду из одной ёмкости в другую несколько раз. Такая вода даёт лёгкий бодрящий и стимулирующий эффект, который отсутствует в «неживой» и «безжизненной» воде.

7. Полезнее есть фрукты, чем пить фруктовые соки.

8. Приготавливая свежий сок из моркови, редиски, свёклы и

пр., добавьте немного зелёной ботвы.

9. Алкоголь, чай, кофе, какао и шоколад не рекомендуются, потому что кофеин и теобромин являются допингом (стимулятором).

10. Молоко — это пища, а не жидкость. Его следует пить маленькими глотками, иначе может случиться расстройство желудка.

11. Насыщенность пища не та пища, которую мы потребляем, а только та, которую оно может усвоить.

12. Тщательно выбирайте ту пищу, которая наиболее подходит. Не менее тщательно, чем вы выбираете платье, шляпу или галстук. Сначала нужно поэкспериментировать: попробовать разную пищу и разные комбинации, чтобы выбрать тот рацион, который наиболее подходит вашему организму.

13. Избегайте всех «безжизненных» продуктов: консервов, шлифованного риса, белой муки, рафинированного сахара. Употребляйте нешлифованный рис, муку из цельных зёрен, коричневый сахар или мёд. Не увлекайтесь конфетами, выпечкой, а также уксусом.

14. Тщательно пережёвывайте пищу, особенно богатую крахмалом, так, чтобы она достаточно смачивалась слюной. Иначе, не обратившись под воздействием слюны в глюкозу, крахмал оседет в желудке и будет разлагаться там несколько часов.

15. Поджаренный (в виде тостов) или чёрствый хлеб полезнее свежего. Но не ешьте хлеб, запивая его жидкостью. Пусть зубы поработают как следует. Сначала выпейте жидкость, а потом ешьте хлеб. В этом случае слюна переработает крахмал в глюкозу.

16. Не ешьте больше одной порции крахмала за один раз. Например, если вы съели порцию риса, откажитесь от хлеба, картошки, макарон, пудинга и т.п.

17. Если вас беспокоит сильная перистальтика, рекомендуется так составить меню, чтобы крахмал и протеин не потребля-

лись вместе, особенно с серосодержащими продуктами, такими, как горох, капуста, цветная капуста, яйца, репа и т. п.

18. Не выливайте воду, в которой варились овощи. Её можно пить или использовать для приготовления супа, подливки. Картофельная вода тоже очень полезна.

19. Не выбрасывайте ботву моркови, свёклы, редиса, пастернака; свяжите их в пучок и положите в суп (ботву свёклы следует сначала ошпарить кипятком). После того как суп будет готов, пучок выбросите.

20. Овощи следует варить в малом количестве воды на медленном огне, а ещё лучше совсем без воды, в специальных ёмкостях на пару.

21. Избегайте жареной и жирной пищи, потому что она усваивается ещё медленнее, чем просто жир. Жир покидает желудок последним, углеводы — первыми, за ними — протеины.

22. Все животные жиры, такие, как свиное сало, маргарин, яйца, масло и молочные продукты, повышают уровень холестерина в крови и могут быть отнесены к ненужным для нашего организма жирам.

23. Более всего холестерина в мозгах, желтке яйца и печени; менее всего — в молоке, твороге и рыбе.

24. Любая пища, богатая животными жирами, опасна. Высокий процент жира и низкий процент протеина препятствуют действию ферментов.

25. Помните, что в вопросах питания и здоровья важное место занимает не только количество потребляемых калорий и жира, но также и состав этого жира. Например, в состав бекона (копчёная свиная грудинка) не входит ничего, кроме калорий: ни витамины, ни минеральные соли.

26. Разогревая пищу, содержащую любые жиры (включая растительные масла), несколько раз, мы делаем её всё более несъедобной с каждым разом. Тот же эффект мы получим при повторном использовании жира, оставленного на сковороде или при поджаривании пищи во фритюре.

27. Важнейшее правило, однако, не имеет отношения ни к количеству и качеству пищи, ни к способу её приготовления. Самое главное — это ваше отношение к этой пище в момент трапезы.

28. Процесс насыщения должен быть неторопливым, очень важно, чтобы он приносил удовольствие и проходил в дружеской компании и приятной обстановке.

29. Пища, поглощаемая в состоянии стресса, раздражения или плохого настроения, вызывает токсические изменения в организме. Поэтому в таком состоянии лучше вообще не садиться за стол, а подождать, пока настроение нормализуется.

30. Постарайтесь избегать неприятных разговоров за едой. Красиво сервированный стол делает трапезу ещё более приятной, так же, как улыбка, весёлый разговор, красивый цветок или картина. Благословите свою пищу, и пусть она принесёт вам радость. Неприятные новости никогда не следует высказывать за едой или непосредственно перед едой. Это может нанести вред не только пищеварению, но и всему организму».

<http://ecology.md/page/ej-103-goda-i-ona-nauchit-tebja-pravilno-pitsja>

Родительский эгоизм

Они мало читают, пишут с ошибками, дерзят... И вообще непонятно, что с ними будет в жизни

Долгое время я не могла понять, почему вокруг так много родителей, обеспокоенных ранним развитием своих малышей, фанатично гонящихся за дошкольными чтением, математикой, логикой, хореографией, музыкой и рисованием, и почему их вообще нет среди родителей подростков.

Ведь все дозы внимания, поощрения, восторга и надежд, которые из щедрого семейного ушата изливаются на малыша, вся эта гордость, внимание, «с ног сбиваюсь, чтобы успеть на все кружки и занятия» и кучи фоток с детсадовских утренников так нужны нашим подросткам, которым без пяти минут — уже в жизнь, на работу, в семью и строить свой собственный дом! И если любой ребёнок, посещающий школу, научиться там и так всему тому, что предлагают многочисленные кружки, то подростку — потратить родители на него столько времени и внимания, как в раннем детстве — очень бы повезло.

Но почему-то при переходе в класс эдак третий всё затихает. Остаются только профессионалы — спортсмены, музыканты, участники серьёзных вокально-инструментальных и танцевальных коллективов. А остальные — все эти милые, похожие на мишек, воспитанники различных «Ладушек», «Солнышек», «Ручейков» и прочих развивающих центров — где они?

По моему мнению, ответ прост и страшен. Он упирается в вопросы эгоизма. Родительского.

Когда ребёнок мал и весело топает куда угодно, нам с ним понятно, просто и «на одной волне». Куда смотрят родители, туда бегут и маленькие ножки. Но когда личность потихоньку расправляет плечи и осваивается в этом мире, начинает испытывать собственные, никем не продиктованные желания, возникает своеобразный «конфликт версий». И если со всеми этими милыми «топотушками» и прочими ладушками родитель чувствует абсолютное принятие, то проявления личности растущего ребёнка сводится большей частью к «брось, это несерьёзно», «снова глупостями занимаешься», «на что ты тратишь своё время?», «не смей перечить родителям», «мы все желаем тебе добра», «ты нам ещё спасибо скажешь», а также: «закрой рот», «ты меня до инсульта доведёшь»...

Как правило, увлечение «развитием» затихает к окончанию начальной школы, и там уже каждый идёт своей дорогой — родители и их подростки, ставшие «неправильными» дети, которым вдруг «ничего не надо», которые «ничем не интересуются».

Откровенно говоря, я встречала совсем немного родителей, искренне довольных своими детьми, принимающими их такими, какие они есть, без досады и умалчиваемых компромиссов, как было с их младенческим плачем, зубками, «покаками» и вывернутой на себя кашей. В большинстве случаев подросток превращается в прогоревший проект, утонувший нерентабельный филиал конторы собственного родителя. Ведь когда всё только начи-



нается, к ребёнку относиться как к лучшей части себя, к непорочному вместилищу огромного потенциала, использовать который решается так... Так, как НУЖНО, конечно же.

Большинство родителей стыдятся своих подростков. Они ведь не такие, как хотелось бы: совсем не та чистая тетрадь, которую мы начинали, бывало, в собственном детстве, с чётким намерением писать в ней только на «отлично». Они «ничего не умеют» и интересуются не тем, чем надо. Они мало читают и проводят много времени в соцсетях. Они пишут с ошибками, дерзят, не убирают в своей комнате и вообще непонятно, что с ними будет в этой жизни.

Если честно, я тоже так думала какое-то время, пока однажды не поймала себя на мысли, что он, ещё ничего не сделав, уже просто раздражает меня. И на второй мысли: это, наверное, одна из самых больших трагедий во всех семьях, которая разрушительно действует не только на жизнь этого юноши, а и его собственных будущих детей. Я рассматривала его не как его самого, а как строптивый убыточный филиал моего головного офиса, нарушающий корпоративный стиль, философию и идеологию, принятые в моём доме, в моей семье. И вот тогда у нас всё стало иначе.

1. Я принимаю сына таким, какой он есть, со всеми его качествами, которые мне отчаянно хотелось бы в нём искоренить

Есть ряд правил, которых мы придерживаемся все: например, никогда не говорим плохие слова, даже «чёрт» и «задница» в стенах нашего дома не звучат. Ещё нужно чистить зубы два раза в день и каждый день надевать новую пару носков и белья. Но очень многое другое (фильмы, музыка, общение с друзьями, социальные сети) — его личное дело. Не только его достижения — мои достижения, но и его страх — мой страх, его слабость — моя слабость. Часто мы отказываем нашим детям в праве на личные антипатии, обиду и разочарования, относимся как к роботам, обязанным выполнять коман-

ды и слушаться, а также любить только то, что любим мы.

2. Я слежу за тембром своего голоса и интонациями

Подростки так устроены, что при общении с родителями слышат, как в первые месяцы своей жизни, интонацию, а потом уже интонацией весь смысл сказанного теряется. Фразу «давай скорее, мы опаздываем» можно сказать совсем по-разному.

3. Я перестала воспитывать и делать замечания

Исключения: нехорошие слова, зубы, носки. Это годилось до поры до времени — делай то, не делай этого. Я ведь желаю тебе добра. Потому что я так сказала. Ребёнку было комфортно быть ведомым, и указания родителей воспринимались как помощь. Но в определённом возрасте потребность в постоянных замечаниях отпадает. Нас раздражает, что наши дети делают часто то, что мы считаем им не нужно делать. Но, если честно, сколько же мы сами делаем того, что не нужно делать! Едим сладкое на ночь и сидим в соцсетях, любим поболтать и побездельничать перед телевизором. Подросток — такой же человек, как мы.

4. Ежедневно я даю ему личное время

Когда мой сын приходит из школы, я кормлю его, он моет посуду и потом имеет гарантированное время для себя. В школе у него по шесть-семь уроков, это довольно тяжело, в первую очередь, морально. И у него есть то время, когда его никто не будет трогать, упрекать и советовать, чем можно было бы заняться.

5. Для внешнего мира мы — команда

А членов своей команды не предадут и не наезжают на них при неприятелях. Мы можем устраивать разбор полётов, только хорошо спрятавшись от посторонних глаз и ушей. Сын точно знает, я — на его стороне, я не брошу его

один на один с его идиотским поступком. Поступок мы раскритикуем, разберём в составляющие, а его самого — нет. У него в этом большом мире очень классный и верный проводник. Мне можно доверять. Его не имеет права воспитывать никто, кроме учителей в школе и родителей. Даже если он не прав, на людях прошу за него прощения я, а устраиваю разборки дома, тщательно пресекая попытки родственников, знакомых, прохожих дать советы. Это только кажется, что мир добр по отношению к детям. Они в какой-то момент становятся необычайно уязвимой частью общества, многие — от дальних родственников до попутчиков в общественном транспорте — относятся к подросткам с необъяснимой раздражённой предвзятостью («ишь какой вымахал», «ничего, подождёшь»), словно обвиняя в краже умильно-го малыша, которому все раньше улыбаются и дарят конфетки.

6. Я слежу за тем, как отношусь к другим людям, к окружающему миру, к жизни

Невозможно воспитать словами — ребёнок копирует поведение родителей. Невозможно ожидать уважения и доброжелательности от того, кто каждый день видит ругающихся родителей. Невозможно научить не врать тому, кто сам часто нарушает своё слово. Не может быть спокойного, уравновешенного ребёнка у истерической матери («подсевшие» тихие дети на фоне буйных родителей кажутся спокойными, но это не та уравновешенность, о которой я говорю).

7. Поскольку у нас не так много времени для общения, я устраиваю сыну «приёмные часы»

Это время, когда мы, как на рабочей планёрке, можем обсудить ход дел и выразить пожелания и замечания к работе друг друга. Ничего личного, просто рабочие вопросы: всего ли тебе хватает, сколько что стоит в школьной столовке, нужно ли мне подойти поговорить с учителями, хорошо ли

пишут твои ручки и нужно ли помочь обернуть учебники, какие трудности в учёбе, помочь ли найти лекции по новым темам (особенно, если они скучные); давай подумаем, хватит ли твоих сил или нужно искать помощь репетитора, высыпаться ли ты, как ты себя вообще чувствуешь... Некоторые обязанности сыну не по душе, но у нас есть возможность спокойно и по-деловому их обсудить и в зависимости от школьной нагрузки перераспределить. И нас никто не будет перебивать. Сын, не боясь неадекватных реакций, может спокойно озвучить то, что его не устраивает в жизни, что хотелось бы поменять, где он сомневается, где ему хорошо. Я объясняю, где могу содействовать, а где нет (и по каким причинам). Во время этих совещаний мы спокойны и открыты друг другу, у нас получаются очень классные конструктивные беседы. Если нам нечего обсуждать, мы включаем фильм, который он хочет мне показать, и мы его смотрим, а потом обсуждаем.

8. Я не веду с подростком провокацию

Подросток — это маленький хищник, который из ласкового котёнка превращается в сильного зверя с новыми инстинктами. И иногда порывает. Тут очень важно заткнуть в себе родителя, который «не допустит» и понять одну простую вещь: все мы разные в разный период своей жизни. Всему своё время. У подростков просто время такое сейчас — порывать.

9. Я уважаю тело подростка

Ему самому странно, что всё так поменялось — вымахало, вытянулось, на ногах появились волосы. Ломается голос и пахнут подмышки. Иногда хочется это всё спрятать, ведь это уже не тот маленький мальчик, достойный любви по умолчанию. Если эти ноги, волосы и подмышки съели любовь по умолчанию, может, они плохие и их нужно стесняться? Моя работа заключается в весёлом одобрении всего происходящего с телом моего сына. Ещё я держу полную уважения дистанцию. Она распространяется не только на тело, но и на личные вещи. Я не имею доступа к белью, к носкам и стараюсь пореже прикасаться к его полкам в шкафу.

10. Я думаю о его будущем, ориентируюсь на его желания, мечты и внутренний мир

Мне абсолютно всё равно, чем мой сын хочет заниматься в жизни (кроме незаконного, конечно), моя задача — показать ему, как с помощью того, что ему нравится, можно зарабатывать деньги. Я верю, что деньги можно заработать на всём, когда что-то действительно нравится. Я ишу ему варианты со специальностями в разных университетах и техникумах, где учат тому, что ему нравится, мы вместе изучаем сайты вузов, смотрим видео и фото с разных факультетов, изучаем описания профессий и сайты с объявлениями о работе, где видно, кто сейчас востребован и сколько за это платят. Когда мне попадает на глаза то, что, кажется, будет интересным ему, кидаю ссылки в скайп. Когда он не может определиться, мы останавливаемся на нескольких вариантах, просчитываем, как оно — и будущее видится уже вполне конкретным.

Ольга ЯЦЕНКО.

<http://d-yatsenko.livejournal.com/187921.html>



Биологи вспомнили о давно забытом или искусственно преданном забвению и высмеянном официальной наукой явлении — телегонии, вновь доказав его реальность.

Общеизвестно, что генетический материал будущего ребёнка в равной степени состоит из ДНК матери и отца, однако учёные доказали, что не меньшее влияние оказывают «левые» гены бывших сексуальных партнёров.

Исследователи, изучающие дрозофил, обнаружили, что на размер потомства оказывает влияние, в том числе, и размер предыдущего партнёра самки.

Как отмечает Daily Mail, учёные установили, что химические вещества, содержащиеся в семенной жидкости самцов, имеют куда более длительный и важный эффект, чем считалось ранее.

Они выяснили, что организмы мух не просто «усваивали» информацию о партнёрах, с которыми они даже не производили общего потомства, но и частично передавали её потомкам от других самцов.

Специалисты уверены, что подобное свойственно и человеческому организму.

Теория под названием «телегония» не нова. Её предложил ещё древнегреческий философ Аристотель.

Само слово «телегония» происходит от греческого словосочетания «рождённый вдали от отца» и относится к легенде о мифическом сыне Одиссея — Телегоне. Согласно этому мифу, Одиссей погубил случайность и его незнание о своём сыне, рождённом вдали от него.

Именно эта теория стала одной из причин, по которым в древности были запрещены браки царей с разведёнными. Предполагалось, организм женщины передаёт детям информацию о бывшем муже, и наследники царя становятся «не чистой крови».

Голубятники или собачники знают: если непорочный самец «попортил» самку, то даже если потомство не появилось на свет, при скрещивании с породистым самцом у неё уже не получится «элитного потомства».

В Советском Союзе о телегонии вспомнили в шестидесятые годы прошлого столетия. Через



го генетического наследования у дрозофил, заявил: «Традиционная наука предполагает, что передача ДНК отца при спаривании осуществляется только в случае зачатия плода, однако мы считаем, что процесс гораздо сложнее».

Исследование мух, проведённое им в 2014 году, позволило установить, что самка непрерывно связана с предыдущими партнёрами. Более того, если потомство было зачато последующим, то его размер зависел вовсе не от отца, а от предыдущего «любownika».

Профессор считает, что такой эффект «долгоиграющих химических элементов», передающихся самке от особи мужского пола, выработался в процессе эволюции. Организм самки мухи хранит ДНК всех предыдущих партнёров и «выбирает» лучшие, встраивая их в потомков.

Кроме того, по словам профессора, то же самое прослеживалось

Дети получают часть ДНК бывших любовников матери

девять месяцев после всемирного молодёжного фестиваля 1958 года в Москве родилось немало чёрных младенцев. Этому мало кто удивился, и основная часть новорождённых тут же пополнила местные дома ребёнка. Но через несколько лет в некоторых московских семьях неожиданно стали рождаться негритята.

При этом несчастные мамы признавались, что первый половой контакт они совершили несколько лет назад во время фестиваля с гостем из Африки, а ребёнок родился годы спустя от своего белого супруга, которому даже и не думали изменять.

Известен также скандал со студенткой МГУ из элитной семьи, которая родила чернокожего. Выяснилось, что у неё когда-то до белого мужа был сокурсник-любовник негр.

В результате многочисленных исследований было установлено, что эффект телегонии распро-

страняется на людей так же, как и на все высокоорганизованные биологические виды.

Если зачатие ребёнка предшествовали половые отношения его матери с одним или более партнёром помимо отца по плоти этого ребёнка, то у рождённого встречались и элементы хромосомного набора этих людей. При этом на результат не влияло использование противозачаточных препаратов.

Позже генетики дискредитировали и высмеяли теорию телегонии, назвав её заблуждением. Официальная наука признала эту скандальную теорию мифом.

Естественно, что и в настоящее время у теории телегонии бесчисленное множество противников. Она вызывает яростные нападки, над ней иронизируют, однако всё больше учёных заявляют об обнаружении генетических мутаций хромосомной цепочки ребёнка, которые мож-

но объяснить только телегонией.

По свидетельству директора Шведского института молекулярной биологии Артура Мингрейма, анализ ДНК одних и тех же людей в разные периоды их жизни позволил установить, что у женщины после родов в ДНК происходят заметные изменения — у неё появляются гены отца её ребёнка. Шведские учёные выяснили, что несущая в себе цепочки ДНК гиалуроновая кислота, находящаяся в мужских слизистых выделениях, во время близости попадает в яичники, где хранятся яйцеклетки, и внедряется в них. Таким образом, женщина, даже не забеременев, будет нести в себе яйцеклетки, в которые окажутся встроены цепочки ДНК всех её предыдущих половых партнёров.

В свою очередь, профессор Рассел Бондуриански (Russell Bonduriansky) из Университета Нового Южного Уэльса в Австралии, который обнаружил систему тако-

при изучении гиббонов и ястребов. Их самки передавали потомству от последнего «мужа» «бонусы» от наиболее сильных мужских предшественников вида, с которыми вступали ранее в кратковременные браки без рождения потомства.

«Отцовская ДНК является слишком сложной системой, которая ещё мало изучена», — сообщил Бондуриански, отметив, что теория телегонии прекрасно работает и на химическом уровне, несмотря на то, что предполагает обмен информации с помощью биополя.

Он также предположил, что данная теория может относиться и к мужским особям: информация о всех предыдущих партнёрах, возможно, способна закрепиться в организме самца и передаётся потомству через мать. Впрочем, исследования в данном направлении Бондуриански пока не проводил.

www.ridus.ru/news/214366

Приглашаем на Фестиваль Мира 12–13 августа

Татарстан, Альметьевский район, с. Каськи, ПРП Радостное



Наш фестиваль для тех, кто ведёт здоровый и активный образ жизни, живёт в дружбе с природой и готов узнавать новое.

В программе фестиваля:

- мастер-класс по уникальной методике «Работа с подсознанием», ведущая Аида Бикушева (г. Альметьевск);
- рукопашный традиционный бой (и не только) от Школы РВИ «Кречет» (г. Набережные Челны);
- две глубокие, мощные практики: контактная импровизация и гималайская йога от Артура Шакирова (г. Альметьевск);

- мастер-класс «Йога в паре» — это особый синтез нескольких техник: йоги, массажа, дыхания, тантры и медитации проведёт чудесная Гульназ Ризванова (г. Альметьевск);

- семинар-практикум «Интуитивный массаж» от мастера своего дела Альберта Хайбрахманова (г. Альметьевск);

- семинар по здоровому питанию, голоданию, очищению и оздоровлению. Мастер-класс с дегустацией зелёного коктейля;

- семинар-тренинг для любящих родителей «Почему болеют наши детки?», ведущая Екатерина Баландина (г. Чистополь);

- гимнастика славянских чаровниц (женская оздоравливающая гимнастика), ведущая Ксения Савиных (г. Ижевск);

а также:

- игры, хороводы;
- мастер-классы (кукла-оберег, плетение индейских мандал,

- раскрашивание игрушек из гипса, цветы из фоамирана);

- концертная программа с Романом Мокроусовым (г. Новосибирск), Анной Скриповой (г. Москва) и Раманом Соколовым (г. Воронеж);

- тимбилдинг (командные игры) от Академии праздника;
- детская игровая программа.

Как доехать:

- если вы на своей машине, то при заезде в поселение поверните возле указателя «родник Каськи»;
- если едете общественным транспортом: поездом до Казани или до Бугульмы, оттуда с вокзала автобусом до г. Альметьевска, а потом на такси до деревни Каськи.

Доставка из Альметьевска по предварительной договорённости до 5 августа.

Контакты: 8-917-229-7471, Юлия Зюзякина; 8-987-261-4962, Гузель.

<https://vk.com/festmira>.





Используя систему Ивана Неумывакина, мы можем стать здоровыми, как космонавты вопреки загрязнению окружающей среды и другим негативным факторам. И для этого не понадобятся огромные деньги на операции и лекарства. Мы вообще откажемся от них и сами себе поможем.

Иван Павлович Неумывакин — руководитель программы оздоровления советских космонавтов, доктор медицинских наук, профессор, лауреат Государственной премии СССР.

Им была создана уникальная система оздоровления, благодаря которой вот уже более полувека наши космонавты ничем не болеют.

— В чём же вы расходитесь с официальной медициной?

— Она рекомендует: первое, второе, третье. Но мы же с вами представляем энергосистему, живую машину. Внутри нас «конвейер», а рот — это «дробильная система». Мы должны не глотать пищу, а тщательно разжёвывать, практически «пить» её. В это время «компьютер» — головной мозг — видит: хлеб, каша, мяса кусочек. И даёт указания желудку. Для мяса нужна более концентрированная соляная кислота, а для хлеба — чуть поменьше, для каши — тоже.

Но вы проглотили пищу, не прожевав её. Она только сверху, чуть-чуть обволакивается соляной кислотой, которая не может проникнуть внутрь куска.

Но самое страшное, что в это время соляная кислота, которая выделилась в достаточном количестве для переработки того же куска мяса, растворяется водой, которую в конце застолья употребляется как «третье». Вы концентрацию кислоты уменьшаете, в итоге пища не может перевариваться. И всё, что вы съели, превращается в шлаки — переработанные продукты обмена веществ.

Мы едим в четыре-пять раз больше, чем нужно для сохранения здоровья. Остальная, «лишняя» пища — это работа для врачей, начало вашего заболевания. Не сегодня, так завтра, но оно точно будет.

— Вы предлагаете меньше пить жидкостей?

— Это смотря каких. Дело в том, что вода в клетку проходит только чистая. Именно этой воды вам нужно выпить два литра. Минеральные воды, тем более газированные напитки — опасные продукты, клетка должна их прочистить. Кофе и чай дают кратковременный всплеск энергии, но это только усугубляет нехватку воды. Эти и подобные напитки перерабатываться не могут.

«Грязная» вода заходит в клетку, и вместо получения энергии последняя должна её тратить на очищение жидкости. «Грязь» выбрасывается, а воды не хватает и энергии мало.

Думаю, теперь понятно, почему клетка зашлаковывается. И не имеет значения, во что выливается приём «нечистой» жидкости: в атеросклероз, гипертонию, аритмию... Да во что угодно!

Главная причина огромного большинства заболеваний очевидна.

— В том числе рака и СПИДа?

— Думаю, что таких заболеваний нет.

— Как нет?!

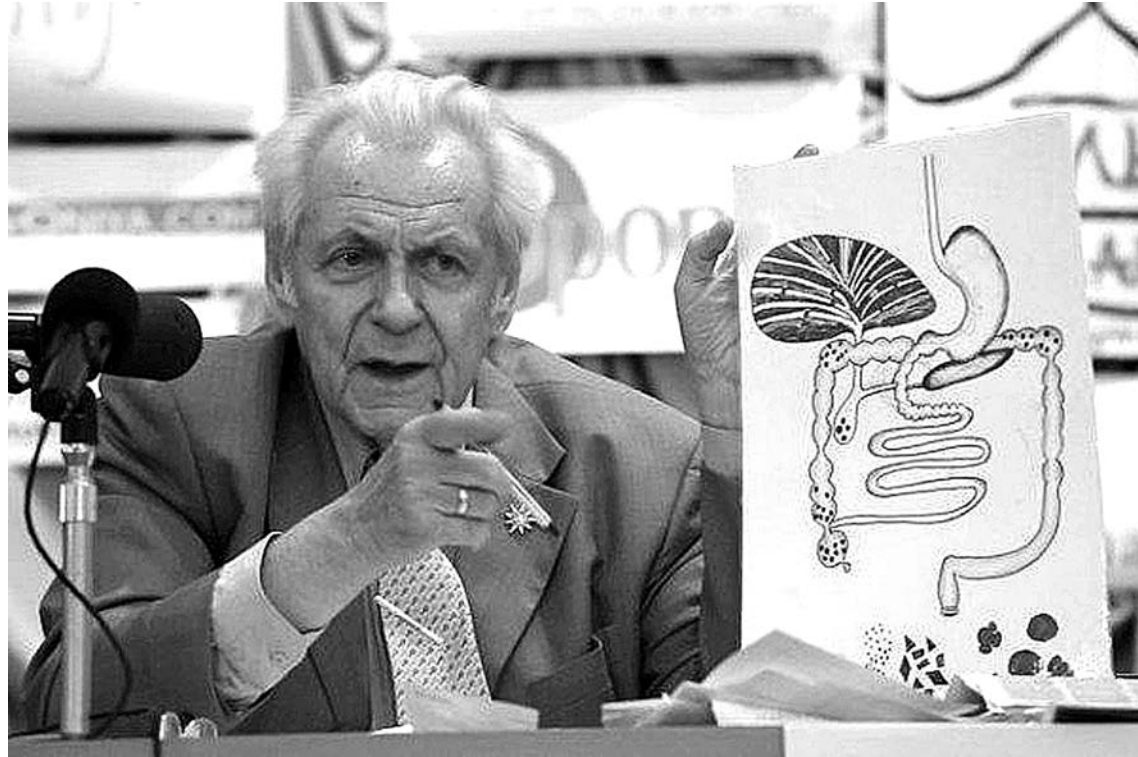
— Есть состояния, связанные с зашлакованностью организма. В нём клетки начинают жить фактически в гнилой, бескислородной среде.

Поэтому мутируют, становятся онкомаркерами. Вообще-то раковые клетки есть в любом организме, однако у здорового человека они подавляются иммунитетом. А когда индивид ослаблен, эти клетки начинают бурно размножаться. В принципе они нам нужны для того, чтобы организм знал: добро и зло всегда рядом. Но добро не должно давать злу распространяться. А если вы сами подавляете добро за счёт стрессов, неправильного питания, провоцирования гиподинамии и так далее? Добро уходит, а его место

занимает зло. Поэтому мутируют, становятся онкомаркерами. Вообще-то раковые клетки есть в любом организме, однако у здорового человека они подавляются иммунитетом. А когда индивид ослаблен, эти клетки начинают бурно размножаться. В принципе они нам нужны для того, чтобы организм знал: добро и зло всегда рядом. Но добро не должно давать злу распространяться. А если вы сами подавляете добро за счёт стрессов, неправильного питания, провоцирования гиподинамии и так далее? Добро уходит, а его место

занимает зло. Поэтому мутируют, становятся онкомаркерами. Вообще-то раковые клетки есть в любом организме, однако у здорового человека они подавляются иммунитетом. А когда индивид ослаблен, эти клетки начинают бурно размножаться. В принципе они нам нужны для того, чтобы организм знал: добро и зло всегда рядом. Но добро не должно давать злу распространяться. А если вы сами подавляете добро за счёт стрессов, неправильного питания, провоцирования гиподинамии и так далее? Добро уходит, а его место

занимает зло. Поэтому мутируют, становятся онкомаркерами. Вообще-то раковые клетки есть в любом организме, однако у здорового человека они подавляются иммунитетом. А когда индивид ослаблен, эти клетки начинают бурно размножаться. В принципе они нам нужны для того, чтобы организм знал: добро и зло всегда рядом. Но добро не должно давать злу распространяться. А если вы сами подавляете добро за счёт стрессов, неправильного питания, провоцирования гиподинамии и так далее? Добро уходит, а его место



«БЫТЬ здоровым без лекарств — просто!»

сто занимает зло.

Мы создали оздоровительный центр, в котором за три недели без лекарств и клизм очищаем внутреннюю среду организма. И у человека исчезает, например, гипертония, которую не может убрать кардиологический центр. Ну не может! А мы просто убираем из организма «грязь».

— Каким образом?

— За счёт полуголодного существования. Специальные фиточаи для очистки крови, печени, почек, поджелудочной железы. Специальная система, которая позволяет два дня поголодать и два дня пить эти чаи.

— В ваших центрах успешно лечат рассеянный склероз, паркинсонизм и другие заболевания, которые принято считать неизлечимыми...

— Через три-шесть месяцев больные, которые были лежачими, уже ходят в магазин, на рынок, сами себя обслуживают. А секрет прост: они насытили свои клетки водой, которой раньше им катастрофически не хватало.

Врачи совершенно не обращают внимания на то, что вода — самый лучший электролит, это энергия. Без неё не могут работать митохондрии — своего рода гидроэлектростанции, снабжающие клетку энергией. И первый орган,

обидел. А потом надо настроить своё сознание на выздоровление. Именно этот настрой и побеждает любые повреждающие факторы.

— Люди удивляются, когда вы говорите им, что сердца... нет в груди.

— Сердце — это мотор по перекачке жидкости, оно в основном находится ниже пупка...

— Как это?

— Взрослый человек имеет рост 150–180 см. Жидкость под влиянием тяжести падает вниз, но её нужно поднять снизу вверх. А делают это мышцы, в которых находятся сосуды. Это специальные насосы, которые своими сокращениями проталкивают кровь вверх. И если владелец своего тела не занимается им: не занимается спортом, не тренирует мышцы туловища и ног, то у него возникают атеросклероз, варикоз, трофические расстройства.

На фоне «грязи», которая находится в организме, кровь загустевает. И сердцу нужно прилагать больше усилий для проталкивания этой крови. Вначале возникает гипертрофия левого желудочка, потом начинаются различного рода аритмии, а потом происходит инфаркт или инсульт. У сердца не хватает силы работать вместо пятисот с лишним мышц, которые должны качать кровь.

нельзя?

— Ни в коем случае! Можно только рот прополоскать после еды. И полтора-два часа после употребления мяса не есть и не пить ничего: нужно, чтобы желудочный сок переработал, «разъел» это мясо. Потому что кое-что в нём человеку нужно, ведь тот живёт «в периодической системе Менделеева» и должен пополнять свой организм всеми элементами.

А если натошак, когда пустой желудок, хотите есть — надо пить воду. Попили — полчаса не хочется кушать. Потом ещё попили. И когда уже будет «сосать под ложечкой» — поешьте.

У нас же, как двенадцать часов, так все идут на обед в столовую. Но не надо кушать, если не хочется! Надо дать организму отдохнуть. Ведь пища, которую человек утром поел, не переработана! Если ещё сверху навалить, она будет гнить. Отсюда — все негативные последствия.

Итак, пейте воду натошак. Вода — это пища, ведь мы на три четверти фактически состоим из воды. За сутки надо выпить натошак 1,5–2 литра чистой воды. Всё остальное не работает на здоровье.

Посмотрите на некоторых людей после 60–70 лет. Когда они начинают пить около двух литров в сутки чистой воды, у них морщин-

ки разглаживаются, кишечник начинает нормально работать.

В воде клетка купается — это основа её жизни. Поэтому пить надо много и только натошак, и только чистой воды.

— А где же её взять?

— Чистая вода — не та, которую продают. В бутылках вода кислая, она имеет pH 6,5–7. А как сделать действительно чистую воду?

В московском водопроводе нормальная вода. Вечером вы наливаете её из крана в кастрюлю или бутылку, она отстаивается, хлор выходит. Утром там осадок обязательно будет, хотя глазами его не видно.

Вы осторожно сливаете верхнюю воду, примерно две трети всего объёма, но не кипятите её, как обычно, а доводите до мелких пузырьков. Это так называемый «холодный кипяток», который сохраняет свою структуру в течение суток.

Такая вода нужна клетке. Она уже не тратит энергию на её очищение. Это поистине живая вода, которая возвращает человеку здоровье.

— Расскажите, пожалуйста, в какое время надо есть пищу, чтобы стать здоровым?

— Дело в том, что если вы кушаете после семи часов вечера, то никогда не будете здоровым человеком. Инсулин, выделяемый поджелудочной железой в 19 часов, в течение двух часов перерабатывает пищу. Если вы что-то сладкое съели, то инсулин не позволит подняться уровню сахара выше нормы.

А с 9 часов вечера поджелудочная железа должна спать вместе с желудком — к этому времени им надо быть свободными от пищи. Тогда они передают эстафету шишковидной железе, которая вырабатывает мелатонин — гормон роста, он выделяется в 11 часов.

— Что надо делать, чтобы изменить окружающий нас неблагоприятный и холодный к нашим чувствам, порывам души мир?

— Вы задаёте мне детский вопрос, но в нём скрыт глубокий смысл. Ответ на него был известен ещё тысячи лет назад: не делай другому того, чего не хочешь, чтобы делали тебе. Знай: ты являешься частицей всего, что вокруг тебя. Одно зависит от другого. Ты сделал зло ближнему — значит, сделал плохо в первую очередь самому себе. Уничтожая своими мыслями и делами окружающих, ты разрушаешь себя, свою духовную и нравственную основу. А повреждение души неизбежно ведёт и к болезням тела, преждевременной смерти. Избежать их можно только одним способом — перестать вредить окружающим, начать творить добро, сделать главным в жизни духовное, а не материальное, то есть жить по заповедям, которые даёт религия.



Сода помогает лучше дорогих средств!

Каждый помнит её с детства. Ещё наши бабушки и мамы чистили с её помощью раковины и пекли пироги. Но ведь сегодня существует огромное разнообразие всяких высокоэффективных средств. Так зачем возвращаться к банальной соде? Потому что она очень дешёва, эффективна и экологична. Её можно использовать не только для чистки. Сода поможет вам в том, о чём раньше вы и понятия не имели.

1. Пищевая сода с лёгкостью уничтожит любые запахи, например, в морозильной камере и холодильнике, мусорном ведре, обувном шкафу, автомобиле и кошачьем лотке. Для недопущения появления неприятного запаха просто нужно разбрызгать раствор соды в этих местах.

2. Пищевая сода используется в качестве антацида, то есть эффективно снижает кислотность желудка. При возникновении изжоги необходимо размешать чайную ложку соды в стакане воды. Только вот часто применять соду с этой целью не рекомендуется.

3. Пищевая сода может прекрасно заменить дорогую соль для ванны. Такая ванна будет обладать сильным противовоспалительным эффектом. Если вы устали и состояние вашей нервной системы оставляет желать лучшего, то просто насыпьте несколько столовых ложек соды в воду и добавьте немножко своего любимого эфирного масла. Благоприятный

эффект не заставит себя ждать. После принятия такой ванны вы ощутите мягкость и гладкость своей кожи, а также приятную расслабленность.

4. С помощью соды можно очистить практически все поверхности: нержавейку, раковины, ванны, кафель и хром. Она очень эффективна и абсолютно экологична. Ею можно даже отбелить зубы, то есть снять с них глубоко въевшийся налёт от чая, кофе и сигарет.

5. Сода превосходно прочищает стоки. Для этого надо насыпать стакан соды в сток, потом добавить стакан спиртового уксуса, оставить на 5 минут и промыть водой.

6. Использовать соду можно и для ухода за своим домашним питомцем. Если животное просто некогда искупать, то разбрызгайте раствор соды на шерсть, а потом расчешите. Шерсть после такой процедуры перестанет вонять псиной, станет гладкой и будет выглядеть чистой.

7. Можно добавить стакан соды при стирке. Она усиливает действие стирального порошка, смягчает воду и способствует сохранению цвета вещей или белизны белья. Она действует ничем не хуже известных брендов. Так зачем же тратить лишние деньги?

8. При необходимости сода может заменить шампунь для волос. Просто смешайте соду с водой до получения пастообразной консистенции, нанесите на волосы и

тщательно промойте. Ваши волосы станут блестящими, чистыми и мягкими. Сода великолепно удаляет с волос остатки лака и других фиксирующих средств.

9. Сода — превосходное средство для чистки ковров. Просто разбрызгайте раствор соды на ковёр, подождите около 30 минут, а затем пропылесосьте. Это не только сделает ваши ковры чистыми, но и избавит их от неприятных запахов.

10. У вас есть свой бассейн? В таком случае сода поможет вернуть ему нормальный кислотно-щелочной баланс. И такая проблема, как «цветение» воды, отпадёт сама собой. Сода безопасна для кожи и глаз. Поэтому в бассейне, в который добавлена сода, можно плескаться сколь угодно долго.

11. Сода моментально гасит огонь. Поэтому всегда держите её возле плиты. Если у вас что-либо загорелось при жарке, то просто насыпьте горсть соды на область возгорания.

12. Пищевая сода снимает раздражения кожи и зуд от укуса насекомых. Для этого необходимо сделать из соды кашицу и нанести её на раздражённые участки кожи. Это средство эффективно даже при укусах ос и пчёл.

Внимание беременным! Вам в домашнем хозяйстве можно применять исключительно соду. Она обладает нулевой токсичностью и не принесёт плоду никакого вреда.

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



Омолаживающая маска «Минус 10 лет»

Конечно, можно купить омолаживающую косметику в магазине или посетить салон красоты. Но следует попробовать сделать маску в домашних условиях. Попробуйте, вам понравится.

Ингредиенты:

- 1/3 спелого, но без коричневых пятен, банана,
- 1 чайная ложка сухого имбирного порошка и свежевыжатого имбирного сока,
- 2 чайные ложки оливкового масла (масло авокадо, миндального, арганового...), можно чередовать),
- 1 взбитый в крутую пену яичный белок.

Как приготовить и применять

Разомните банан в кашицу, добавьте имбирь и оливковое масло.

Разведите маску яичным белком до состояния жидкого крема.

Нанесите тонким слоем на кожу лица (шеи, декольте), дайте слегка подсохнуть и нанесите ещё 2–3 слоя. Последний слой держите 10–15 минут.

Размочите маску прохладной водой и смойте почти холодной.

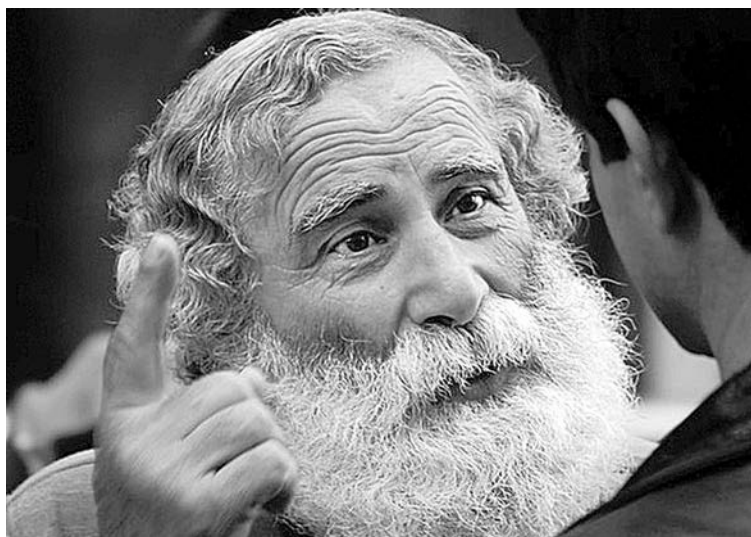
Нанесите на кожу лёгкий нежирный крем, гель или сыворотку.

Эффект от этой маски для лица моментальный. Она оказывает потрясающий тонизирующий и лифтинг-эффект. Её называют маской «Минус 10 лет». Применять эту маску следует разово, как экспресс-средство.

Если вы хотите провести курс, то делайте 10 масок, повторяя их не чаще, чем через каждые 5–6 дней.

<http://fitnessi.ru>

Жизненные советы мудрых людей



В школе жизни не обойтись без ошибок. Они — родители личного опыта, без которого трудно добиться чего-либо. Однако дабы не платить за свои промахи слишком дорого, можно обратиться к опыту мудрых людей, взяв на вооружение их жизненные советы и рекомендации.

Ищи хомут по шее

Выбирая профессию, не следуй чужим меркам и ненужным рекомендациям. Иначе впряжёшься не в своё дело и всю жизнь будешь от этого страдать. Любая работа трудна и сложна, любая требует самоотдачи. Но любимое дело того стоит. Оно даёт внутреннюю свободу, необходимую для самореализации. Оно позволяет мыслить позитивно в мире негатива. Оно не оставит у разбитого корыта.

Стань мастером

Жизнь возносит на пьедестал профессионалов. Дилетантов она

награждает оплеухами и насмешками. Тут нелишними будут жизненные советы тех, кто, не отвлекаясь на мелочи, сумел сосредоточиться на тайнах своего ремесла.

Инвестируй в себя

Вкладывай максимум средств и энергии в своё развитие и образование. Не уставай тренировать свой мозг, память, воображение. Не жалея на это времени. Тогда даже если ты не займёшь место менеджера солидной фирмы, то наверняка станешь менеджером своей жизни. А значит, сможешь повернуть её траекторию в сторону удач и приобретений.

Не бойся экспериментировать

Страх перед новым опытом — главный тормоз в развитии человека. Поэтому чаще прислушивайся к рекомендациям экспериментаторов, жизненные советы которых помогут тебе преодолеть свои слабости. Одерживая над ни-

ми одну победу за другой, ты будешь двигаться навстречу своей вершине. Иначе — застой и деградация.

Говори — и тебя поймут

Этот совет по жизни сводится к тому, что большинство людей не являются телепатами. Поэтому твои мысли и чувства для них — загадка, пока ты их не озвучишь. Не будь для окружающих закрытой книгой. Говори им чётко и внятно, чего ты хочешь. Это единственный шанс быть правильно понятым.

Так будет не всегда

Почаще говори себе эти слова. Тогда реже будет возникать потребность снять стресс. Перемен не избежать никому. Поэтому будь готов к ним. Воспринимай их как неизбежную закономерность, помогающую постичь новые стороны жизни.

Не оглядывайся на чужое мнение

Реальный жизненный совет: старайся не зависеть от того, что думают о твоей персоне другие люди. На самом деле каждый занят только самим собой. Поэтому чужое мнение ничего не стоит. Главное — понять себя самому, исследовав каждый уголок своей души. Лучший способ «познакомиться» с собой — медитация.

Не обманывай ни других, ни себя

Ложь, по мнению мудрецов, абсолютно бесполезное занятие. Ведь тайное рано или поздно всплывает наружу. А однажды солгавшему в следующий раз не поверят. Не позволяй обманывать и себя самого: горькая правда не

станет слаще, сколько ни смазывай её мёдом.

Будь решительным в поступках

Заметив трудность, не пасуй перед ней. Долгие раздумья и сомнения убивают не только время, но и решительность. Они заставляют пятиться или ходить по кругу. Рекомендация: сделай первый шаг, и преграда станет ступенью к цели. Помни: не использованный шанс — утраченная навсегда.

Укрепляй дружеские узы

Жизнь преподнесёт тебе много встреч с самыми разными людьми. Среди них будут и друзья-приятели, и соседи, и учителя, и начальники, и коллеги. Старайся поддерживать связи с каждым из них. Не сжигай мосты, меняя место учёбы, должность или прописку. Твои старые связи могут сослужить тебе неплохую службу. Например, многие руководители, принимая на работу человека, предпочитают выслушивать жизненные советы прежних его боссов. Словом, разрастаясь, твои связи значительно облегчат тебе жизнь. Они станут твоей опорой, а иногда и спасательным кругом.

Не чуждайся одиночества

Бывать наедине с собой полезно каждому человеку. Это прекрасная возможность о чём-то подумать, что-то запланировать, предаться мечтам или самоанализу. Молчание способствует продуктивному и творческому мыслительному процессу, помогает сконцентрироваться на важных жизненных целях и поиске путей их достижения.

Не ленись задавать вопросы

Любознательность — мать всех открытий. Более того, мир для почемучек — очевидное невероятное. Наматывая на ус жизненные советы людей, умудрённых опытом, смело пускайся в собственное путешествие по Стране Знаний и Просветлений.

Мобилизуй все свои ресурсы

Не преувеличивай значение рисков, если отправляешься в открытое плавание. Ведь попутный ветер всегда с тем, кто верит в свои силы и способен собрать их в кулак. Лучший пример данного жизненного совета — подвиги паралимпийцев, на фоне которых меркнут рекорды «нормальных» спортсменов.

Разумно управляй финансами

Шикарный наряд, купленный на последние деньги, — признак неуважения к себе. Трудовая копейка достаётся нелегко и вовсе не для того, чтобы пускать пыль в глаза окружающим. К тому же, как ни старайся, выше головы не прыгнешь. Лучше научись контролировать свои доходы.

Не отказывай людям в уважении

Относись к людям с уважением, и они отплатят тебе тем же. Выказывай им те же чувства, что и близким друзьям. Терпеливо выслушивай их жизненные советы. Благодарите за малейшую услугу. Тогда и воздастся тебе.

Будь собой

Постарайся понять, зачем ты явился на этот свет. Жизненный совет опытных людей: не гонись за миражами, не тешь себя иллюзиями. Стань тем, для чего ты родился. Тогда жизнь твоя будет напоминать прекрасное и удивительное приключение.

<http://rostduha.ru>

Сейчас у нас в России очень странный свадебный ритуал. Давайте рассмотрим, чего мы не замечаем за весёлым застольем? Какой сакральный смысл на самом деле скрывается под привычными обрядами? Так ли всё светло и радостно, как мы привыкли думать? Начнём с самого начала...

Мальчишники и девичники

Современные мальчишники-девичники формируют вкус к гулянкам в семейной жизни, даже если до этого вы не любили такое времяпрепровождение. Здесь идёт противопоставление: друзья — это «свобода и веселье», а семья — «тяготы и бытовуха».

Кроме того, идёт мощный слив энергии перед важным мероприятием. И в день свадьбы нагулявшимися и навеселившимся накануне молодожёнам уже хочется отдохнуть, и голова с похмелья болит. А ведь это такой важный день, когда закладывается будущее новой семьи.

Старорусский девичник представлял собой не просто посиделки с подругами накануне венчания, а подразумевал расплетание косы невесты, мытьё девушки в бане. Это был целый обряд подготовки к замужеству. Сейчас же девичник — это выпивка, заказ стриптиза и глупая болтовня.

Обряд выкупа невесты

Сейчас это преподносится как возможность жениху преодолеть ряд испытаний, блеснуть интеллектом, силой и эрудицией, чтобы завоевать даму своего сердца.

А по факту невесту, чистую женщину, которая создаёт союз с мужчиной для развития и рождения детей, просто покупают, как товар. Здесь нет никаких чувств, и отношения чисто ресурсные. Мужчина не доказывает свою любовь и готовность к отношениям, и женщина не смотрит на его качества. Идёт обычная покупка. А каких женщин покупают, думаю, всем известно. На выкупе закладываются товарные, продажные отношения.

Цвета свадебной одежды

Жених сейчас на свадьбе, как правило, в чёрном костюме. Мужчина, излучающий Ян энергию, должен быть в яркой одежде, чтобы её излучать. Чёрный — цвет смерти, цвет-антагонист солнечной мужской энергии, чёрный впитывает энергию, это Инь.

Костюмы напрокат

Не у всех хватает средств на роскошное проведение свадьбы и поэтому берут свадебные костюмы напрокат или у знакомых. Надевает невеста фату подруги, которая уже развелась после свадьбы, и вместе с фатой переписала себе программу развода. Так же можно вместе с чужим платьем переписать чужое несчастье и чужие проблемы.

Двести лет тому назад и предположить было трудно, что кто-то осмелится продать свадебное платье. Свадебная одежда служила столь сильным оберегом, что её, как драгоценную реликвию, передавали от матери к дочери, пока она полностью не приходила в негодность.

Суббота

Сейчас свадьбы в большинстве своём проходят по субботам. По астрологии суббота находит-

ся под влиянием планеты Сатурн — самой медленной и тяжёлой планеты: срок её обращения вокруг земли 29 лет, это называется кармический цикл Сатурна. Нашу жизнь маги подводят под два цикла Сатурна.

Эта планета обычно приносит оппозицию и потери. Считается, что в субботу нельзя начинать никаких новых и важных дел. Единственное исключение — приобретение земли и недвижимости, т. к. Сатурн связан с ними.

Суббота считается крайне неблагоприятным днём для заключения брака и свадьбы. Она предназначена больше для подведения итогов жизни, осмысления, медитации, лечения, восстановления сил; рекомендуют заниматься делами, связанными с железом, землёй, сельским хозяйством. Этот день должен про-

Агарь. И сказала Сара Авраму: вот, Господь заключил чрево моё, чтобы мне не рождал; войди же к служанке моей: может быть, я буду иметь детей от неё». Это говорит про ту самую Сару, которую Авраам подкладывал под египетского фараона, правда, ей тогда уже было за 60.

«Рахиль оставалась бесплодна и завидовала плодовитости Лии. Отчаявшись, она, как прежде Сарра (Быт. 16:2–4), отдала свою служанку Билху в наложницы мужу; рождённых Билхой Дана и Нафтали Рахиль считала собственными сыновьями (Быт. 30:1–8)».

Сама же Рахиль впоследствии умерла при родах Вениамина, своего второго сына.

Вот вам и пожелания молодожёнам:

— возвеличься как Сара, которую подкладывали под каждого

Обмен кольцами

Круг считался символом вечности, поэтому круглое кольцо стало символизировать бесконечное счастье и любовь между мужем и женой.

Однако наши прабабушки и прадедушки колец не носили. Первые обручальные кольца появились как чисто коммерческий проект. В 60-е годы, когда у фирмы «De Beers» упали продажи алмазов, стали показывать фильмы, где герои дарили колечки. Так традиция сформировалась на стремлении производителей зарабатывать на этом.

И золото подходит не всем.

Муж и жена носят обручальное кольцо на безымянном пальце правой руки. Безымянный палец — это палец солнца. Правая рука дающая, левая принимаю-

Закрывание замка

Ключ бросают в реку, а проточная вода смывает энергетику. Энергетика этой семьи и крепость союза вымываются. Всем известно: если мы хотим очистить предмет, промываем его водой. Здесь работают те же законы.

Встреча молодых хлебом с солью

Новобрачные поочередно откусывают или отламывают кусочек хлеба. У кого отломанный кусок будет больше, тому и быть хозяином в семье. Но главой семьи всегда был мужчина. А здесь идёт соперничество, непризнание авторитета мужа. Кроме того, важно кто печёт свадебный каравай. Раньше к выпечке не допускались вдовы или одиночки, даже



ходить спокойно и вдумчиво.

После захода солнца начинается влияние Раху — теневой демонической планеты (по другим источникам, Раху — кармический лунный узел). Он отвечает за все виды интоксикаций, алкоголь и наркотики. Раху олицетворяет развод.

Раху особенно силён с 10 до 2 часов ночи. В это же время качественный барьер между физическим и тонким миром максимально слаб, и сущности, пользуясь этим, проникают в сознание людей.

Обряд церковного венчания

Что же говорит священник невесте?

«И ты, невесто, возвеличься, якоже Сарра и возвеселись, якоже Ревекка, и умножись, якоже Рахиль; веселясь о своём муже, хранящи пределы закона, зане тако Благоволи Бог».

Перевод: «И ты, невеста, будь возвеличена, как Сара; веселись, как Ребека; умножься в потомстве, как Рахиль».

Быт.16:1-8. «Но Сара, жена Аврамова, не рождала ему. У ней была служанка Египтянка, именем

нужного человека;

— будь весёлой, как Ревекка, у которой один сын предал другого;

— умножься, как Рахиль, которая умерла вторыми родами. А тем, кто надумал венчаться, может, стоит задуматься: хотя бы они были как Сарра и Авраам или всё-таки взять более достойные примеры для подражания?

Загс

В настоящее время магический ритуал перенесён и на обычную регистрацию брака. Само слово-то какое: «брак». Как говорится, «хорошее дело браком не назовут». Закладка подсознательной программы на брак.

Свадебный марш

В 1843 году в Потсдаме впервые была исполнена симфоническая поэма Мендельсона «Сон в летнюю ночь». В ней прозвучал и знаменитый свадебный марш. Правда, задумывался он как шутка, пародия: в спектакле под его звуки заколдованная королева Титания и осёл заключили брак, почему и называли тогда эту мелодию «Ослиная свадьба». Думаю, комментарию здесь излишни.

Муж, как представитель мужского солнечного начала, даёт жене защиту и достаток, а жена, соответственно, это принимает. Но если её кольцо на правой дающей руке, она не может принимать. Опять борьба за лидерство в семейной жизни.

Осыпание молодожёнов лепестками

Раньше молодых после венчания осыпали рисом или пшеницей. Считалось, что подобный ритуал обеспечит новобрачным обильное потомство. В некоторых западных странах молодожёнам устраивают «дождь» из конфет, изюма или орехов.

Сегодня древняя традиция бросать на головы молодых рис заменена на западную — посыпать новобрачных и дорогу перед ними лепестками роз.

Лепестки — частички погибающего растения, несут в себе энергетику смерти. Когда их бросают на голову — идёт закрытие коронной чакры — родничка, превращения его в темечко (тёмное). А когда ими обсыпаны дорожки для молодых, это отдалённо напоминает похоронную процессию.

замужним с несчастливой семейной жизнью могли отказать присутствовать при выпечке свадебного каравая.

Поцелуй новобрачных

Заключает в себе сакральный смысл, это очень личный процесс, символизирующий объединение двух сердец.

Тонкое тело человека во время поцелуя открывается и становится незащищённым. Молодые люди целуются, всё кругом красиво, куча людей, много эмоций, и в это самое время все кричат: «Горько!» Это закладывание фундамента на горькую жизнь, т.е. жизнь, полную бед и страданий.

Свадебные быки

Быки — бутылки шампанского. Такое название появилось, потому что связанные бутылки напоминали кому-то двух быков, связанных в одну упряжку. Первую бутылку молодые выпивают на годовщину семейной жизни, а вторую — в день рождения первенца.

Во-первых, алкоголь несёт в себе очень низкую энергию. Во-вторых, он впитал в себя весь негатив свадьбы. И вот в важные события молодой семьи бутылки откры-



ваются, чтобы можно было наполниться вновь силой этого негатива. Ну что ж, магия продолжается.

Жених пьёт из тувфельки невесты

Это чисто чернушный приворотный обряд, чтоб сделать мужа подкаблучником, рабом своей жены. По другому сценарию из тувфельки пьёт свидетель или дружок. Тут ещё интереснее, поскольку закладывается программа «любовного треугольника» на развал семьи в будущем.

Бросание денег

Оккультный магический обряд, чтобы денег не было. Откуда же возьмутся удача и процветание, если идёшь по деньгам, топчешь их?

А вы знаете, каким женщинам бросают деньги под ноги? Танцовщицам и проституткам.

Ещё в Советском Союзе была примета: на свадьбах нельзя подбирать и подметать деньги с пола, иначе всю жизнь семья будет побираться.

Поднос с выпивкой и булочками

Гостям на подносе по очереди разносят специальные булочки — «шишечки». При этом приговаривают: «Дорогие гости, заберите все тяготы и невзгоды с наших молодых!» Иными словами, это кармический перебор с молодожёнов на гостей. Гости при этом должны выпить чарку водки и положить на поднос подарок.

Традиция бить посуду

Посуда издавна символизирует целостность и нерушимость мира вокруг нас: космоса, души, семьи. Тарелки символизируют собой семью, уют, достаток. Считалось, что трещины на посуде дают трещины в судьбе.

И раньше разбивали посуду, чтобы вывести из дома несчастье. Не всю подряд, а «несчастливые» тарелки и блюда — отколотые, треснутые, поцарапанные, с выщербленными краями, поцарапанной позолотой и стёртым рисунком.

Отсюда и взялась примета, что бить посуду — к счастью, с разбитой старой чашкой или тарелкой из вашего дома уходят поднакопившиеся обиды и ссоры.

А на свадьбе бьют абсолютно целые, новые бокалы и тарелки молодых, из которых они уже поели-попили и оставили частичку своей энергии. Так разбивается молодая семья.

Бросание свадебного букета

Сам по себе букет цветов — носитель энергии смерти, ведь сорванные цветы лишили способности жить.

На Руси никогда не было обряда дарить умирающие цветы. Люди знали, что сорванный цветок старается выжить, и когда нет у него корней он, отбирая, втягивает в себя энергию окружающих.

Невеста трогает цветы, весь день носит их в руках, любит, фотографируется с букетом, эти цветы насыщаются жизненной энергией этой девушки. А потом она бросает этот букет своим незамужним подружкам.

Если девушка честно верит в примету «кто следующий выйдет замуж», то она перебрасывает собственное счастье. Идёт перетягивание удачи и любви.

Бросание подвязки

На этой вещице, как и на букете, собрана энергетика девушки. Жених начинает раздевать невесту прямо на свадьбе, а потом бросает своим друзьям интимную вещь её гардероба. Это придаёт ощущение уличности и доступности. А ведь невеста — олицетворение чистоты и нежности.

Танец с фатой невесты

Фата является главным символом свадебного наряда, который делает каждую девушку невестой, создавая вокруг неё ореол таинственности и нежности. Кроме того, согласно традициям, фата служила оберегом и защищала невесту от дурного глаза и злых духов.

Фату невесты не давали носить родственникам и подругам, не давали мерить никому.

В древности считалось, что волосы невесты может видеть только муж. Если девушка выходила к посторонним мужчинам с непокрытой головой, это приравнивалось к измене. А если кто-то осмеливался сорвать головной убор с женщины, это рассматривалось, как оскорбление. А тут — всё добровольно.

Конкурсы на свадьбах

На Руси после пира, которым заканчивался свадебный обряд, люди очень много пели, играли и танцевали в Счастливую Жизнь. То есть фактически на этом свадебном обряде будущая жизнь супругов протанцовывалась, пропевалась и проигрывалась в счастливом аспекте. То есть задавалась программа на счастливую супружескую жизнь.

Конкурсы на современных свадьбах — это крайняя форма идиотизма и маразма. Взрослые люди, накачавшись алкоголем, раздеваются до трусов и кривляются в пошлых, позорных конкурсах, которые в большинстве своём имитируют секс.

Пьянка

На свадьбах никогда не пили алкогольные напитки. Это было просто противопоказано!

У нас же принято устраивать настоящее пиршество: чем больше людей, тем лучше. За один стол собираются и доброжелатели, и завистники. При произнесении тоста мыслеобраз пожеланий записывается на спиртное и все продукты. Человек может красноречиво вслух желать счастья и всего наилучшего и при этом мысленно:

«Вот куркули, закатали свадьбу на 200 человек. Где это они столько денег наворовали? Чтоб вам всем пусто было!». Чем меньше людей будет присутствовать на свадьбе, тем лучше.

Одаривание подарками

Современная свадьба превратилась в бизнес-проект, и целью свадьбы становится собрать как можно больше денег и подарков.

С давних времён свадьбы справлялись богато. Этот обычай идёт ещё с дохристианских времён, когда богам жертвовали еду и питье. Считалось, что эта жертва поможет потом молодым в их безбедной и счастливой жизни. Сейчас же всё перевернулось, стараются побольше собрать.

Выводы

Понятно, что семья создаётся не тогда, когда об этом объявил священник или работник ЗАГСа. Создание союза — это решение двух человек.

Но само понятие «семья» сильно изменилось. Супружеские отношения всё больше теряют свою чистоту и сакральный смысл и не воспринимаются как что-то серьёзное. Для людей это способ наслаждаться. Наслаждение закончилось — разбежались. Отсюда 80% разводов. Ужасающая статистика. Любовь опустилась до уровня секса.

На Руси это был сложный обряд. Если он проводится в правильное время и в правильном месте, то гарантировал долгие годы жизни, воспитание у супругов божественных качеств и рождение здоровых праведных детей.

Почему чуждые нам традиции стали насаждаться на Руси? Для того чтобы славянский народ потерял свою духовную силу, чтобы женщины лишились своей чистоты, чтобы сделать людей удобными и легко управляемыми.

Только молодые вправе решать, соблюдать им современные обряды или обратиться к традициям наших предков. Главное, чтобы свадьба сохранила важное, сакральное значение — переход от свободной и холостой жизни к семейной, со своими радостями и обязанностями.

Самое главное — любить и уважать друга, духовно расти и заниматься самосовершенствованием. Тогда все странности, совершённые в прошлом, нейтрализуются, и жизнь станет счастливой и осмысленной.

<http://mirzshiny.ru>

Жду встречи с Любимым



Здравствуй, Любимый мой! Жду встречи с тобой. Стараюсь стать достойной тебя, многому научиться, работаю над собой. Буду счастлива, если ты прочитаешь и почувствуешь в этих строках родное, что повлечёт тебя ко мне.

Меня зовут Арина, мне 17 лет. Может показаться странным, что я в таком раннем возрасте ищу свою половинку. Но, по-моему, искать половинку можно в любом возрасте и мечтать о встрече с самого детства, тогда и мечта будет сильнее. Ведь предназначение женщины — быть хорошей матерью, хранительницей семейного очага, помощницей мужу.

Живу я с родителями на своей земле, в заброшенной деревне, как на хуторе. До ближайших соседей 1,5 км. Сад, посаженный нами, подрастает, хозяйство развивается: уже свои молоко и яйца.

Хочу выбрать вместе с тобой, любимый, рядышком место, где мы будем обустроить своё Родовое поместье. Наш род будет жить в одном месте (а не расселится бесследно по всей Земле) — это мощная сила и колоссальная взаимопомощь. Обустроившись в одиночку, быть

первопроходцем сложнее, а когда за спиной уже есть опора, то и действовать легче, всегда найдёшь помощь.

У нас много места, просторы... В лесах есть грибы и ягоды, неподалёку от нашего дома из-под высокой ели вытекает родник. Правда, ни больших озёр, ни рек поблизости нет, а чтобы искупаться и поплавать, надо ехать на велосипеде к лесному озеру. Но я уверена, что тебе понравятся наши края. Здесь красиво!

Образ твой я представляю часто, но внешне он размыт, так как совсем не важно, какие у тебя будут цвет волос и глаз; внешность должна быть приятной для меня. Важно то, что мы будем любить друг друга, чувствовать, понимать и, конечно же, смотреть и двигаться в одном направлении, вместе облагораживать Землю.

Знаю, ты трудолюбивый, умный, умелый, добрый, знаешь много полезного, а также хорошо разбираешься в людях, но главное — ты полюбишь меня, а я тебя. Мы вместе возрастим и воспитаем наших детей, которые продолжат наше дело.

Я очень люблю читать, особенно классические произведения; люблю инструментальную музыку и песни, в которых заложен смысл; люблю играть на блокфлейте; рукодельничать (вышиваю, вяжу крючком и спицами); люблю готовить что-нибудь новое и вкусное; люблю животных (особенно коровок) и свою землю.

Откликнись на мой призыв, Любимый! Напиши мне письмо. По почерку и мысли изложению можно лучше понять человека, чем через виртуально общение по интернету.

Мой адрес: 425554, Республика Марий Эл, Куженерский район, д. Салтак, ул. Центральная, д. 7. Окишевой Арине.

Где ты, хозяйка поместья?



Мне 44 года, рост 170 см. Живу вдвоём с папой. Он работал в нашем селе электриком. Оставшись без нашей любимой мамы, папа отказался от предложений найти ему подходящую спутницу жизни. Он сильно любил маму, да и обузой не хочет быть, у него проблемы с ногами и давление.

Хотя у меня тоже слабое здоровье (я на «рабочей» группе), но содеру наше хозяйство в порядке. Мы держим кур, поросят... Огород тоже на мне, выращиваем почти всё.

В свободное время люблю играть на баяне.

Женат не был, детей нет. Буду рад приезду девушки, пусть с ребёнком, оставшейся без жилья, не имеющей тя-

ги к спиртному.

С работой у моей хозяйки поместья проблем не будет... Я не скупой, не привередлив, не буду высчитывать и узнавать у суженой её параметры — рост, вес, знак зодиака... Пусть она с кучей недостатков как здоровья (на группе), так и внешности, просто не хочу умереть в одиночестве. Было бы кому в случае чего стакан воды подать и ладно.

Предпочитаю живое общение — звоните: 8-920-562-6325; 8-960-631-5168.

Адрес: 309677, Белгородская область, Волоконовский р-н, с. Афоньевка, ул. Подгорная, д. 75. Липенский Владимир.

Ищу сыну жену, а себе дочь



Семья наша состоит из трёх человек: муж, я и наш сын. Муж работал инженером, а я по профессии медсестра. Сыну 43 года. Несмотря на то, что он инвалид по общему заболеванию, окончил школу, всё может делать сам: и дрова наколоть, и в магазин сходить, в опеке и уходе не нуждается.

Он живёт отдельно от нас и ему нужна хозяйка-советчица. Подойдёт тоже не искушённая в интимном плане — девственница. Сын вообще не озабочен ни выпивкой, ни сексом, хорошо, если и её это не интересует по со-

стоянию здоровья. Может быть, она осталась без жилья из-за обмана близких.

Не против городской девушки, если только она любит работу на даче, умеет и знает, как делать запасы на зиму и т. п. Чтобы характером была не ехидно-злорадная, а добрая и покладистая.

С работой у нас плохо; до города 20 км.

Звоните по телефону 8-919-305-7739.

Адрес: 456292, Челябинская обл., Златоустовский район, с. Куваши, ул. Советская, д. 121. Псянчиным тётке Шууре и Эдуарду.



То, что Луна — естественное космическое тело, не вызывает сомнения только у дураков. Да и я тебе два дня назад говорил, что она, Луна, — дело рук наших предков...

Тайны в том, что услышишь, никакой нет, можешь своими знаниями о Луне делиться с кем угодно. Только будь осторожен с ортодоксами. Придворные служители наук тебя не поймут. А проблем с ними наживёшь...

— Луна ровно в 400 раз меньше Солнца. Ровно в 400 раз! И расположена Луна на 1/400 расстояния между Землёй и Солнцем. Как ты считаешь, может здесь быть совпадение?

Я промолчал.

— Верно, в природе бывает и не такое, — сказал «знахарь».

— Но только при одном условии: если её делами управляет чей-то разум...

— Но ведь и сама природа разумна, — вставил я.

— Так оно и есть, — согласился седоголовый. — Только не в нашем случае. Ка-

цей пользовались в удвоенной и половинчатой форме, а также её делили на 40 разделов, которые он назвал мегалитическими дюймами. Естественно, ортодоксы отвергли его открытие. Но отвергай — не отвергай, истина остаётся истиной. А теперь пойдём дальше, юноша. По Александру Тому, древние строители мегалитов делили окружность не на 360°, как это делаем мы, а на 366°.

По той причине, что наша Земля совершает 366 оборотов в о -

ярдов на угловую секунду...

Я молчал. Что тут было сказать? Выходит, что мегалитические сооружения, построенные в Европе, Азии и Африке, предназначены для наблюдений за Луной, Солнцем и за другими планетами! На это указывает одна и та же звёздная единица измерения. На

чительное их сходство с породами, которые составляют земную кору и мантию. Ты понял, отрок, речь идёт о нашей земной мантии!..

Несмотря на то, что Луна покрыта породами, «близкими по составу к земным» (так выражаются наши ортодоксы), на самом же деле поверхность Луны сложена, бесспорно, из земных пород, Луна менее массивна, чем Земля. Конечно, с учётом их отно-

оказов... Под Атлантикой гранитная кремне-алюминиевая платформа сохранилась. Она указывает на то, что совсем недавно дно Атлантического океана представляло собой обширную сушу. На той материковой древней платформе, которая сейчас покоится на глубоком дне, и стояла могучая Атлантида.

Но гранитная материковая платформа дна Атлантики тоже истончена. Она утончается и в наше время. И совсем не потому, что кто-то забирает со дна океана кубические километры гранита. Материковая платформа дна Атлантики становится тоньше по причине крайнего её растяжения... Знаешь, Гор, тектоника материковых плит присуща в системе нашего Солнца только Земле. Ни на одной другой планете её нет. И я это говорю с полной уверенностью. И не потому, что каким-то образом узнал данные космических зондов, а потому, что располагаю древним знанием. «Ползают» по поверхности плане-

О Колобке для взрослых

кая разница для природы, качается планета или нет? У неё своя логика. Здесь же мы имеем дело с логикой иного характера. С желанием тех, кто был заинтересован остановить губительное качание. К тому же сделать населению Земли великолепный подарок: не только гравитационный стабилизатор, но и огромный спутник. Фактически целую планету! Посмотри, как интересно! — продолжал старый. — С поверхности Земли диаметр диска Луны в точности совпадает с диаметром нашего светила. И поэтому во время полных затмений Солнца видна только его корона. Но это ещё не всё. По чьим-то удивительным расчётам Луна каждый месяц точно имитирует ежегодное движение Солнца! Поэтому в середине зимы, когда Солнце светит наиболее слабо и стоит низко над горизонтом, полная Луна светит наиболее ярко и поднимается над горизонтом высоко. А в середине лета, когда Солнце входит в полную силу, яркость Луны убывает.

Но не на это я хочу обратить твоё внимание, отрок. Мне хочется познакомить тебя с одним удивительным исследователем мегалитов, Александром Томом. Вся жизнь этот профессор из Оксфорда занимается исследованием мегалитов. Он в своих изысканиях объездил Корсику, Сардинию, Мальту, бывал на севере Африки, у нас на Кавказе, но больше всего он работал во Франции, Центральной и Северной Британии и в Скандинавии. Заслуга этого учёного в том, что он по духу не был ортодоксом. И свои исследования от коллег-учёных он хранил в тайне. Так вот, Александр Том пришёл к выводу, что строители всех без исключения мегалитов Земли в Европе, Азии или Африке пользовались одной и той же универсальной единицей измерения, которую он назвал мегалитическим ярдом, она равнялась 2,722 фута. Том доказал, что этой едини-

круг собственной оси за один оборот вокруг Солнца!

— Вот тебе и каменный век! — констатируя «знахаря», удивился я. — Эти ребята с каменными топорами знали астрономии не хуже наших академиков!

— Лучше, Юра, намного лучше! Ведь они были прямыми потомками великих ориан и атлантов... Но давай обратимся снова к Луне, отрок: если взять лунный радиус — 1738,1 км и рассчитать окружность Луны, то получим 109 208 000 км. А теперь попробуем перевести полученное расстояние в мегалитические ярды. Что мы получим? Довольно странную цифру — 13 162 900. А теперь разделим эту окружность в мегалитических ярдах на 366° 60 минут и 6 угловых секунд, — ты, я думаю, понял, откуда взялись 60 минут и 6 угловых секунд? — спросил старый.

— Частное от деления 366 на время наших земных суток, — не задумываясь, скороговоркой выпалил я.

— Молодец, сообразил! — похвалил «знахарь». — И что же получим? Оказывается, на каждую угловую секунду для Луны приходится 100 мегалитических ярдов! Не странно ли? Мегалитический ярд оказывается единицей измерения не только на Земле, но и на Луне. А теперь давай обратимся к Солнцу. Тем более, мы знаем, что Солнце больше Луны в 400 раз. И получили 40 000 мегалитических

Земле её Александр Том, профессор Оксфордского университета, назвал мегалитическим ярдом...

— Всё, что ты рассказываешь, случайно быть не может. Но в сознании начался бунт. Оно никак не хочет смириться со знанием древних. По-твоему, получается, что Луна — чуть ли не искусственно созданная для земной цивилизации планета... На это указывают параметры её отношения к Солнцу...

— Да и к Земле тоже, — сказал старый. — Знаешь, Юра, когда к Луне были запущены первые зонды, то земная наука была вынуждена полностью отказаться от «теории захвата». Ты, я думаю, слышал об этой глупой теории.

— Якобы наша Земля захватила своим гравитационным полем свободно блуждающую по Космосу Луну? Слышал, — кивнул я.

— А знаешь, почему ортодоксы отказались от своей глупости?

— Почему? — спросил я.

— Потому что были взяты образцы лунного грунта. И соотношение изотопов кислорода в горных породах на Земле и на Луне убедительно доказывает, что они возникли на одном расстоянии от Солнца. Чего не могло быть в случае, если бы Луна сформировалась в другом месте... К тому же анализ лунных пород показал зна-

тельную размера Земля в 3,66 раза больше Луны,

но имеет в 81 раз большую массу. О чём это говорит? О том, что Луна внутри полая... И ещё мне хочется обратить твоё внимание на то, что суша на Земле занимает всего 30% площади. По подсчётам же многих учёных, масса Луны составляет 70% объёма земной коры. Это в том случае, если Луна целиком и полностью из неё состоит. Но как мы знаем, Луна либо внутри полая, либо её ядро построено в основном из лёгких элементов. Следовательно, земной корой покрыта только поверхность нашего спутника. Отсюда можно сделать ещё один вывод, что на постройку Луны ушло не 70% объёма земной коры, а значительно меньше. И что оставшаяся земная кора присутствует на Земле там, где она была, — на дне морей и океанов. Просто после построения Луны земные океаны стали значительно глубже.

Взять, к примеру, Индийский океан или Тихий. Какие там глубины? До 10 тысяч метров и более! И на дне этих глубоководных впадин лежат уже не граниты, состоящие в основном из кремния и алюминия, а базальты, в которых кремний связан уже с магнием. Что это, как не остывшая мантия, юноша? Понимаешь, земная кора под Индийским и Тихим океанами в некоторых местах выбрана до мантии, до интрузивных горных пород: базальтов, габбро, плаги-

ты материковые плиты только у нас, на Оре. Кстати, не так давно, примерно 1,5 миллиона лет назад, со времён полного построения ночного светила. Думаю, ты уже догадываешься, что явилось причиной этого феномена?

... — Огромные массы земной коры и часть её остывшей мантии ушли на построение оболочки спутника. Концентрирую твоё внимание, отрок, на слове «оболочка»! Потому что внутри Луна собрана из материала погибшей Астры. К тому же она ещё и полупустая, — сделал короткое отступление старый.

— Но дело в том, что строители Луны, — продолжил он, — вынуждены были брать земную кору неравномерно. Огромный объём её был вынут со дна восточной и южной частей Тихого океана. Немного меньший объём земной коры был взят из его северных регионов. Вот и получилось, что обширный и в основном равнинный материк Му оказался со всех сторон подкопан. Но по расчётам древних, опасности в том не было. Под самим континентом платформа была вполне достаточной. Конечно, если специально её не рушить... Огромные массы земной коры также были взяты со дна Индийского океана. Например, на построение оболочки Луны были задействованы остатки погибшего континента Лемурии. 1,5 миллиона лет тому назад Атлантический океан был невелик. Но часть земной коры, особенно с его юга, тоже ушла на строящийся спутник. Таким образом, «с миру по нитке» и была построена лунная литосферная рубашка. Но вот, наконец, работы были закончены. И благодаря мощному гравитационному полю спутника Земля перестала колебаться. Мало того, её ось вращения приняла самое оптимальное для климата Земли положение, известный нам по отношению к Солнцу наклон в 22,5°. Ста-



ти, именно благодаря Луне, вернее, её гравитационному полю, наклон земной оси и остаётся неизменным.

...Всё получилось, только «поплыли» континенты... Америка, Северная и Южная, стала удаляться от Евразии... Оба материка, точнее, их гигантские тектонические платформы, не встречая сопротивления земной коры со стороны Тихого океана, поползли на Запад. Они и сейчас движутся в ту сторону. И скорость немалая — 1,8 см в год! По той же причине двинулась на юг Антарктида... В связи с движением всего американского континента на Запад начался процесс натяжения океанической земной коры в Атлантике. В те далёкие времена средне-атлантический хребет находился по большей части на поверхности. И на его поросших тропическим лесом предгорьях лежала великая страна атлантов. Теперь подумай сам, что стало твориться с Атлантическим континентом, если земная кора на дне океана и под материком начала испытывать колоссальное натяжение?

— Естественно, его тектоническая платформа стала опускаться на дно, — сказал я.

— Не вся сразу. Агония Атлантиды продолжалась сотни тысяч лет...

... — Ты, я думаю, уже понял, в чём причина на Земле тектонических подвижек. Понял многое и о значении для нашей цивилизации Луны. Наверное, догадываешься, что и гигантский Му опустился на дно Тихого океана не просто так.

... — Чем, кроме того, что ты мне рассказывал, можно ещё доказать, что Луна рукотворна? И что построила её древняя допотопная цивилизация?

— Тебе, как я понимаю, хочется узнать, сохранились ли в народной памяти, естественно, кроме наших русских тайных вед, ещё какие-либо сведения о том, что Луна имеет вполне земное происхождение? Ну, тогда слушай: несмотря на то, что Луна появилась рядом с Землёй почти 1,5 миллиона лет назад, сведения о том, что Луны раньше на звёздном небосводе не было, сохранились у очень многих народов.

Например, у шумеров, аккадцев, у малоазиатских фригийцев и аркадийцев. Последних в Элладе так и называли — долунными! Сведения, что Луны сотни тысяч лет назад не было, сохранились и в преданиях ацтеков, индейцев тэва, навахов. В древних преданиях майя вечернее небо Земли освещала не Луна, а Венера. Венера освещала небо у предков финнов и тибетцев. Во многих библиотеках ламаистских монастырей в Тибете сохранились письменные источники о далёкой долунной эпохе, когда на Земле рядом с людьми жили боги, великаны и карлики. Когда не было вражды и войн. Ты просто не интересуешься древней мифологией, отрок. Пора бы начать с ней работать. И сказок наверняка не читаешь, а если и читаешь, то принимаешь за небылицы. А между тем очень многие сказки для того и были созданы, чтобы сохранить древнюю мудрость...

— Уж не хочешь ли ты сказать, что в сказках есть информация и о том, как на земном небе появилась Луна? — спросил я седоголового.

— Конечно, есть! Редкий народ в своих преданиях не упоминает и долунные времена, и героев, которые подарили Земле наше вечернее светило. Есть и вообще конкретные сказки.

— Хотелось бы услышать, — размечтался я.

— Ты что, не слышал сказку «Колобок»? — Старик, видя мой нахохленный озабоченный вид, уже не смеялся, он хохотал!

— «Колобок»? — вытаращился я на «знахаря». — При чём здесь колобок?

— Да притом, что колобок — это и есть наша Луна! И эта сказка не детская. Она для взрослых, но благодаря детям дожила до нашего времени и будет жить ещё очень долго... Хранители этой замечательной сказки — дети, а смысл её должны понимать взрослые... Дети со своей задачей справились, взрослые подкачали!..

— Давай разберём «Колобка» вместе. С чего она начинается? Что некий дед предложил своей старенькой жене испечь колобок. Вот бабушка по сусекам поскребла, метлой помела и собрала муки на выпечку — на колобок... Кто такие дед с бабкой? Возможно, сам Сварог с матерью Сва-Ладой. Они часто выступают в образе стариков в наших сказках... Образы, наверняка, собирательные. Важно то, что приготовлением выпечки была занята женщина, хранительница единства, согласия и любви. Отсюда слово лад, или Лада! Она по сусекам поскребла, метлой помела. Значит, необходимый материал был в дефиците. Как можно охарактеризовать такое действие? Скорее всего, шло построение ядра спутника. Наукой доказано, что внутри Луны имеются огромные пустоты, но в то же время приборы указывают ещё и на мощные магнитные аномалии... Вроде бы одно должно исключать другое? Но, скорее всего, одно другое дополняет... В сказке прямо говорится, что старуха на колобок кое-как наскребла... По проекту диаметр диска спутника был незначительный. Что в этом случае оставалось проектировщикам и строителям? Из собранного материала построить нечто похожее на футбольный мяч. Вот и получилось, что из железных астероидов на Луне собран каркас. Внутри же Луна полая, отсюда и её малая плотность.

— Логично, — сказал я. — Тогда кто по-твоему заяц?

— Заяц, — нисколько не смущаясь, продолжил «знахаря», — скорее всего, поле тяготения какого-то большого астероида. Ведь строить искусственный спутник пришлось рядом с поясом астероидов.

— А волк? — не унимался я.

— Думаю, что образом серого волка показано гравитационное поле планеты-гиганта Сатурна. Очевидно, при транспортировке к Земле железная конструкция будущей Луны вынуждена была пройти рядом с этой планетой. Образ медведя наверняка указывает на поле тяготения Юпитера, в Солнечной системе по массе ему нет равных. Самый настоящий медведь! С лисой, я думаю, тебе всё понятно. Речь идёт о нашей матушке-Земле. Фактически, в сказке о колобок рассказывается, где и как ядро Луны было построено и каким путём добралось оно до Земли. Просто её, эту сказку, надо понять. За сказочными образами спрятана конкретика, и ещё не надо бояться авторитетов и своей интуиции. Всё просто, отрок, — заключил хранитель.

Георгий СИДОРОВ.

«Хронологический-эзотерический анализ развития современной цивилизации». Часть 2. «Истоки знаний».

Глава 15. Отрывок.

Метод Айзека Азимова

Одним словом Айзека Азимова можно описать так: плодовитый. Чтобы сравниться по количеству повестей, писем, эссе и других текстов, которые Азимов выдал за всю свою жизнь, вам необходимо будет писать полноразмерную повесть каждые две недели в течение 25 лет.

Как Азимов умудрялся выдавать столько хороших идей, в то время как у всех остальных их наберётся 1–2 штуки за всю жизнь? Чтобы ответить на этот вопрос, я изучил его автобиографию.

Азимов писал тексты 8 часов в день 7 дней в неделю. Он разрывал страницы, отчаивался, и периодически у него случались неудачи. В автобиографии Азимов делится тактикой и стратегией, выработанной им для того, чтобы идеи больше не заканчивались.

Никогда не прекращайте учиться

Азимов был не просто автором научной фантастики. У него была докторская степень по химии в Колумбийском университете. Он писал работы по физике, по древней истории, и даже написал книгу о Библии. Каким образом он умудрялся покрывать такой диапазон в век близорукости специализации? В отличие от современных профессионалов, Азимов не заканчивал обучение, получив степень.

«Я в принципе не смог бы написать такие разносторонние книги на основании только образования, полученного в школе. Мне нужно было постоянно заниматься самообразованием. Моя библиотека книг росла, и мне приходилось постоянно рыться в них, боясь, что я неправильно пойму какой-то вопрос, который для знающего человека покажется абсурдно простым».

Чтобы рождал хорошие идеи, необходимо поглощать хорошие идеи. Дипломом дело не заканчивается — только начинается.

Когда Азимов рос, он читал всё.

Читайте разнообразные книги, поддавайтесь любопытству, инвестируйте в себя без остановки.

Не боритесь с тупиком

Интересно, что Азимов также часто застревал.

Застревание — это нормально. Профессионала от любителя отличает то, что происходит после того, как он застрял. Азимов не давал этому событию остановить себя. С годами он выработал стратегию.

«Я не пялюсь на пустые листы. Я не провожу дни и ночи, колотя по пустой голове. Я просто оставляю роман и беру за один из десятка других ждущих меня проектов. Я пишу статью в журнал, эссе, рассказ, работаю над документальной литературой. Когда я устаю от них, моё сознание успевает поработать и вновь заполниться. Я возвращаюсь к роману и обнаруживаю, что вновь способен легко писать».

Опасайтесь сопротивления

Всем творцам — предпринимателям, писателям, художникам — известен страх оформления идей. Как только мы что-то предъявили миру, оно становится вечной мишенью для отвержения и критики со стороны миллионов глаз.

Иногда после публикации статьи я жутко пугаюсь и не читаю комментарии и письма о ней. Этот страх — величайший враг творца. В книге «Война искусства» Стивен Прессфилд называет этот страх Сопротивлением. Азимову тоже было знакомо Сопротивление.

Страх быть отвергнутым превращает нас в «перфекционистов». Но это лишь защитный панцирь. Мы прячемся в него в трудное время. Он даёт нам ощущение безопасности, но оно ложное. На самом деле, у всех есть идеи. Семени творчества прорастают через подоконники разума. Разница между Азимовым и нами в том, что мы отвергаем наши идеи, не давая им шанса.

Если у вас нет идей, то у вас не будет и провалов.

Понижайте стандарты

Азимов был ярким противником стремления к идеалу. По его словам, пытаться с первого ра-

за всё сделать идеально — это большая ошибка. Вместо этого обратите внимание на основные детали.

Представьте себя художником за созданием наброска. Вам необходимо чётко представить композицию, цветовые блоки, баланс и всё остальное. Сделав это, можно начинать беспокоиться о мелочах.

Не пытайтесь с первого раза нарисовать Мону Лизу. Понижайте стандарты. Сделайте проверочный продукт, временный набросок, грубый черновик.

В то же время Азимов настаивает на уверенности в себе:

«[Писатель] не может сидеть и сомневаться в качестве написанного. Он должен любить свои работы. Я люблю».

«Верьте в то, что создаёте. Это не значит, что вы не должны стараться сделать всё каждый раз как можно лучше. Вера в себя — это выйти за пределы, потерпеть жёсткую неудачу и найти в себе силы снова подняться».

Мы терпим неудачи, мы боремся, и потому достигаем успеха.

Делайте БОЛЬШЕ

Что интересно, в качестве лекарства от перфекционизма Азимов рекомендует создавать больше.

Если каждые несколько недель у вас выходит новый продукт, у вас не остаётся времени ныть над неудачами. Меньше тревог от неудач. Разнообразие — это страховка для разума.

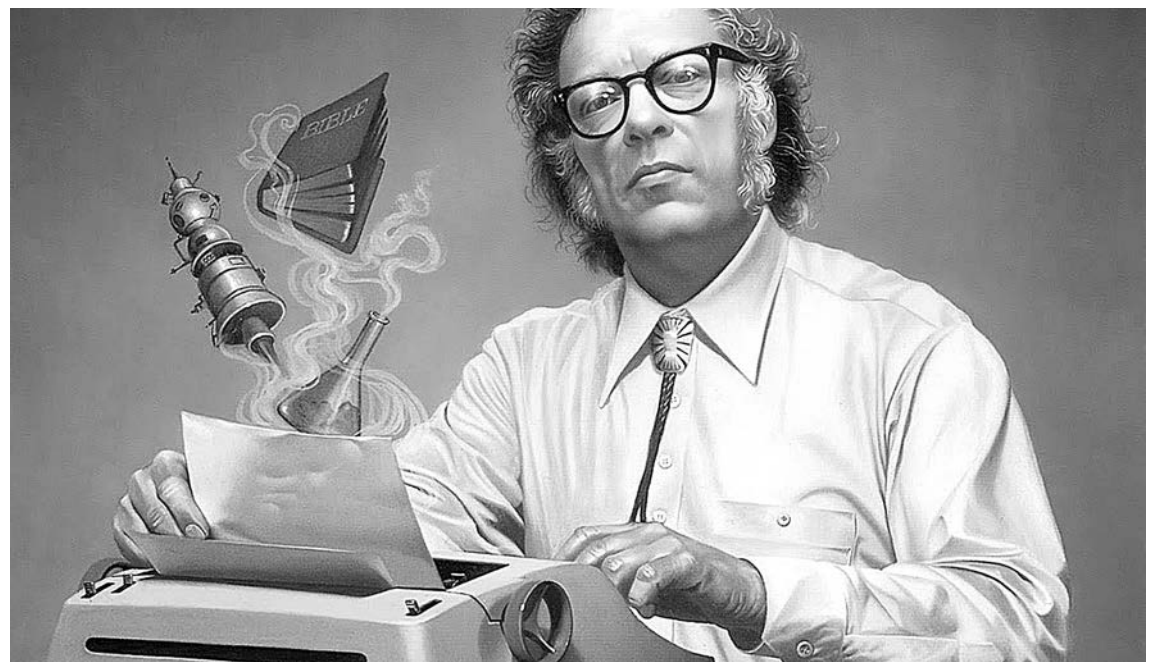
Секретный ингредиент

Друг Азимова, писатель, борющийся с отсутствием идей, спросил его однажды: «Где ты берёшь свои идеи?». Азимов ответил: «Я думаю, думаю, думаю до тех пор, пока не появляется желание убить себя. Ты что, считал, что до хороших идей легко додуматься?».

Многие ночи он проводил наедине с собой.

Никто не обещал, что придумывать идеи легко. Если бы это было легко, этим не стоило бы заниматься.

Вячеслав ГОЛОВАНОВ.



— Почему умственный труд даёт нам с трудом? Это тоже результат уменьшения мозга?

— Мозг — странная структура. С одной стороны, он позволяет нам думать, с другой — не позволяет. Ведь как он работает? В ослабленном состоянии, когда вы отдыхаете, скажем, смотрите телевизор, мозг потребляет 9% всей энергии организма. А если вы начинаете думать, то расход повышается до 25%. А ведь у нас за плечами 65 миллионов лет борьбы за еду, за энергию. Мозг привык к этому и не верит, что завтра ему будет чем питаться. Поэтому он категорически не хочет думать. (По этой же причине, кстати, люди склонны переедать.) В ходе эволюции даже возникли специальные защитные механизмы: когда вы начинаете интенсивно работать, размышлять, у вас тут же вырабатываются специальные соединения, вызывающие раздражение: вам хочется есть, в туалет, у вас возникает миллион дел — всё, что угодно, только бы не думать. А если вы ложитесь на диван с вкусной едой, организм приходит в восторг. Тут же начинает вырабатываться серотонин — он всего на положение одной молекулы отличается от ЛСД. Или дофамин, или эндорфины — гормоны счастья. Интеллектуальные затраты так не поддерживаются, и организм им сопротивляется. Мозг большой не для того, чтобы работать всё время, а чтобы решить проблему энергии. У вас возникла биологическая задача, вы включились и напряжённо поработали. А как только решили задачу, тут же выключились и — на диван. Выгоднее иметь огромный мощный компьютер, запустить его на три минуты, решить задачу и тут же отключить.

— Мозг всегда работает целиком?

— Нет, он к этому не приспособлен. Когда вы смотрите кино, работают затылочные области, когда слушаете музыку — височные. И даже меняется кровоснабжение — то к слуховой области, то к зрительной, то к моторной. Поэтому если вы хотите сохранить мозг в целостности, нельзя заниматься, например, одной физкультурой. Если вы не будете при этом давать себе интеллектуальные нагрузки, причём разнообразные, то кровоснабжение будет проходить преимущественно в моторных областях, а не в интеллектуальных, то есть ассоциативных, и там раньше начнётся склероз. Старушка будет подвижная, стройная, но в полном маразме.

— Из-за этой особенности мозга нам сложно делать несколько дел одновременно?

— Да, конечно, много дел требуют повышенной концентрации, и энергетические затраты резко возрастают. Приток крови идёт сразу к нескольким областям, сопротивление мозга нарастает: чем больше вы включаете нейронов, тем больше мозг не хочет работать.

— Как заставить ленивый мозг работать?

— Сделать это очень сложно. Конечно, мозгу можно сулить какие-то отсроченные результаты, но биологические организмы требуют только немедленных результатов: до завтра ведь можно и не дожить. Так что этот способ подходит единицам. А вот обмануть мозг можно. Для этого существует два приёма. Первый — с помощью обманных обещаний, второй — с помощью так называемой смещённой активности. Приведу пример. Собака сидит около стола, вы — за столом, на столе — бутерброд. Собака хочет стащить бутерброд и понимает,

Общество изгоняет умных



Современный человек в своём развитии недалеко ушёл от обезьяны. Жизнь его определяют те же законы, что и десятки миллионов лет назад, и будущее не сулит человечеству ничего хорошего. Эволюционист, палеоневролог, доктор биологических наук, профессор, заведующий лабораторией развития нервной системы Института морфологии человека РАН Сергей Вячеславович Савельев рассказывает о мозге и делится своими прогнозами развития человечества.

ет, что её накажут. И вот она сидит между двух огней и вдруг начинает остервенело чесать за ухом. Она не может ни остаться безучастной, ни среагировать — и выбирает третий путь. Это и есть смещённая активность — занятие делом, напрямую не относящимся к тому, что вам действительно нужно. Это то, что загнано в щель между биологической («хочу») и социальной («надо») мотивацией. Писатели, скажем, начинают писать совсем не то, что должны, фотографы снимать что-то не относящееся к заказу, и результаты часто бывают гениальными. Кто-то называет это озарением, кто-то вдохновением. Достичь этого состояния очень сложно.

— Можно ли сказать, что способности человека заложены в его мозге?

— Да, и их нельзя ни расширить, ни увеличить — только реализовать. Например, у художника огромные затылочные поля (один раз в пять-шесть больше (по весу, размеру, числу нейронов), чем у обычного человека. Этим определяются его способности. У него больше ресурс по обработке, он будет видеть больше цветов и деталей, поэтому вы никогда не сможете с ним договориться о том, что касается изобразительной оценки. Людям с разными способностями трудно понять друг друга. И чем сильнее выражены их способности, тем хуже.

— Как выявить способности человека?

— Психология этого, к сожалению, не может. А технические сред-

ства пока не очень развиты. Однако я уверен, через пять-десять лет технологии усовершенствуются, появятся высокоразрешающие томографы (сейчас их разрешение — 25 микрон, а нужно 4–5 микрон), и тогда с помощью специального алгоритма можно будет сортировать людей по способностям и отбирать гениев в разных областях.

— Звучит устрашающе. К чему это приведёт?

— К тому, что мир изменится навсегда. Самое приятное — благодаря такой сортировке люди смогут заниматься тем, к чему они действительно склонны. И это принесёт многим счастье. Не надо будет никого травить газом Эр-Эйч, как в фильме «Мёртвый сезон», чтобы все были тупыми и несчастными. Ещё одно последствие — индивидуальные различия перекроют этнические, и расовые проблемы исчезнут. Зато появятся новые — такие, с которыми человечество ещё никогда не сталкивалось. Потому что гении, которых отберут искусственным путём, кардинально и, главное, незаметно для окружающих изменят мир. В ближайшем будущем человечеству предстоит очень короткая, но очень яростная гонка. Кто первый создаст систему сортировки, тот будет править миром. Вы же понимаете, что в первую очередь эту технологию используют не на благо общества, а в военных целях. Это будет чудовищно. По сравнению с этим Вторая мировая война покажется игрой в солдатики.

— А в каком направлении сегодня идёт естественный эво-

люционный процесс?

— Негативный социальный отбор, начавшийся 10 млн лет назад, действует по сей день. Из общества до сих пор изгоняют не только асоциальных элементов, но и самых умных. Посмотрите на судьбы великих учёных, мыслителей, философов — мало у кого хорошо сложилась жизнь. Это объясняется тем, что мы, как обезьяны, продолжаем конкурировать. Если среди нас появляется доминантная особь, её надо немедленно ликвидировать — она же угрожает каждому лично. А поскольку посредственностей больше, любой талант должен быть или изгнан, или просто уничтожен. Именно поэтому в школе отличников преследуют, обижают, третируют — и так всю жизнь. А кто остаётся? Посредственность. Зато прекрасно социализированная.

— То есть мы до сих пор живём по тем же законам, что и десятки миллионов лет назад?

— Да, мы такие же обезьяны, как и раньше, и живём по тем же обезьяньим законам, что и 20 млн лет назад. В основном все едят, пьют, размножаются и доминируют. Это основа устройства человечества. Все остальные законы, системы только маскируют это явление. Общество, в котором нет да появляются одарённые люди, придумало такой способ маскировки наших обезьяньих корней и желаний, чтобы оградить биологические начала от социальных. Но и сегодня все процессы — в сфере политики, бизнеса и т. д. — строятся по биологическим зако-

нам. Предприниматели, например, стремятся на всём сэкономить, чтобы получить конкурентные преимущества и таким образом повысить свою доминантность. Социальные же законы, моральные и этические установки, привитые родителями, наоборот, мешают бизнесу, и все стараются их обойти, чтобы больше заработать.

— Похоже, что перспективы нашей цивилизации в том, что касается интеллекта, радужными не назовёшь.

— Если цивилизация сохранится в нынешнем виде, в чём я сомневаюсь, то наш интеллектуальный уровень сильно упадёт. Это неизбежно. Уже сейчас образовательный ценз значительно снижается, потому что возникла великая вещь — информационная среда, которая позволяет людям имитировать знания, образованность. Для приматов это очень большой соблазн — такая имитация позволяет ничего не делать и иметь успех. При том, что интеллектуальное развитие будет снижаться, требования к уровню социальной адаптированности будут повышаться.

Вот, например, объединили Европу. Кто оказался самым успешным? Умные? Нет. Наиболее мобильные и социализированные, те, кто готов переезжать в другие города и страны и прекрасно там приживается. Сейчас эти люди приходят во власть, в структуру управления. Европа, объединившись, ускорила деградацию интеллекта. На первый ценностный уровень выходит способность человека поддерживать отношения, на второй — всё остальное: профессионализм, умения, навыки. Так что нас ждёт интеллектуальная деградация, уменьшение размеров мозга, отчасти, может быть, физическое восстановление — сейчас же пропагандируется здоровый образ жизни.

— Человек не может обладать и высокими умственными способностями, и развитыми социальными навыками?

— Очень редко. Если человек думает о чём-то своём, ищет решения, которых до него не было в природе и в обществе, это исключает высокий уровень адаптированности. И даже если общество признаёт его гением, он в него не впишется. Высокая социализация, в свою очередь, не оставляет ни на что времени. Массовики-затейники мало пригодны к подневольному труду. Потому что они приобретают доминантность, повышают свой рейтинг с помощью языка, а не дел.

— Отличается ли мозг женщины от мозга мужчины?

— Женский мозг меньше мужского. Минимум разницы в среднем по популяции 30 г — максимум 250 г. За счёт чего он меньше? За счёт ассоциативных центров, отвечающих за абстрактное мышление, — они не очень нужны женщине, так как её биологическая задача связана с размножением. Поэтому женщины бывают особенно успешны в областях, относящихся к воспитанию, образованию, к культурологической идентификации. Они хорошо поддерживают, сохраняют, передают преемственные культурологические системы — музеи, библиотеки. Кроме того, они добиваются прекрасных результатов в стабилизированных сообществах, там, где все правила уже определены и хорошо известны. Ну и, конечно, женщины бывают гениями — мозг очень изменчивая структура.

Анна НАТИТНИК.

<http://hbr-russia.ru>

(Публикуется в сокращении).



С каждым днем всё больше людей жалуется на проблемы с мозговой деятельностью — на всё возрастающую рассеянность, на сложности с запоминанием информации, на физическую невозможность читать большие тексты, не говоря уже про книги. И просят дать им что-нибудь для улучшения мозговой деятельности в целом и памяти в частности. Причём, как это ни парадоксально, данная проблема характерна не только и не столько для пожилых людей, ослабевать мозгами которым, вроде как, «положено по возрасту», сколько для людей среднего и моложе среднего возраста. При этом многие даже не интересуются, почему так происходит — автоматически списывают это на стрессы, усталость, нездоровую экологию, на тот же возраст и т. п., хотя всё это даже близко не является причиной. Среди моих пациентов есть те, кому далеко 70, но кто не имеет вообще никаких проблем ни с памятью, ни с мозговой активностью. Так в чём же причина?

А причина состоит в том, что, несмотря ни на какие доводы, никто категорически не хочет отказать от так называемой постоянной, круглосуточной «подключённости к информации». Другими словами, ускоренная утрата мозговых функций началась в тот самый знаменательный день, когда вы решили быть постоянно «на связи». И нет никакой разницы — вынудила ли вас к этому служебная необходимость, изнывание от безделья или элементарная боязнь быть «не на уровне», т. е. боязнь прослыть белой вороной, чудаком в среде себе подобных.

Ещё в 2008 году было известно, что среднестатистический пользователь интернета прочитывает не более 20% текста, размещённого на странице, и всячески избегает больших абзацев! Более того, специальные исследования показали, что человек, постоянно подключённый к сети, текст не читает, а сканирует как робот — выхватывает отовсюду разрозненные куски данных, постоянно перескакивает с одного места на другое, а информацию оценивает исключительно с позиции «поделиться», т. е. «а можно ли это «откровение» кому-нибудь переслать?». Но не с целью обсудить, а главным образом с целью вызвать эмоции в виде анимированной «отрыжки», сопровождающейся короткими репликами и возгласами в СМС-формате.

В ходе исследований выяснилось, что страницы в интернете, как уже говорилось, не читаются, а бегло просматриваются по шаблону, напоминающему латинскую букву F. Пользователь сначала считывает несколько первых строк текстового содержания страницы (иногда даже полностью, от начала до конца), затем перескакивает на середину страницы, где считывает ещё несколько строк (как правило, уже лишь частично, не дочитывая строки до конца), а затем быстро спускается к самому низу страницы — посмотреть, «чем дело кончилось».

Поэтому наиболее эффективным способом подачи информации рядовому интернет-пользователю является отображение информации в виде перевёрнутой пирамиды (т. е. согласно принципу «чем ниже, тем меньше») с обязательным выделением ключевых слов (чтобы потребители информации

понимали, что важно, а что — не очень) и раскрытием не более одной мысли за абзац. Только так можно задержать внимание на странице максимально долго. Если же по мере спуска вниз по странице плотность информации не убывает или, того хуже, увеличивается (как, например, в этой статье), то на таких страницах задерживаются лишь единицы.

Моё личное мнение такое: интернет — это реальный наркотик. А что такое наркотик? Это совершенно бесполезная вещь, без которой любой человек может прекрасно жить до тех пор, пока не попробует. А когда попробует, то зависимость возникает пожиз-

ноу — не только читателей, но и писателей. В результате имеем то, что имеем — массовое отупение.

Даже люди с хорошими (в прошлом) навыками чтения говорят, что после целого дня метания по интернету и лавирования среди десятков и сотен электронных писем, они физически не могут начать даже очень интересную книгу, поскольку чтение уже одной только первой страницы оборачивается настоящей пыткой.

Чтение попросту «не идёт» прежде всего потому, что:

- а) не получается заставить себя перестать сканировать текст, отыскивая в нём ключевые слова;
- б) совершенно не усваивает-

тексты, читать сложную литературу вскоре станет элитарной привилегией, доступной только особой касте людей. Идея эта не нова, поскольку ещё Умберто Эко в романе «Имя розы» предлагал пускаться в библиотеку только тех, кто умеет и готов воспринимать сложные знания. А все остальные будут в состоянии читать лишь вывески да интернет.

Короче говоря, никакие таблетки, никакие пищевые добавки, никакие диеты, никакие мозгоправы и т. п. не способны остановить деградацию мозга. Остановить её может только одно — прекращение поступления в систему обработки всевозможного инфор-

можете, поскольку практически в каждом слове начинаете делать ошибки, а как использовать знаки пунктуации — не знаете даже приблизительно. Зато вы круто делаете сэлфи (и прочие мусорные фото) и стучитесь к кому-нибудь в Viber или WhatsApp.

Короче говоря, слушаете плохие новости: мобильную связь нужно использовать только и исключительно в ЭКСТРЕННЫХ случаях. Например, вы приехали в незнакомый город и не можете найти встречающего — позвонить действительно нужно. Или вы опаздываете на важную встречу — позвонить реально необходимо. Т. е. нужно настроить ваш

Деградация мозга



ненная — наркомания не лечится.

На проблемы с восприятием информации жалуются люди всех рангов и специальностей — от высококвалифицированных университетских профессоров до сервисных работников по обслуживанию стиральных машин. Подобные жалобы можно особенно часто услышать в академической среде, т. е. от тех, кто по роду деятельности вынужден плотно и ежедневно общаться с людьми (обучать, читать лекции, принимать экзамены и т. д.). Они сообщают, что и без того низкий уровень навыков чтения и восприятия информации у тех, с кем им приходится работать, год от года падает всё ниже и ниже.

Большинство людей испытывает колоссальные затруднения при чтении больших текстов, не говоря уже про книги. Даже блоггеры размером более трех-четырёх абзацев уже кажутся большинству слишком трудными и нудными для восприятия, а потому скучными и не заслуживающими даже элементарного внимания. Вряд ли найдется человек, который не слышал бы популярного сетевого высказывания «слишком много букв — не осилил», которое обычно пишут в ответ на предложение прочитать что-то длиннее пары десятков строк. Получается замкнутый круг — писать много нет смысла, поскольку это почти никто не будет читать, а сокращение объёма передаваемой мысли приводит к ещё большему ску-

пному синтаксису, свойственному большинству классических, высококачественных или наукоёмких произведений, который полностью отсутствует в обмене телеграфной «СМС-отрыжкой».

В результате этого одно предложение приходится перечитывать по нескольку раз! Наиболее откровенные люди так прямо и говорят: я противен/противна сам(а) себе.

Но это ещё далеко не всё. Из-за постоянной подключённости к интернету резко ухудшаются такие навыки человека, как способность возвращаться к уже некогда осмысленной информации, анализировать прочитанное и подключать воображение. Ещё хуже то, что в 80% случаев люди ходят в интернет за сомнительными развлечениями либо черпают оттуда информацию, имеющую не то что нулевую, а отрицательную культурную ценность.

При этом большинство людей (особенно молодых) привязаны к своим гаджетам настолько, что при угрозе оказаться отключёнными от сети в течение хотя бы одного дня испытывают не только психическую подавленность, граничащую с паникой, но и реальную физическую ломку, напоминающую наркотическую. Не верите? А ну-ка выключите свою мыльницу СОВСЕМ и попробуйте прожить без неё хотя бы 2–3 дня.

Есть мнение, которое я вполне разделяю, что способность эффективно воспринимать сложные

массового мусора и ежедневная загрузка мозга так называемой «полезной информацией». Процесс этот чрезвычайно сложный, а для многих людей так и вовсе невыполнимый. Для многих поезд, как говорится, уже ушёл.

Ещё раз, коротко.

Гаджеты, обеспечивающие вашу постоянную подключённость к информации/интернету — смартфоны, айпады и пр., без которых вы теперь даже в туалет сходить не можете, — делают вас практически дебилом с вялым, апатичным, еле соображающим мозгом, который не способен думать и анализировать. Но, как и всякий наркоман, вы, конечно же, убеждены в обратном — в том, что эти мыльницы делают вашу жизнь реально яркой, насыщенной, удобной и т. п., а вас лично — «сильно продвинутой личностью», которая всегда в курсе всего.

Благодаря этим устройствам в ваш мозг непрерывным потоком круглосуточно поступает всевозможный мусор, который загаживает ваш «бортовой компьютер» настолько, что вы гонитесь лишь для выполнения самой примитивной, низкоквалифицированной работы. Вы не в состоянии ни связно говорить, ни писать, ни читать — ваша речь косноязычна и наводнена словами-паразитами. Рассказывая кому-то о чм-то, вы с трудом подбираете нужные слова, а слушая кого-то, быстро теряете нить разговора и начинаете скучать и зевать. Писать вы не

можете только на приём или передачу необходимой вам профессиональной и деловой информации. А остальное время гаджет должен быть ВЫКЛЮЧЕН. Впрочем, я представляю себе, как вам неуютно от одной только мысли об этом.

Нужно быть готовым к тому, что всё ваше окружение вас, мягко говоря, не поймёт. Вам скажут, что вы «с приветом», совсем «куку», что у вас «поехала крыша» и т. п. Наплевать и растереть. **Помните: вы объект для информационного нападения и вам нужно защищаться.** Как говорил президент CBS News Ричард Сэлант: «Наша работа — продавать людям не то, что они хотят, а то, что нужно нам».

И, наконец, вам нужно заново учиться читать книги. Настоящие бумажные книги — понимаете? Не разглядывать часами подслеповатыми глазами свою мыльницу с экраном, а читать книги. Будет тяжело, но вы попробуйте. Насиловать себя не нужно — в первый день прочитайте полстраницы, на следующий — целую страницу, на третий день — 1,5 страницы и т. д. Учтите, что организм будет всячески этому сопротивляться — будет и тошнить, и ломать, и тянуть заняться чем угодно, — лишь бы мозг не напрягался.

Удачи вам не желаю, поскольку понадобится совсем не она.

А. СТАЦКЕВИЧ.

«Академия Тринитаризма».



Ярмарка

Условия размещения объявлений в ЯРМАРКЕ:
для тех, кто подписан на газету,
публикация в течение подписного периода бесплатная —
в редакцию (эл. адрес: yarmarka@zeninasvet.ru) необходимо
заранее прислать копию квитанции о подписке.
Для остальных — 200 рублей 1 публикация.

Реквизиты для оплаты
(обязательно сообщите дату, время и сумму оплаты):
Карта Сбербанка № 4276 1340 0961 2967
или кошелек Яндекс-деньги № 41001273246348.
По всем вопросам обращаться по тел. (4862) 78-08-62.

Товары и изделия

✓ **МАСЛА ХОЛОДНОГО ОТЖИМА** с деревянного пресса и жмых (кедровое, грецкого ореха, льняное, подсолнечное, кунжутное, тыквенное, миндальное, фундучное); живица кедровая на кедровом и льняном маслах 5%, 10%, 15%, 20%; мази живичные «Жива», суставная, от пародонтоза; иван-чай цельнолистовой ферментированный, другие травы; конфеты натуральные сыродеческие; мыло натуральное ручной работы и др.

Вся продукция производится в Родовых поместьях селения Кедров Синегорья (Свердловская обл.). Заказы высылаются почтой или транспортной компанией из Нижнего Тагила за счёт покупателя. Возможен обмен, особенно на семена, саженцы.



Информация о товаре и ценах здесь: <http://vk.com/jasnoe.ural>
ilja.yasniy@yandex.ru; тел.: 8-902-279-8615, 8-912-688-1564 (Артель создателей Родовых поместий Кедров Синегорья, Илья).

Участки, дома

✓ **ПРОДАЁТСЯ НЕБОЛЬШОЙ ДОМИК** на гектаре в поселении Ключёвском, основанном на базе села, на Ставрополье.

Стены из природного камня, крыша — шифер и металлопрофиль. Начальные документы о выделении земли имеются.

На гектаре растут деревья и кустарники; необычный рельеф. С участка открывается вид на село.

С обеих сторон протекают родники, один из них с купелью. С восточной стороны — лог, с запада — лес.

Есть возможность подвода электричества. Отопление печное (печь газогенераторная). Подземные воды расположены близко, что удобно для колодца или скважины.

В селе есть два магазина, клуб, медпункт. Школа в соседнем селе, куда ездят два школьных автобуса.

Стоимость 200 000 рублей.
Тел. 8-903-408-8474, Татьяна,
e-mail: petsevatv@yandex.ru.

✓ **ПРОДАМ ДОМ** отапливаемой площадью 50 кв. м с участком 87 соток в собственности и 50 соток в аренде. Фактически участок 2,5 га (участок крайний) в д. Студенцово Судогодского р-на Владимирской области, недалеко от д. Ильино. До Владимира 35 км. Координаты 55.920154, 40.560589. Дом зарегистрирован, участок находится в границах деревни. Категория земли — земли населённых пунктов, назначение — ЛПХ и ИЖС.

Деревня — тихое чистое место с небольшим количеством домов. Дом с участком располагается рядом с селениями РП Родное (от дома до Родного 200 м), Ладное, Мирное, Заветное, Солнечное, Чудное (через дорогу от дома), экодеревня Доброе. В непосредственной близости находится социокультурный центр «Добрая Земля». Недалеко живописное озеро, на участке — красивый пруд 250 кв.м, глубина более 2 м. Зимой дороги чистят регулярно.

Дом пригоден для круглогодичного проживания. Современная функционирующая кирпичная дровяная печь с камином и лежанкой (дом пригоден для проживания зимой). Панорамное окно. Вода в доме. Электричество 380 В. Большой подпол пригоден для хранения овощей и заготовок.

Новая баня (с небольшими недоделками), колодец, обвалованный пруд, сад (плодоносящие яблоня, груши, сливы и т.д.), заложен виноградник и орешник, огород, есть лесистый участок, на участке растёт много иван-чая и таволги.

По краю участка протекает ручей, благодаря чему можно сделать каскад прудов протяжённостью 200 м, шириной до 50 м. Участок прекрасно подходит для бизнес-проекта, пермакультурного, туристического проекта. Рядом есть поле, пригодное для выпаса.
Тел.: 8-920-906-1634, 8-922-716-6740, Лиля; электронная почта: lilya.ahtyamova@mail.ru.

✓ В Пермском крае **ПРОДАЁТСЯ ЗАЙМКА** — два смежных участка с/х назначения площадью по 5 га каждый.

На одном участке — двухэтажный кирпичный дом, баня и др. хозпостройки, на другом — пасека, пасечная изба, плотина через речку для устройства пруда. Недорого.
Тел. 8-908-256-0338, 8-904-843-8897 — Владимир Степанович.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 1,45 га **С ДОМОМ** в центре РП Благодар Ярославской области. Дом 2-этажный, кирпичный, обшит внутри кедром, с печью, погребом и баней внутри. Есть посадки. Подведено электричество. На территории летний домик, колодец, дровяница, навес на въезде. Документы оформлены. Цена 4,1 млн. руб.
Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

Разное

✓ **ПРИГЛАШАЕМ МОЛОДЫХ И ЭНЕРГИЧНЫХ ЛЮДЕЙ** (без вредных привычек, питание вегетарианское) ознакомиться с жизнью в Родовом поместье и оказать посильную помощь по строительству и хозяйству. Наши замыслы больше возможностей.
РП Калиновец, Нижегородская область, Воротынский район.
Тел. 8-962-515-8411, Пётр; 8-963-232-6359, Сюзанна.

✓ **КОТЯТА из Милого.** Оба родителя наши мышеловы, развлекатели гостей, предсказатели погоды; самостоятельные и самодостаточные, но внимательные и ласковые. Кот — сторожил, за всеми присматривает, малышно терпит, даже за ягодами со мной ходит, такой кот, что я и замуж-то не выхожу. А кошка Соль — красавица, понимающая, иммигрировала, как мы, из города и вполне себе освоилась.

Обмен на семена, доставка обсуждаема.
Калужская область, РП Милое.
Тел. 8-920-890-8688, youzhe@yandex.ru.

✓ **ПЕЧИ** на любой вкус.
Посмотреть здесь <http://samofal.ru/r06-1.htm>.
Ростовская обл. Тел. 8-928-161-2429.

✓ **ПРИГЛАШАЕМ ГОСТЕЙ** пожить у нас в Милом недельку, отпустить хозяев в путешествие.
РП Милое, Калужская обл., Юновский район, д. Куновка.
youzhe@yandex.ru, тел. 8-920-890-8688, Юлия Жемчужникова.

✓ **ПРИГЛАШАЮ К СЕБЕ НА ПОСТОЯННОЕ ЖИТЕЛЬСТВО** одинокую женщину-пенсионерку в помощь по уходу за двумя детьми: мальчику 3 года, девочке 1 год. Живу одна с детьми в сельской местности в своём доме с садом и огородом в Нижегородской области, Воротынском районе, рядом с райцентром Воротынец.

Дополнительную информацию о себе дам по тел. 8-920-026-1836. Марина.

Подписка на газету «Родовая Земля» с любого месяца на I полугодие 2017 г. во всех отделениях почтовой связи РФ.

Подписной индекс 60041
по каталогу МАП «Почта России»

При недоставке газеты в течение месяца обращайтесь в своё отделение связи с **письменным заявлением** на розыск.

Дальневосточный гектар: приглашайте друзей!

Оксана, зарегистрированный пользователь официального сайта прямых инвестиций потребительского общества «Экополис», спрашивает: «Здравствуйте, я подала в ПО «Экополис» (<https://ecopolis-pro.ru/index.php>) заявку на дальневосточный гектар, а вы никак не отреагировали. Увидели вы её или нет, и что дальше делать, сколько ждать и где наблюдать за ходом событий? Спасибо!»

Оксана, во-первых, спасибо вам за то, что вы приняли решение участвовать в коллективной заявке на «дальневосточный гектар», а, во-вторых, — за ваши вопросы. Напомню, что это важно для всех нас, поскольку только коллективная заявка позволяет получить максимальную поддержку государства для его освоения. Наша с вами задача — объединить максимальное количество людей, желающих участвовать в программе освоения Дальнего Востока.

Схема, которая отлично иллюстрирует, что происходит при индивидуальной заявке, гуляет по интернету как вирусный мем-тигун. Но зато каждому понятно, что осваивать гектары необходимо через коллективную заявку. Всё должны делать профессионалы, которым и нужно доверять свои права.

ПО «Экополис» назвал свою программу «Экопарки Дальнего Востока», поскольку мы считаем эту форму деятельности на земле наиболее успешной, потому что нам необходимо не только создать территории опережающего развития, но сделать это с яркой приставкой ЭКО. Даже из благих намерений нельзя допустить превращения нашего Дальнего Востока в очередную мусорную свалку. Только осваивая свои гектары в границах экопарков, мы сможем сохранить био-разнообразие растительного и животного миров региона, выращивать экопродукты и принимать туристов со всего мира.

Ваша заявка сразу обрабатывается непосредственно на сайте, как только вы нажимаете на кнопку

«сохранить изменения» в Личном кабинете зарегистрированного пользователя.

Сколько ждать? С момента заключения договора о государственно-частном партнёрстве нам отводится не более трёх лет для начала освоения и не более пяти лет до завершения работ по созданию экопарка. То есть государство предоставляет времени более чем достаточно для осуществления всего комплекса мероприятий. Разумеется, сделать всё надо будет значительно быстрее, тем более, что средства на это уже выделены в бюджетах.

Вы оформили свою заявку, что делать дальше? Приглашайте соседей в проект! Под вашей заявкой в Личном кабинете есть специальная функция, которая так и называется. Если вы знаете людей, которых хотели бы видеть в качестве своих соседей, просто скопируйте в это окно их электронную почту, и они получат от вас тёплые слова и приглашение!

Хочу напомнить, что для реализации прав на «дальневосточный гектар» совсем не обязательно переезжать в регион на ПМЖ. Можно передать свой гектар в управление кооперативу или использовать возможности интернета для непосредственного управления. Такие возможности предоставляет программа «Экопарки Дальнего Востока». Участвовать в программе могут все граждане России!

Как только количество заявок объединит пять тысяч гектаров, что позволит нам сформировать первый экопарк, сразу начнётся взаимодействие ПО «Экополис» и органов государственной/муниципальной власти в рамках государственно-частного партнёрства.

Все новости можно будет прочесть на официальном сайте ПО «Экополис», а также на нашем видео-канале ПО «Экополис» в Ютуб. Если же вы захотите оперативно получать рассылку новостей, то для этого предусмотрен сервис в вашем Личном кабинете.

https://vk.com/akademy_gt

Дальневосточный федеральный округ





Книги из Милого

Янто Эванс «Дом из самана» — 650 руб.

Остатки тиража (Бишкек) уникальной книги для любого, кто только начинает думать о строительстве своего дома или уже построил не один. Всё о самане и не только. Я называю книгу Янто своей строительной Библией. Ставим

ли мы сруб или летнюю кухню — открываю её. Прочитав, вы поймёте, что строить — это весело и интересно, это почти как рожать, только доступно и мужчинам, и детям, и старикам.

Твёрдая обложка, 300 стр.

Ю.Же «Старание к старению» — 950 руб.

Моя книга об осознанном отношении к возрасту 50+. О смыслах, страхах, делах старости. О том, как меняются отношения, о любви и счастье, трудностях и ста-

рании. Исследования, размышления, личный опыт, большой объём цитируемой и рекомендуемой литературы.

Мягкая обложка, 300 стр.

Ю.Же «Любовь. Психология Бытия» — 250 руб.

Небольшая моя книга-исследование о современном (накопительно) понимании того, что такое любовь. То, как это понятие трактуется психологической и философской наукой, безусловно, влияет на нашу жизнь через образование и культуру. Можно ли

дать определение понятию Любовь? Нет, но можно дать обозначения. Можно увидеть её аспекты, проявления, отделить зёрна от плевел. Думаю, у меня получилось. Интересующимся психологией.

Мягкая обложка, 150 стр.

Ю.Же «Наизнанку» — 250 руб.

Остатки первого тиража моей любимой небольшой повести о парне Кольке, который видит то,

что почему-то принято считать и называть «внутренним миром».

Мягкая обложка, 60 стр.

Ю.Же «Внук Заратустры» — 610 руб.

Сборник, в который вошли небольшие повести и рассказы, несколько притч, написанные в Милом между 2008 и 2017 гг. О раз-

ном, разных реальностях, эволюции, отношениях.

Мягкая обложка, 200 стр.

Шри Ауробиндо «Духовные стихи» — 950 руб.

Случайно попавшая ко мне часть уникального издания стихов величайшего мудреца и поэта прошлого века. В Книге оригиналы стихотворений на английском языке и очень качественный, почти дословный и при этом художественный перевод. Это позволяет

не только насладиться чудесными мыслями о Боге, Вселенной, Жизни и её смыслах, но и услышать музыку, а также потренировать английский.

Твёрдая обложка, мелованная бумага, уникальные цветные иллюстрации на каждой из 400 страниц.

Высылаю с наложенным платежом или по предоплате на карту Сбербанка или Яндекс-кошелёк.

249901, д. Куновка-16, Юхновский р-н, Калужская обл., Россия, Жемчужниковой Ю. Г.; youzhe@yandex.ru; 8-920-890-8688.



Геленджик, долина реки Жане

Приглашаю на солнечные хороводы, песни под гусли, обряды ведического очищения, медитации у дольменов и занятия по духовному развитию. Тел. 8-927-786-1497, Владимир Владимиров. Желаю Света и Любви!

«Родовая Земля» в вашем городе

Абакан. Перминова Антонина Фёдоровна, 8-913-449-6837.

Абинск, Краснодарский край. Орлов Василий Иванович, 8-918-165-1645.

Алтай, с. Паспаул. Мысак Людмила Анатольевна, 8-913-996-6278.

Анапа, ул. Ленина, 71 (киоск «Родовые поместья»). Матвеев Анатолий, 8-952-855-5104, matveev555@inbox.ru.

Владимир. Карпов Анатолий Евгеньевич, 8-920-924-3797.

Волгоград. Сафронов Михаил Юрьевич, 8-906-407-8001.

Вологодская обл., г. Череповец. Лубинская Екатерина Васильевна, 8-964-660-2344.

Екатеринбург. Колькоф Валерий Давыдович, 8-953-004-0413.

Иваново. Крайнер Якуб Михайлович, 8-909-246-1994, 8-930-352-9659.

Иркутск. Тужилина Ульяна Сергеевна, bdsib@yandex.ru.

Кемеровская область, д. Иткара, пер. Речной, 1а, Кинжеев Т. А., 8-923-607-6546.

Кировская область, п/о Степановщина, Булатов Фёдор Афанасьевич, 8-912-700-2923.

Краснодарский край, пос. Ильский, СНП Ведруссия, Бычкова Юлия Ринатовна, 8-918-945-8045.

Москва. «Уголок «Анастасия», Калинин А. Н., 8-905-510-1027.

ОРЁЛ. Центр природного земледелия «Сияние», Карачевское шоссе, д. 74, ТЦ «ЛИНИЯ-3», цокольный этаж, павильон 7, тел. 8-910-748-7910, siyanieorel@yandex.ru.

Магазин «Индийские специи», Щепная площадь, павильон 46, тел. 8-920-814-3821.

Пенза. Куделькин Владимир Владимирович, 8-937-412-0554.

Пермь. «Экомир», г. Пермь, ул. Екатерининская, 180, тел. 8(342) 236-26-87 (книги и газеты), www.ecomir.perm.ru, ecomir@perm.ru.

Ростов-на-Дону. Доставка (книги и газеты) в Шахты, Новочеркасск. Самофал Александр Александрович, 8-928-161-2429, zvpolevich@ukr.net.

Салехард. Коновалова Земфира, 8-964-203-7916.

Санкт-Петербург. «Ладно-Град», ул. Гончарная, 11. Тел. (812) 717-7441.

Смоленск. Немыткин Виктор Петрович, 8-951-698-6822.

Смоленская обл., г. Духовщина. Буренкова Валентина Васильевна, 8-910-716-0291.

Челябинск. Шпак Эльвира Рафаиловна, 8-922-633-9266.

Ярославская обл., д. Андреевское. Ивлёв Игорь Анатольевич, 8-966-192-1196.

Выписать газету

«РОДОВАЯ ЗЕМЛЯ»

можно с любого месяца

в любом отделении

почтовой связи РФ,

в том числе и в КРЫМУ.

Подписной индекс

60041

в каталоге МАП «Почта России».

Подписка на электронную версию — <http://pressa.ru/izdanie/39083>

Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

Новинки

«Орлиного цвета крылья». Крестьева Е., 240 с. — 200 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., ил., — 150 (130) руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., ил. — 180 (150) руб.



«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слётов). Донцов А., 168 с. — 150 (135) руб.

* * *

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., ил. — 150 (135) руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльников А. 100 с., ил. — 277 (250) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., ил. — 250 (200) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., ил. — 250 (200) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., ил. — 250 (200) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., ил. — 250 (200) руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виолёва Л., Логинов Д. 96 с. — 120 (100) руб.

«Тайны, поведанные волхвом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 80 (65) руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., ил. — 200 (170) руб.

• «Станица Шапсугская. Абинский район Краснодарского края». 136 с., ил. — 200 (170) руб.

• «Волконский дольмен. Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 1». 152 с., ил. — 200 (170) руб.

• «Долина реки Жане. Посёлок Возрождение». 2-е изд., 144 с., ил. — 200 (170) руб.

• «База отдыха «Дубрава». Станица Убинская». 128 с., ил. — 200 (170) руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 2-е изд., 88 с., ил. — 200 (170) руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 стр. № 1 и № 2 — по 140 (120) руб.

«Сотворим с любовью, или Как

обустроить своё поместье» (сборник статей). Сост. А. Сапронов. 240 с., ил. — 100 (80) руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., ил., № 1, № 2, № 3 — по 200 (180) руб.

«Асана Бога» (теория и практика йоги). Афонин В. 648 стр., ил. — 400 (350) руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 (75) руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., ил. — 90 (75) руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 100 (80) руб.; № 4, «Сказы Гамаюн» — 100 (80) руб.; № 6, «В устремлении к Единому» — 120 (100) руб.

«Палили звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., ил. — 180 (160) руб.

«Травяные спирали, сады на террасах. Планирование, строительство, посадка. Практическое руководство». Хольцер Йозеф Андреас, Хольцер Клаудия, Калькоф Иенс. 272 с. (цв. ил.). — 320 (280) руб.

«Тропинка. РаСказы». Максеев Н. 96 с. — 60 (50) руб.

«Зарянка». Пьрков А. А. 32 с., ил. — 140 (125) руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пьрков А. 56 стр., цв. ил. — 180 (160) руб.

«Севкины геройства. Побывальщины для детей». Пьрков А. 80 стр., цв. ил. — 150 (130) руб.

«Врагабой». Славянская сказка для детей. Пьрков А. 80 с., ил. — 200 (180) руб.

«Сквозь лабиринт времён. Остров Веры». Юнязова О., Бояринцев И. 296 с. — 250 (235) руб.

«Часть 5. Сквозь лабиринт времён. Легенда о бабочке». Юнязова О. 200 с. — 100 (90) руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грани Кристалла». — 155 (140) руб.

«Часть 2. Творение судьбы». — 155 (140) руб.

«Часть 3. Обретение целостности». — 155 (140) руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 (120) руб.

«Сам себе построю дом» (сборник статей). Сост. А. Сапронов. 176 с., ил. — 80 (65) руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Землян» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 (40) руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 80 (65) руб.

Цена — без стоимости доставки. Для заказа используйте: КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕЧНИК: 8-960-650-9990

— форма заказа в интернет-магазине издательства www.zeninasvet.ru;

— письмо на адрес редакции с указанием названия, количества экземпляров, адреса, контактного телефона;

— факс (4862) 75-27-46;

— (4862) 41-34-22 (автоответчик);

— e-mail: zakaz@zeninasvet.ru

Заказы отправляются почтой наложенным платежом.

Внимание! Действуют оптовые скидки (цена указана в скобках):

— при заказе от 10 шт. одного наименования;

— при заказе от 50 шт. разных наименований (кроме газеты).

Действует акция! При заказе книг в издательстве вы получаете в подарок 2 книги: «Арий Гиперборейский. Праотец родов русских» и «Как Арий Гиперборейский пришёл в край русский».

Учредитель и издатель — Светлана Зенина

И. о. главного редактора — Дан Зенин

Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:

Россия, 302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36–168.

Тел./факс: (4862) 75-27-46, 41-34-22, 78-08-62.

Эл. адрес: book@zeninasvet.ru,

rod-zem@zeninasvet.ru — материалы для публикации, письма, yarmarka@zeninasvet.ru — объявления в рубрику «Ярмарка».

Сайт: zeninasvet.ru/rodzem, http://vk.com/rodovaya_zemlya

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна.

Редакция может не разделять мнение авторов. Редакция сохраняет за собой право редактирования материалов, поступающих в газету.

Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей.

Факт пересылки означает согласие их автора на использование произведения в любой форме и любым способом, если иное не оговорено. За содержание материалов рекламного характера редакция ответственности не несёт.

Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-22608. ISSN 1999-2726. © «Родовая Земля», 2017.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

Подписной индекс 60041 по каталогу МАП «Почта России» и на сайте <http://vipishi.ru>.

Отпечатано в ЗАО «Полиграф-

Сервис». 241020, г. Брянск,

пр-д Московский, д. 15-а.

Объём: 8 п. л. Заказ № 1383.

Подписано в печать 3.07.2017 г.

По графику — 18.00, фактически — 18.00.

Выход в свет 4.07.2017 г.

Тираж 3000 экз.

Цена свободная.

Дорогие друзья! Приглашаем вас в гости в наше поселение Росток — одно из первых Родовых поселений в России, ему исполнилось 15 лет. Все эти годы мы росли, многому научились, накапливали знания, умения и душевное тепло, которыми хотим поделиться с вами!

Наше поселение располагается возле реки и близ красивейших скал. Чудесным подарком может стать путешествие на лодке под скалами (и лесочком, их украшающим). То там, то тут в воду тополино бегут потревоженные черепашата. Речку перелетает переливающаяся райская птичка (ярко-синяя с красным). Когда мы доплывём до родника, промывшего за тысячи лет в скалах гигантскую расщелину, можно выйти и пройти по природным каменным ступеням среди других причудливых каменных рельефов в этой расщелине. Над головой где-то смыкаются деревья, поросшие мхом, а в низу просторные каменные залы, водопадики и озерца, гигантские деревья и нежные цветы... Вода там настолько чистой, что её можно пить!

За эти годы мы накопили огромный опыт экостроительства. У нас есть саманные, деревянные и углублённые в землю дома. У некоторых веерная крыша с окном вверх...

Наши девушки покажут, как они делают хлеб на ржаной закваске и угостят им! Вкуснее сыра из козьего молока, который делает моя соседка, нет ничего в мире! Она может вас угостить и рассказать тайны этого волшебства.

У нас в поселении есть красивая школа (даже окна в виде бабочки!). Занятия строятся на мотивации детей подготовить очередной праздник. Они с увлечени-



*Приезжайте в гости
в поселение Росток!*

восхищённые взгляды гостей.

Приехав, вы тоже окунётесь в атмосферу праздника, участвуя в наших хороводах и играх.

Мы проводим платное мероприятие «ТУР ВЫХОДНОГО ДНЯ» (<https://vk.com/event147825238>). Если у вас есть свободные выходные, во время которых вы хотели бы пережить максимум положительных эмоций, узнать много нового, — это для вас! Подробнее об очередном мероприятии в группе «Росток» (https://vk.com/eco_prp_rostok).

В нашем поселении много мастериц, которые согласны поделиться своими навыками на мастер-классах. На одном из них вы научитесь делать красивейшие древние обережные пояса, на другом — завораживающие мандалы, на третьем научитесь украшать росписью любую тканую вещь стойкими красками по ткани. А после мастер-класса по обережной кукле вы унесёте домой «древнюю красавицу», способную украсить дом и обрадовать любого ребёнка! В древности вышитая с любовью одежда оберегала воинов от стрел. Но и в наши дни любящая мать, жена способна сотворить волшебное творение, вложив всю свою любовь в изделие для близкого человека. Начать учиться искусству вышивки можно на одном из наших мастер-классов.

Вечером у костра можно спеть душевные песни с нашими бардами и потанцевать!

Домой вы увезёте целебные травы, которые мы вместе будем собирать, гуляя по окрестностям.

Вы мечтали найти для себя или для друзей что-то уникальное? На каждом мероприятии будет ещё и ярмарка нашей продукции. Вы видели где-нибудь в продаже изделия из стопроцентной конопля-



ной нити? А у нас они есть! Изделия из стопроцентного льна, платья и шарфы из 100% шёлка — вещи, расписанные и вышитые вручную. Экологическая паста для посуды. Красивые тканые пояса. Омолаживающий крем только из натуральных ингредиентов. Диск с записью добрых, мудрых сказок-притч, целебный шоколад только из всего полезного. И многое другое.

Мы предлагаем вам проживание в уютных домиках шестигранной формы или в палатках — по желанию; трёхразовое вегетарианское питание и яркую незабываемую программу на выходные.

Подробнее — https://vk.com/eco_prp_rostok или по телефонам: 8-928-173-4551, 8-928-143-5211 — Зоряновы Наталья и Алексей, 8-928-162-3239 — Кузуб Елена.

Мы будем рады встрече с вами!

Василиса НОВИКОВА.

Ростовской обл., поселение Росток.

ем учат танцы, песни, готовят одежду для выступлений, репетируют сценки, стихи, фокусы, украшают школу и цветники вокруг... Почти каждый месяц дети видят яркие плоды своих трудов — великолепные праздники, красоту вокруг и