

# Родовая Земля

ПЕРВАЯ  
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА  
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 3 (200), март 2021 г.

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

12+

Вначале  
убери  
за собой! 4

Дело для  
настоящих  
мужчин 8

Были отходы  
— стали  
приходы 12

«Держи  
язык за  
зубами» 18

Женщина — мать  
или женщина  
разрушитель 25

Возможности  
сознания  
безграничны 26

## КРУГ ДЕЙСТВУЮЩИХ ПОСЕЛЕНИЙ РОДОВЫХ ПОМЕСТИЙ

Методика «открытого диалога» настроила на искреннее и глубокое общение, опыт проживания через ролевые игры поднял ёмкость и результативность встречи на новый уровень.

Первый день начался лекцией Дмитрия Ватолина о выгорании лидеров и вариантах решений этой проблемы. Один из способов выхода — ведение проектов небольшими рабочими группами. Представители рассказали о рабочих группах в своих поселениях, а также о трудностях и текущих задачах.

Далее через ролевою игру участники сконцентрированно пережили и прочувствовали совокупный опыт поселений РП: нужно было прожить опыт поселения с самого начала, в соответствии с созданным перед этим образом. Игра оказалась

очень близкой к действительности, выявила места, требующие серьёзного внимания, и развеяла часть иллюзий.

Доклад Александра Самохина (анализ работы политической партии «Родная партия» с 2014 по 2021 год, разбор провалов, выдаваемых за достижения, коррекция статистики, обратная связь от чиновников высших эшелонов власти) подтвердил результаты ролевой игры.

Большое количество выявленных проблем можно закрыть в их зачатке, если перед любым начинанием понимать одни и те же слова одинаково. В этом помогла практическая работа на тему единомыслия: Павел Щербаков познакомил участников с наработками поселения Светлое.

Первая ролевая игра показала, как много поглощает рутина, оставляя идеалы вне фокуса внимания. Поскольку Родовое поместье — не на одну жизнь, то надо думать и о преемственности, поэто-

му половина третьего дня прошла в совместной работе взрослых и молодёжи.

Выяснив, что нужно молодым, чтобы оставаться в поселениях, участники выделили пять пунктов стратегии, расписали пути их достижения и попробовали в это поиграть. Задача ролевой игры — посмотреть на процесс и результат достижения преемственности в промежутке времени 40 лет (этого достаточно, чтобы увидеть смену поколений). То, что показала игра, вызвало много эмоций. Но что же лучше: разочароваться в реальной жизни или избавиться от иллюзий в игровом формате, чтобы потом перестроить жизненные приоритеты? Представители поселений проанализировали результаты второй ролевой игры, сделали выводы.

За 15–20 лет в Родовых поместьях выросло молодое поколение. Количественно оставаясь в рамках статистической погрешности, поселения Родовых поместий показывают свою жизнеспособ-

ность, определяются в своих правах и обязанностях. Хорошее время для конструктивного диалога с властью, чтобы нас начали лучше понимать.

Игра-тренинг «Общение с властью», проведённая Павлом Щербаковым на четвёртый день, и дальнейший разбор выявили наши слабые стороны в представлении своей позиции органам власти и в понимании того, чем мы можем быть полезными.

В нескольких регионах страны уже зарегистрировались и начали работу региональные общественные организации. С их помощью, а также используя социальный проект Вестник Родовых поместий, можно будет эффективнее донести позицию и образ жизни поселений Родовых поместий.

Когда поднимаешься в гору, видишь только подъём. Взобравшись на вершину, замечаешь следующую гору. Где бы мы ни находились, утверждение «мы ещё в самом начале» справедливо всегда, дело лишь в масштабе. Если растёт масштаб, растём и мы.

Огромная благодарность всем участникам Круга. До встречи через год!

Коллектив организаторов ПРП Ковчег,  
Калужская область

Круг действующих поселений Родовых поместий проходил с 19 по 23 февраля 2021 года в поселении Родовых поместий Ковчег Калужской области. Это была уже 12-я встреча. На неё собрались представители поселений, живущих на своей земле, из 14 регионов нашей Родины. Цель встречи: поделиться командным опытом длительного ведения общественных проектов, стать более понятными для окружения и между собой, пересмотреть прошлое, понять настоящее и заглянуть в будущее.



19-23.02.2021 Ковчег

## ВЕСТНИК РП как форма служения

В сети интернет за последние годы инициативными людьми создано много сайтов поселений, страниц в соцсетях. Любая «вольноопределяющийся», интересующийся темой Родовых поместий пользователь сети может найти много информации по теме интереса. Даже очень много информации. И это представляет собой некоторую проблему по различению качественной, проверенной и просто наполняющей пространство информации.

Каждый интернет-ресурс, как и каждое СМИ, имеет определённую цель, поставленную заказчиком. Например, продать товар, предложить услугу, рассказать о себе, чтобы поднять самооценку... Другими словами, это средства самовыражения. Но есть иная категория. Её мы условно называем «общественно полезное».

Из наследия Ведической культуры мы знаем, что цель жизни всех живых существ — служение. От формы реализации служения зависит только скорость эволюции души. Служение — это установление и поддержание многочисленных социальных связей, поддержание равновесия входящих и исходящих энергий жизни. У каждого человека в меру его понимания возникают те или иные формы служения, даже если они не осознаны до конца.

Проект «Вестник РП» с точки зрения служения представляет собой хорошую площадку для личного саморазвития и, являясь действительно народным СМИ, выполняет функции облагораживания окружающего наш социум информационного пространства. Это не просто слова. За каждым действием стоят люди, на энтузиазме которых держится проект.

Возвращаясь к поиску «вольноопределяющихся», Вестник является уникальным материалом, структурированным по рубрикам и наполненным искренним содержанием.

От лица газеты, как одного из организаторов и информационного спонсора, приглашаем к участию всех «вольноопределяющихся» и «вольноопределившихся»!

**Дан ЗЕНИН,**  
редакция "РЗ".

Для любителей гаджетов, QR-код Вестника (Youtube):



# Добро пожаловать в нашу команду!

Вестник Родовых поместий — совместный проект народного СМИ о жизни в Родовых поместьях и общероссийской газеты «Родовая Земля», являющейся официальной трибуной ВСЕРОССИЙСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ «РОДОВЫЕ ПОМЕСТЬЯ» ([https://vk.com/voo\\_rp](https://vk.com/voo_rp)).

ЦЕЛЬ НАШЕГО ПРОЕКТА — популяризация национальной идеи — создание Родовых поместий — как одной из самых важных на пути выхода современного общества из тупика. Мы делимся собственным опытом жизни на земле, и во многом этот опыт успешен.

Наша команда состоит из добровольцев, живущих в Родовых поместьях (более 70 чел.).

У нашего народного СМИ уже сформировались свой уникальный, неповторимый стиль и форма подачи материалов (<https://vk.com/vestnikrp>).

Качество информационных материалов растёт по мере приобретения опыта командой Вестника, и нам есть куда расти.

Проект стал международным, так как в нём принимают участие жители Родовых поместий из России, Белоруссии, Молдовы, Украины, ДНР, Германии.

У Вестника уже сформировалась своя аудитория, которая постоянно растёт. При этом мы не используем искусственные приёмы расширения своей аудитории.

Сегодня Вестник включает 27 рубрик. Подробнее сориентироваться в них вам поможет НАВИГАТОР ([https://vk.com/topic-194533609\\_46619064](https://vk.com/topic-194533609_46619064)).

Нажав в соответствующей рубрике на хештег, вы получите уникальную подборку материалов по данной теме.

Мы постарались охватить максимальное количество интересов аудитории, абсолютно не знакомой с темой Родовых поместий.

С нами сотрудничают 41 поселение, состоящее из Родовых поместий, 11 отдельных Родовых поместий и более 30 региональных корреспондентов, которые готовят материалы, делясь своим практическим опытом жизни на земле. В перспективе планируется создать сеть региональных корреспондентов по всей стране и за рубежом и выйти на международный уровень формирования интерактивной сети Родовых поместий для непосредственной

и быстрой связи с членами любой семьи, проживающей в Родовом поместье определённой страны.

Нас заметили и оценили не только единомышленники, но и простые горожане, стремящиеся к жизни на земле. Но самой главной гордостью нашего молодого проекта является то, что нас увидели структуры органов власти в разных областях страны. Например, в Тульской области отношение чиновников к создателям Родовых поместий поменялось в лучшую сторону. Одной из важнейших задач считаем организацию рассылки репортажей из Вестника Родовых поместий чиновникам всех уровней власти для формирования у них положительного мнения о нашем движении.

Нам стали доверять и оказывать всестороннюю помощь, в том числе и финансовую. Уже поступают благотворительные пожертвования. Если у вас есть желание помочь проекту материально, то благотворительный взнос на развитие можно направить: для физических лиц — на карту СБ 4276134009612967 (Светлана Васильевна Зенина), для юридических лиц — на расчётный счёт редакции газеты «Родовая Земля» (согласовать по тел. 8-905-165-3426 — Дан Юрьевич Зенин).

Информационно проект поддерживают наши партнёры:

- газета «РОДОВАЯ ЗЕМЛЯ» (<http://zeninasvet.ru>),
- журнал «Образ жизни — Родовое поместье» (<https://vk.com/obrazrp>),
- проект «ГОВОРИТ ЖДАНОВ» ([www.youtube.com](http://www.youtube.com)),
- проект по потребкооперации «МИКОРИЗА» ([https://vk.com/mikoriza\\_nsk](https://vk.com/mikoriza_nsk)),
- народное «СЛАВЯНСКОЕ РАДИО» (<https://slavradio.org>),
- Всероссийская общественная организация «РОДОВЫЕ ПОМЕСТЬЯ» ([https://vk.com/voo\\_rp](https://vk.com/voo_rp)),
- международный проект по естественным родам «ЧУДО В СЕРДЦЕ» ([proestro.com](http://proestro.com)) и многие другие.

Дружная команда нашего народного проекта состоит из инициативных людей, которые на добровольных началах добросовестно и ответственно создают и оформляют ежедневные выпуски новостей из Родовых поместий. Благодарим вас за огромный вклад в общее дело!

Мы приглашаем к сотрудничеству специалистов и просто активных людей в нашу дружную команду.

• Команда по ИНФОРМАЦИОННОМУ НАПОЛНЕНИЮ. Тут кипит работа по подготовке графика вы-

хода материалов в эфир. Сейчас мы готовим публикации два раза в сутки. В настоящий момент нам нужны копирайтер, специалист по рерайтингу, координатор команды.

• Команда ВИДЕОМОНТАЖА. Этот участок наполнен творчеством и созиданием. Сплочённая команда постоянно учится и совершенствуется своей труд. Попав сюда, вы сможете многому научиться и стать сопричастным к самому сердцу нашего проекта. Результаты своего труда вы увидите в эфире Вестника. В эту команду требуются специалисты по работе с графическим дизайном, видеомонтажом, по изготовлению баннеров, также нужны дикторы по озвучиванию материалов.

• Команда по РАЗМЕЩЕНИЮ И ПРОДВИЖЕНИЮ МАТЕРИАЛОВ на различных информационных площадках в СОЦСЕТЯХ. В этой команде вам предстоит взять ответственность за оформление и обеспечить максимальное продвижение групп на той или иной платформе в соцсетях. Вы можете проявлять творчество и создавать свою команду по продвижению, влиять на работу основного потока материалов и вносить свои предложения по их совершенствованию и форме подачи, делать интересные подборки и проявлять талант дизайнера. В общем, полёту мыслей нет предела! Творите!

Мы формируем эту команду из молодёжи 16–25 лет, живущей или переезжающей в Родовые поместья. Также в проекте могут принять участие горожане, знающие и понимающие значение жизни на земле. Есть возможность стать блогерами на разных ресурсах ВЕСТНИКА по освещению жизни семей, живущих в Родовых поместьях.

Сейчас действуют следующие информационные площадки:

- Яндекс Дзен,
- Ютуб канал,
- ВКонтакте,
- Инстаграм,
- Фейсбук,
- Телеграмм,
- Яндекс ЭФИР.

В ближайших планах — освоить РУТУБ канал, ТИК ТОК и создать собственный сайт.

Есть вакансии в командах по работе на площадках Телеграмм, Рутуб, Инстаграм, Дзен канал, Яндекс Эфир, Ютуб.

• Команда РЕГИОНАЛЬНЫХ КОРРЕСПОНДЕНТОВ. Это очень интересная стезя по освещению реальной жизни семей, живущих в Родовых поместьях, во всех 27

рубриках нашего проекта. Вы вольны создавать текстовые, аудио-, фото- и видеоматериалы. Освещать значимые события в поселениях и брать интервью. Организовывать тематические встречи, конференции и прочие мероприятия. Вы можете предлагать новые рубрики и разработать свои приёмы подачи материалов. Это фундамент, на котором стоит наш проект, и у вас есть возможность стать его твёрдым кирпичиком! В эту команду требуются ответственные по рубрикам.

• Команда по ОЗВУЧКЕ И СИСТЕМАТИЗАЦИИ МАТЕРИАЛОВ. Есть возможность проявить свой талант диктора и услышать свой голос в очередном выпуске новостей. Кроме того, можно заняться тематической подборкой фото- и видеоматериалов, где проявится и расцветёт ваше умение видеть необычное в обычном, где, например, сочетание цветов и умение их правильно сгруппировать принесёт эстетическое наслаждение не только вам, но и всей аудитории Вестника. В эту команду нужны грамотные дикторы.

• Команда РАБОТЫ С ОБЩЕСТВЕННОСТЬЮ. Этот вид деятельности для коммуникабельных людей, которым нравится общение. Здесь нужно налаживать связи с единомышленниками, распространять информацию среди чиновников и органов власти, осуществлять активную работу по поиску партнёрских, взаимовыгодных связей и т.д. При правильной организации дела работа кипит и даёт существенные результаты, что, в свою очередь, приносит радость и умиротворение. Приходит осознание себя частью единого народного СМИ, целью которого является популяризация нового образа жизни на земле! В эту команду тоже требуются добровольцы.

• Команда по ПРОДВИЖЕНИЮ ИНФОРМАЦИОННЫХ МАТЕРИАЛОВ. Работа группы направлена на то, чтобы информация быстро набирала рейтинг на выбранной информационной площадке. Лайки, репосты, активные комментарии — это малая часть общей колоссальной работы, которая является одной из самых главных в деле информационной пропаганды! В эту команду всегда нужны помощники.

Если есть вопросы, обращайтесь по тел. 8-961-193-7494 — Надежда.

ВМЕСТЕ МЫ СМОЖЕМ СДЕЛАТЬ МНОГО!

**Надежда ОБЕРЕЖНАЯ,**  
координатор проекта.  
Орловская область

## Биологический способ открытия своего «канала»

Как сделать свой канал на ютубе, в яндексе и других популярных сейчас соцсетях для саморекламы, можно узнать, задав соответствующий запрос в поисковых системах.

Например, «сделать свой канал на ютубе — очень просто. Если у вас есть почта гугла, то достаточно зайти на ютуб и, возможно, зарегистрироваться. Так у вас появится свой канал. Далее вам останется быстро сделать обложку, пару строчек описания. Остаёт-

ся только добавить видео...» Такие каналы открываются для популяризации своей деятельности и заработка на этом.

Биологический способ также предусматривает открытие «каналов». Вы можете открыть свои «каналы» под названием Благодарность, Вдохновение, Нежность, Ласка и т.д. Их может быть много, и все они связаны с вашими светлыми чувствами.

Как их открыть? Открытие своего «канала» происходит на природе, а развитие, продвижение —

езде, где вы бываете. Он работает со Вселенной. Подход простой: вы дарите светлые чувства миру, жизни, они достигают Солнца, планет Солнечной системы и возвращаются, отражаясь и на тех, про кого вы мгновение назад так тепло думали, кому дарили нежность и благодать.

Ваши «видео» с удовольствием будут смотреть звёзды, запоминать деревья и активно поддерживать другие обитатели Земли. Вскоре после открытия «канала» вам начнут приходить «со-

общения» в звуковом и визуальном виде: птицы при вашем появлении станут петь звонче, а цвета окружающей природы будут ярче. У вас появятся поклонники среди настоящих звёзд, и через некоторое время вы даже начнёте различать «свои» звёзды!

Если вы регулярно будете запускать свой биологический «канал», его популярность возрастёт, и тот образ жизни технократического мира под названием «Удержаться на плаву» уйдёт в прошлое. Вместо него появится счастливый

образ жизни биологического мира. Так вы создадите свой личный и вечный бренд, от одного представления которого на лице уже сейчас появляется красивая искренняя улыбка!

Вы можете помочь открыть такие же «каналы» своим близким. Представляете, сколько «каналов» будет: дочки, сыночки, мамы и папы, дедушки и бабушки! Все родные «каналы»!

**Ирина КИСЕЛЕВА**



# А вы ещё не были в Славном?

## Как зародился туризм в Родовых поместьях поселения Славное

**Т**уризм — это гостеприимство. Кто может успешно заниматься этим делом? Ответ очевиден — человек, любящий гостей и имеющий возможность их принимать.

История моего знакомства с туристической деятельностью началась ещё в юности. Школа гидов-переводчиков в Москве, проведение экскурсий для иностранных туристов, обучение на менеджера по туризму, работа в фирме по приёму гостей из-за рубежа.

Спустя годы встретила в поселении Славное (Тульская область, Ясногорский район) своего будущего мужа Роберта Римшелеса. Вскоре переехала жить в своё Родовое поместье. Какой тут может быть туризм? Я была уверена, что никакой, но ошиблась. И здесь, в полях Славного, он меня нашёл.

Наши друзья, Олег и Алёна Минеёвы, — первые постоянные жители Славного. К ним в дом всегда приходили люди, сначала друзья-соседи, а потом и гости-туристы.

В 2012 году появилась идея пригласить фермера из Австрии, Зеппа Хольцера, провести семинар по пермакультуре в Славном.

Пришлось быстро построить просторное помещение для лекций и приёма пищи, поставить кухню-палатку, организовать проживание и питание студентов Зеппа, а их было 40 человек со всей России!

Так мы объединились двумя семьями и поняли, что нашли дело по душе и рады встречать и провожать гостей.

К нам приезжали гости из Германии, Швейцарии, Китая. Всем им интересно было посмотреть на то, как живут люди в Родовых поместьях. Мы организовывали экскурсии в поместья и по достопримечательным местам поселения, мастер-классы, питание, культурную программу, общение с жителями Славного.

Наши соотечественники тоже, конечно, едут в поселения, в Родовые поместья посмотреть, отдохнуть, обучиться, развлечься, землю присмотреть.

Однажды задумали мы с друзьями (пять семей) пригласить народ на фестивали, тренинги, психологические игры. Назвали эти мероприятия «Встреча в веках» и семь таких событий провели весь-



ма успешно и результативно. Главный результат — это рождение новых счастливых семей.

Было и такое: приезжали к нам с Поезда дружбы «Берлин — Москва» 16 человек. Очень яркое и запоминающееся событие мы им и себе устроили. Плясали, знакомились, пели на русском и немецком языках, общались у костра, слушали концерт и показывали творческие номера, прокатились на экскурсии по Славному — всё посмотрели, сажали деревья, уго-

щали гостей борщом и блинами.

А однажды из Китая приехала школа учиться у нас, как жить на природе. В итоге познакомились с нашей школой. Дети были взаимно рады общению, совместно походу, приготовлению национальных блюд, играм, хороводам и мастер-классам.

В Славном уже семь раз проводили Слёт родных сердец Сергеем и Надеждой Ефимичевыми. Это событие помогает людям создать, сохранить счастливую семью.

В Родовых поместьях Славного проходят детские мероприятия творческого объединения «Радужный ветер» под руководством Надежды Сказкиной. В них участвуют дети из поселений и из города. У ребят всегда насыщенная и плодотворная программа.

Пространство Родовых поместьев оказалось подходящим и для любителей йоги. Природная, умиротворённая и в то же время живая атмосфера поселения — идеальное место для практики йоги, медитаций и прогулок. Тренер из Москвы, Юлия Жукова, проводит здесь для своих учеников семинары по йоге.

В 2020 году отменили поездку к нам гости из Швейцарии, под запретом был перелёт. Зато вместе с детьми с воодушевлением выезжали на природу, вырвавшись из квартирного заточения. У нас бывали гости из Мурманска, Москвы, Рязани... Несколько замечательных семей даже решили остаться и создавать свои Родовые поместья в поселении Славное.

Те люди, которые хотят приехать к нам в гости, находят нас сами, без рекламы.

Как это так получается? Пишите ваши версии ответа в комментариях к этому выпуску Вестника.

Благодарю и до новых встреч!

**Мария РИМШЕЛИС**

8-916-620-2901

<https://vk.com/vestnikrp>

# Курс новичка

**Г**орожанину, решившему переехать жить на землю, следует начать вот с каких моментов.

Первое, что стоит понять, — по какому пути человек (или его семья) хочет идти: жить на земле индивидуалистами в коттеджном посёлке, СНТ, деревне, хуторе или в поселениях. Некоторые экопоселения имеют свои особенности в религиозном или коммерческом аспекте. В каждом выборе пути есть свои плюсы и нюансы. Каждый выбирает по себе, своему сознанию, мировоззрению и способностям.

Поселения Родовых поместий являются народной платформой для сохранения своих национальных традиций, культурных и семейных ценностей, ремёсел, верований, окружающей Природы.

Понять и разобраться в этом, сидя в городе, несложно, достаточно посетить несколько интернет-ресурсов и навести справки об интересующем месте или сообществе. Сейчас многие поселения имеют свои визитные карточки в соцсетях и каналы на ютубе.

Желательно присмотреть несколько вариантов поселений, так как по разным причинам, возможно, придётся ехать в следующее. За день можно посетить несколько поселений. Также стоит подготовить свой список вопросов к принимающей стороне, от которых будет зависеть дальнейшая жизнь семьи, детей в поселении.

Выбрав понравившееся поселение, нужно прикинуть расстояние до вероятного нового места жительства, заранее позвонить главе поселения или контактному лицу поселения, договориться о дне и времени встречи, спро-

сить о качестве подъездных путей к поселению (зависит от времени года), каковы ориентиры на местности, уточнить качество связи и узнать об операторах, у которых связь устойчива.

• Можно ехать в путь, навстречу своей мечте!

И вот вы уже едете по дороге к своей мечте... Обращайте внимание на окружающий ландшафт и населённые пункты, смотрите, чем живут люди в этой местности, какие существуют инфраструктурные объекты: медцентры, строительные рынки, бензо- и газозаправки, магазины фермерских продуктов, торговые сети, промышленные предприятия и т.д.

Всё это позже пригодится для чёткого понимания района проживания, если нужна будет необходимость в той или иной сфере.

Подъезжая к поселению, минут за 10–15 позвоните ещё раз тому, с кем вы договаривались о своём визите. Это поможет избежать лишних волнений или недоумений, так как многие поселения находятся в полях и найти нужную дорогу бывает нелегко.

• Вы приехали в поселение, вас встречают. Ура!

Первые впечатления всегда важны. Постарайтесь не впасть в эйфорию и сразу задавать вопросы по списку. Сначала познакомьтесь с принимающей стороной, дайте возможность высказать встречающей стороне те слова, которые будут для вас знаковыми. Именно в этот момент вы получаете первые впечатления от людей, которые живут в поселении. Далее, уже в ходе беседы, можно переходить к списку вопросов и осмотру местности.

Если вас всё устроило, пона-

вились поселение и люди, не полнитесь и съездите ещё в два-три места, которые вам симпатизируют или удобны при поездках из города. Это в дальнейшем успокоит вас в том, что выбор сделан правильно.

Главная мысль, которую надо держать в голове как первый шаг к изменению шаблонного городского мышления, — вы выбираете не землю, а коллектив людей, с кем вам многие годы рядом жить и в дальнейшем строить хорошие, дружеские или партнёрские отношения. Возможно, одинокие найдут в этом коллективе мужа или жену, а кто-то породнится, если дети подружатся и поженятся.

Первые впечатления от людей всегда правдивы, в каждом из нас ждёт барометр правды, симпатии или антипатии.

Необходимо узнать, в каком земельном статусе находится поселение: земля населённых пунктов или зона СХ1 (зона сельских угодий, нельзя возводить капитальные строения); какие существуют налоги на участок в 1 га в том или ином статусе. Если статус земли СХ1, то какие действия предпринимает актив поселения для перевода земли в категорию СХ2 (зона сельхозпроизводства, с видом разрешённого использования).

Слушайте, что говорит встречающая сторона по этому вопросу, и делайте свой выбор осознанно. В этом вам также поможет книга Василия Петрова «Счастливая земля».

• Далее можно обращать внимание на местность и выбирать свободный участок.

Если поселение находится на поле, вокруг которого лес, то многие новички стараются взять участок на окраине, поближе к лесу и, как правило, подальше от всех насыженных и обжитых участков. Это первая тактическая ошибка.

Дело в том, что в некоторых поселениях ещё не проложили более качественное дорожное полотно (щебёнку), и нормальные дороги есть только на централь-

ных и второстепенных улицах (и то не везде), а далее — только грунтовые направления.

Строительство дорог идёт в основном силами самих поселенцев, хотя бывают случаи, когда при активном взаимодействии поселенцев с местной администрацией приходит помощь при строительстве дорог в сторону поселения. (Например, в ПРП Светодар Тульской области дорога 1,2 км, идущая по территории деревни в сторону поселения, построена по программе «Народный бюджет», ранее там было грунтовое направление).

Стоит учитывать качество дороги до своего участка. Если уже полотно щебенчатое, то это здорово! Если дороги такой нет, то стоит принять во внимание сезонную распутицу.

Часто отдалённость от центра поселения, возле леса, предполагает некоторые факторы, которые надо принять к сведению. Дикие звери — нередкие гости на участке, примыкающем к лесу, лоси, козули, зайцы, кабаны с радостью полакомятся огородными культурами на грядках и саженцами в ваше отсутствие, если вы не сразу переехали на ПМЖ в своё поместье.

Также грибники и охотники, которые бродят по лесу, могут неожиданно стать вашими гостями на участке. Фактор с посторонними людьми (гастролёры-клептоманы) тоже не стоит сбрасывать со счетов, такие события часто происходят в осенне-зимний период, когда хозяин участка уезжает в город до весны. Ставить заборы можно, но это трудозатратно и очень дорого. Дешевле сажать кусты, ставить таблички, пугала, жить постоянно или рядом с соседом, который присмотрит за вашим участком.

Ещё есть несколько моментов, которые тоже надо помнить: если понадобится какая-то срочная помощь, то бежать или ехать до отдалённых соседей по времени всегда дольше, чем дойти до ближайшего соседа. Чистка зимой до-

роги от снега до дальнего участка автоматически увеличивает потраченное время и, как следствие, плату за работу тракториста, если он нанимается со стороны.

Обратите внимание на электрификацию поселения, как и где проложены линии электропередач, уточните, в какие сроки в сторону вашего участка ставят электрические столбы, если их нет. Экономически выгоднее выбирать участок там, где уже есть дорога и электричество. По существующей госпрограмме по электрификации, собственникам участков ставят опоры ЛЭП за 550 рублей от ближайшего источника, если расстояние до него не превышает 500 м.

Выбрав участок, поживите здесь в палатке какое-то время, почувствуйте землю, присмотритесь к ландшафту, его растительному покрову — кустарникам и деревьям (если такие имеются). Обратите внимание на места, где есть вода (болотце, пруд, озеро, река), каково расстояние до них от вашего участка или же они примыкают к участку, устраивает ли вас это соседство, что можно будет сделать с этим в дальнейшем и т.д. Близость участка к реке или пруду может быть «огорчена» бобрами, ондатрами или медведками. С последними уживаться сложно. Это очень важно понимать сразу.

**Денис КАЛИМОВ,**

активист правления ПРП Светодар Тульской области, участник РОО «Родовые поместья»

### Нужна помощь добровольцев!

Приглашаем в Хакасию, в поселение Родники добровольцев для подготовки к форуму «Верните, люди, Родину свою!», который будет проходить в июне 2021 года. Питание и проживание за наш счёт. Тел. 8-913-044-0944, Антонина Перминова.

# Действительно ли Родовое поместье ты создаёшь?

**Н**аблюдая во многих поселениях за участками земли, претендующими на звание «Родового поместья», мы видим у подавляющего большинства создателей поместий одну, но крайне серьёзную ошибку... Не она ли так препятствует развитию нашего движения и отталкивает от него наших детей?

В современных условиях, когда потребительский образ жизни и бездумное отношение к бытовым отходам буквально вьются в кровь каждого, крайне важно, прежде чем мечтать о доме и жизни в поместье, вначале сесть и посчитать свой экологический след. Затем понять, каким образом постепенно свести его к минимуму, а потом и вовсе к нулю. Ведь этот след как от каждого поместья, так и всего поселения Родовых поместий, как минимум, должен быть равен возможности Природы самовосстанавливаться. Тогда можно говорить, что создаётся действительно Родовое поместье, потому что роду тогда будет где жить и чем пользоваться в будущие времена.

А ведь нас призывали: вначале уберечь за собой там, где жил, и лишь потом начинать строить свою новую жизнь на земле. Помните?

Для расчёта своего экологического (углеродного) следа можно воспользоваться любым онлайн калькулятором. Заполните все графы! Определите свой уровень потребления и поймите, над чем нужно поработать в первую очередь.

Научитесь считать, сколько деревьев вам ежегодно нужно посадить, чтобы скомпенсировать негативный выхлоп от вашей жизнедеятельности.

В целом мы предлагаем тщательно разобрать всю потребительскую корзину, необходимую для жизни в поместье, и найти возможность реализовывать свои потребности наиболее экономичным и экологичным образом. Может, тогда вам потребуются совсем другой объём финансов, и время на их добычу тоже сократится или источник финансов станет иным.

## 1. Продукты питания

• Овощи, ягоды и фрукты совершенно точно могут быть выращены семьёй в Родовом поместье в достаточном до следующего сезона количестве. Важно научиться их сохранять. Для этого требуются овощехранилище и сушка, а также консервация.

Не забудьте посчитать, во что Природе обойдётся использование материалов и других средств на строительство хранилища, сушку и консервацию. Обязательно скомпенсируйте это. Может быть, тогда вы поймёте, почему, например, лучше сушить овощи и фрукты в солнечной, а не электрической сушилке. И не забудьте для всего покупного посчитать экологический след и скомпенсировать его!

Будет здорово, если вы научитесь производить и заготавливать продукты не только для себя, но у вас появится излишек, который можно реализовывать как органический продукт самого высокого качества по самой вы-

сокой цене продуктового рынка.

• Зерновые и крупы. Мы пока только гречку научились выращивать, а соседи ещё и просо, но лишь в небольших объёмах. Остальное мы покупаем. Нужно скомпенсировать все затраты (топливо, химикаты в почву) на всё покупное, на его производство. Для этого нужно точно знать, например, каков экологический след от 1 кг покупной гречки, 1 кг муки, на выпечку одной буханки хлеба и доставку её в магазин, на производство одной бутылки растительного масла. Посчитайте и обязатель-

ными семьями. Завести животных, использовать шерсть от стрижки или вычёсывания животных поместья или общей фермы. Наладить изготовление органических шерстяных юбок, платьев, свитеров, штанов, валяльной обуви на зиму и тапочек для дома. А если научились натуральные красители получать и использовать, то тогда вы круты и устойчивы в плане дохода, вам нипочём финансовые кризисы, вы и ваши дети в самой лучшей по качеству и самой здоровой одежде! Вам не нужен магазин для покупки одежды, а тре-

след и компенсируйте ежегодно, без остатка.

Если печное отопление дровами, то положение дел такое. Упавшие старые деревья — это естественный, природный опад и бонус для человека. Такие деревья смело берутся к использованию без ущерба экосистеме (при этом золу, конечно, нужно возвращать на место упавшего дерева).

Рассчитаем предельно допустимое количество изъятого вырубкой древостоя. Продуктивность лесов (прирост биомассы) в год в Южной Сибири и в европей-

это берёза. Берёза с обхватом ствола 40 см, если измерить его на высоте 130 см, как раз и даст нам такой общий вес в 1500 кг. Данные для сосны и других деревьев примерно такие же.

На сибирскую зиму для отопления средней величины бревенчатого дома нужно 4–6 м<sup>3</sup> дров. То есть для обогрева одного дома требуется примерно 4–6 берёз (сосен), а это значит, нам нужно иметь доступ к 4–6 га леса, из которого у нас есть право брать деревья. Умножаем на количество домов в поселении, отапливаемых зимой. Уверены, вы сразу подумаете о доме с небольшой зимней, отапливаемой, максимально утеплённой капсулой и пристроенными летними, не отапливаемыми дровами помещениями. Будете охотно думать об энергопассивном доме.

Все цифры легко проверить, запросив соответствующие данные в интернете.

## 4. Стирка и гигиена тела

Стирать можно содой без большого ущерба для воды и почвы. Мы, например, стираем перкарбонатом натрия (комплекс карбоната натрия и перекиси водорода, производится в России, в Чебоксарах). Он абсолютно применим для всех видов стиральных машин, прекрасно отстирывает любые вещи, слегка отбеливает. Стирка электрической машинкой имеет свой экологический след. Производство перкарбоната и доставка его — тоже. Компенсируем или учимся стирать по старинке — щёлоком.

За телом можно и нужно ухаживать простой водой, без мыла, применяя природные скрабы (например, молотый кедровый орех), натуральные тёрки-мочалки или листья растений (лопуха и т.п.). А вот уход за волосами — особая песня. Наш последний вариант — молочно из ржаной муки. На длинные волосы требуется 1–2 столовые ложки ржаной муки на один раз. Ржаная мука разводится в тёплой воде непосредственно перед использованием. Такой «шампунь» очищает и кондиционирует, делает волосы пушистыми.

Бытовая химия — слишком дорогой для Природы вариант, она очень ядовита на всех стадиях — при производстве, применении и при попадании в природную среду. Компенсируем или покупаем ржаную муку без вреда



Константин и Юлия ОСИПОВЫ,  
ПРП Добросвет Емельяновского р-на  
Красноярского края.

но скомпенсируйте всё это. Скорее всего, появятся мысли, как на основе своего поместья и кооперации с соседями можно уменьшить давление на Природу при реализации данной потребности.

• Молоко, сметана, масло, сыр и т.п. — по аналогии.

## 2. Одежда

• Бельё, включая постельное. Научитесь рассчитывать экологический след от производства дешёвого хлопка. Он будет самым большим. Не забудьте про экологический след от крашения одежды ядовитыми анилиновыми красителями.

Может быть, вы захотите использовать органический хлопок лучшего качества примерно в десять раз дороже, но с гораздо меньшим экологическим следом. И в результате вы, возможно, примете решение кооперативно производить натуральную ткань и самим шить одежду из доступного в вашем регионе растительного сырья — льна, крапивы и пр. И, производя избыток, стать частью очень востребованного и самого дорогого сегмента самой качественной продукции современного рынка — органических тканей и, возможно, даже одежды из них?

• Платья, костюмы, верхняя одежда. Снова понимаем, что чем дешевле и искусственнее, тем дороже для Природы. Чем органичнее и природнее, тем дороже в деньгах, но милее для земли и здоровья. Здесь можно устроить своё производство в кооперации с дру-

буется лишь рынок сбыта излишков. А такое, органическое, с руками оторвут! А ещё можно делать из домотканых нитей уникальные, ручной работы экоигрушки, набитые чистой домашней шерстью или растительным очёсом. И тогда вам не будет равных по финансовой устойчивости и востребованности!

Если же нет такого дела, тогда неустанно компенсируйте весь вред Природе от ваших покупок в магазинах! И придётся зарабатывать деньги, увя, на подобных же вредных предприятиях и производствах.

## 3. Строительство и отопление дома

Про стройматериалы уже всё понятно из сказанного выше. Покупайте и компенсируйте. Но помните: наши предки умели строить себе прекрасные, практичные и функциональные дома в любой местности из того, что есть в её природе. Да и современники умеют. Присмотритесь. Помощите. Почитайте. Абсолютно точно можно избежать больших расходов. Ипотека не будет нужна. Ну а коль трёхэтажный терем понадобился, не забудьте о компенсации — приличную лесную плантацию придётся высадить и вырастить! Где и как — вам решать.

А ведь такой терем ещё и обогреть зимой нужно! Вот как раз про отопление и поговорим подробнее.

Если вы за электрообогрев, тогда садитесь, считайте свой эко-

логических лесах близка по значению и с учётом опада составляет около 30 центнеров (3 тонны) на гектар. Примерно половина биомассы леса приходится на крупные деревья, которые интересуют заготовщиков дров, остальное — на травы и подрост. Это значит, что может быть изъято с гектара вырубкой без ущерба для экосистемы максимум 1500 кг древесины в год. Если учесть, что до 35% массы дерева — ветки и листья, то из этого остаётся примерно 1000 кг (1 тонна) древесины на дрова. Делаем выводы. Срубить на дрова с 1 га естественного леса в год можно только одно дерево среднего размера.

Очевидно, что лучше всего это делать в период, когда листья годятся на заготовку веников, если





Природе, компенсируем её производство с затратами на топливо и химикаты или сажаем рожь сами в нужных количествах: одной семье нужно примерно 3–4 кг в год.

Не забудьте про пластиковую упаковку, её нужно обязательно сдать на переработку, так как сжигать или выбрасывать в мусорные баки в городе или где бы то ни было ещё — категорически нельзя! Необходимо обязательно компенсировать весь вред от её производства. И это касается любого пластика!

Учимся приобретать товары без пластиковых упаковок! Мы уверены: пластику вообще нет места в поместье ни в каком виде, ни в доме, ни в теплице, нигде, потому что вы никогда не сможете его безопасным образом утилизировать, даже сдав на переработку. А ведь большую его часть у вас никто не примет, вы это выбросите в землю и тем самым заложите замедленную химическую бомбу для будущих собственных поколений, своему роду!

У нас ещё есть потребности в поездках и содержании техники, обучении детей и т.д., и т.п. Абсолютно всё записываем, считаем и КОМПЕНСИРУЕМ. Поступая таким образом, со временем нужно найти, как свести к нулю свой эко-след, при этом ещё и экономически стать устойчивыми!

## Резюме

Итак, друзья, вопрос детализации образа жизни в поместье, являющемся частью поселения, — пожалуй, самый важный. Тот, кто решил, что в книгах В. Мегре уже всё написано и дан полный готовый рецепт, тот глубоко ошибается и спустя годы создания поместья «точно по книжке» наверняка убедился в этом. Нам дан лишь отличный стартовый толчок для поиска ответов на возникшие вопросы и совместного творчества.

Самое простое и понятное — оттолкнуться от анализа полного набора потребительской корзины семьи. Всё, что невозможно взять из ресурсов поместья, приобретается на доходы от производственной деятельности, полезной всему обществу, или на внешнем от поселения предприятии, или в учреждении, или от своей предпринимательской деятельности, или на доходы от совместного кооперативного производства в поселении.

В нашем понимании первый случай дохода перечёркивает саму идею поместья и превращает его в обычное деревенское или садоводческое ЛПХ (личное подсобное хозяйство). Второе требует полной детализации всего поселенческого образа жизни и чёткого понимания, сколько ещё земли понадобится для удовлетворения общих нужд, как и на что она используется. Также учтите, что обязательно применять именно пермакультурный подход к землепользованию! И лучше решать задачи обеспечения семей кооперативно.

Кооперируйтесь! Думайте! Дерзайте! Предпринимайте!

**Юлия ОСИПОВА,**

кандидат педагогических наук,  
химик по образованию,  
эколог по призванию,  
создатель Родового поместья  
в ПРП Добросвет  
Емельяновского р-на  
Красноярского края.

При поддержке и одобрении мужа,  
Константина Осипова

**Вестник Родовых поместий**  
<https://vk.com/vestnikpr>

# Дитя расширяет пространство

## Рассказ

**С**оседки-подружки. Они давно дружат, чуть ли не с детства. Разница в возрасте у них небольшая, а по устремлениям, взглядам на жизнь разницы вроде и нет вовсе. Правда, одна юной ещё вышла замуж, а другая не спешила, всё избранника встретить никак не могла. И так получилось, что у одной подруги детей было уже двое, а другая вот-вот только родила. Два года будет, как по велению Любви вышла замуж, потом зачала...

Вот он и забор, благоухающий и поющий. Сразу за ним — цветущая изгородь подруги. Их разделяет несколько метров.

До родов подруги ежедневно встречались, а тут дитя прекрасное вмешалось, подкорректировало встречи. Мир подруги и её мужа вырос, ведь их теперь трое! И как такое пространство не уважить?! Больше внимания сейчас требуется малышу. Оттого реже стали встречи. Однако дитя увеличилось между подругами не время разлучения, а понимание. И как вы думаете, почему?

Сегодня недолгую разлуку подруг надо было и прервать...

— Дня приятного малышу и

маме! Как растите вы теперь пространства? — опытная мама двух детей подруге-соседке вопрошает.

— Привет, подруженька, привет! Раньше я тебя не понимала, когда ты про пространства что-то говорила, но запомнила твои слова: «Вот придёт малыш, собой поместье сразу питает, и ты поймаешь, в чём каждой новой жизни красота...» Ты не представляешь, как мир расширился и стал богатым для мужа и меня, и как теперь тебя я понимаю!..

Несколько месяцев назад у подруг случился разговор. Поглаживая животик, восхищённая миром будущая мама делилась ощущениями с той, что была уже во многом опытной:

— Вот тут он чуть-чуть надавил, и не больно вовсе, а приятно. Приятно чувствовать необычное в себе.

— О-о, подружка, то ли ещё будет, когда ребёнок увидит мир! Дважды мир для меня преобразился. Впервые — когда дитя «приходит», потом — когда оно зримо является! И разные, поверь, каждый раз ощущения! Поместье, представляешь, незримо видоизменяется, оно словно становится

богаче, краше! Двое детишек пока в семье у нас, но... — подмигнув, подруга продолжила свою мысль, — мы хотим ещё много раз расширить и приукрасить наши пространства.

— Понимаю. Наверное, хочется дополнить поместье новыми растениями, пока не растущими в наших климатических условиях? — будущая мама охватила животик снизу.

Существует мнение, что и дитя пространство слушает. Не ошибается тот, кто так думает. У ребёнка в животике более развитые чувства и острее восприятие, чем у носителя великой жизни. Через мамины чувства ребёнок не только видит и слышит то, чем она живёт, питается и дышит, но и маму потихоньку в мир дива встраивает...

— Не только посадкой новых растений... Дважды мы уже счастливые, но хотим ими быть и три, и пять, и семь раз, сколько нам удастся. Когда родишь первенца, ты ощутишь изменения в пространстве поместья. Оно перестраивается в Ритм нового совершенства! Родителям предстоит испытать и жить в этой необычной красоте. Высаженные растения

встраиваются и продолжают пребывать в этой новой неге, в этом новом Ритме, в уже более совершенной программе. И лишь с рождением второго дитя я осознала, что чем больше явлено детей, тем разнообразнее, богаче колорит поместья! Оно словно бы расширяется до невероятных размеров, при этом зримо для окружающих оставаясь всё тем же. У нас девочка и мальчик совсем обычные. Я их слушаю и вижу, что в сыне проявляется сам Бог, в доченьке выражает себя сама Любовь...

Солнце было уже высоко, но в тени ещё оставалась роса. Сын подружки «купался» среди серебристых капелек росы под плакучей ивой. Тёмно-зелёное пятно травы показывало, где малыш уже принял свою первую ванну. Чуть позже мама окунёт малыша в свой овальный пруд.

Подружки сидели на скамейке, в тени раскинувшихся вширь и ниспадающих веток. Они условились, что теперь снова смогут чаще встречаться и разговаривать, а о чём — того мы будем постоянными невидимыми зрителями, участниками и свидетелями...

**Николай МАКСЕЕВ**

<https://vk.com/vestnikpr>

## Жизнь коротка, и нужно многое успеть

**Т**резвый подход никому не повредит, посчитайте свой самый благоприятный расклад и проснитесь. Не забудьте вычистить из этих лет не менее трети на сон и всякую «бытовуху».

Жизнь коротка. На что вы её тратите?

На то, чтобы максимально ре-

ализовать себя в мире, раскрыть своё сердце в избранном пути, подарить детям перспективы и возможности безконечного развития, прожить жизнь в любви и радости, на выстраивание крепкой семьи, на создание Пространства Любви, пусть и маленького, но своего?..

Сейчас мне 40, и я буду рада, если ещё хотя бы столько же у ме-

ня есть впереди. А задач перед нами ещё великое множество: ведь в нашем понимании поднять детей — это не только дать им воспитание и образование, одеть, обути, накормить.

Мы нацелены на семейный хутор, семейно-родовое пространство размером с нашу долину, возможно, с включением ещё одной или двух многодетных семей. И это ведь не только построить дома детям, помочь им освоить их участки, стать любимыми и незаменимыми бабушкой и дедушкой. Это главное, но ещё не всё.

Сколько хватит сил, столько мы их вложим в то, чтобы у детей была перспектива, что-то вроде австрийского рая Зеппа Хольцера.

Парки, биотопы, уникальные породы животных, пермакультура, различное производство: мебель, сыры, кедровое масло, уникальные медовые вытяжки с травами Дальнего Востока, инфопродукты о жизни на земле, мои кни-

ги и писательские курсы, преподавание по вальдорфской или уже своей природосообразной методике — это лишь вершина айсберга. И это то, в чём, как в океане, смогут купаться наши дети, расширяя и совершенствуя среду обитания нашей долины.

Сколько Хольцер потратил на сотворение своего рая? Всю жизнь. И это мало. Мало, ребята! Поместье — это работа и перспектива на несколько поколений. Вспоминаются слова Воланда: «А у вас есть план ну хотя бы на тысячу лет?»

На тысячу не замахваюсь, а вот на два-три поколения вглубь смотреть вполне можно. Кто-то фыркнет: «Ну, кишка тонка!» Да, не спорю, тонка, сейчас-то еле шевельюсь, чего уж там. Получится далеко не всё.

Но мысль не остановишь. Она летит и создаёт, видит, творит. Творит прекрасные картины будущего моей семьи на поколения вглубь и уже видит кусочек настоящего рая в этой маленькой горной долине...

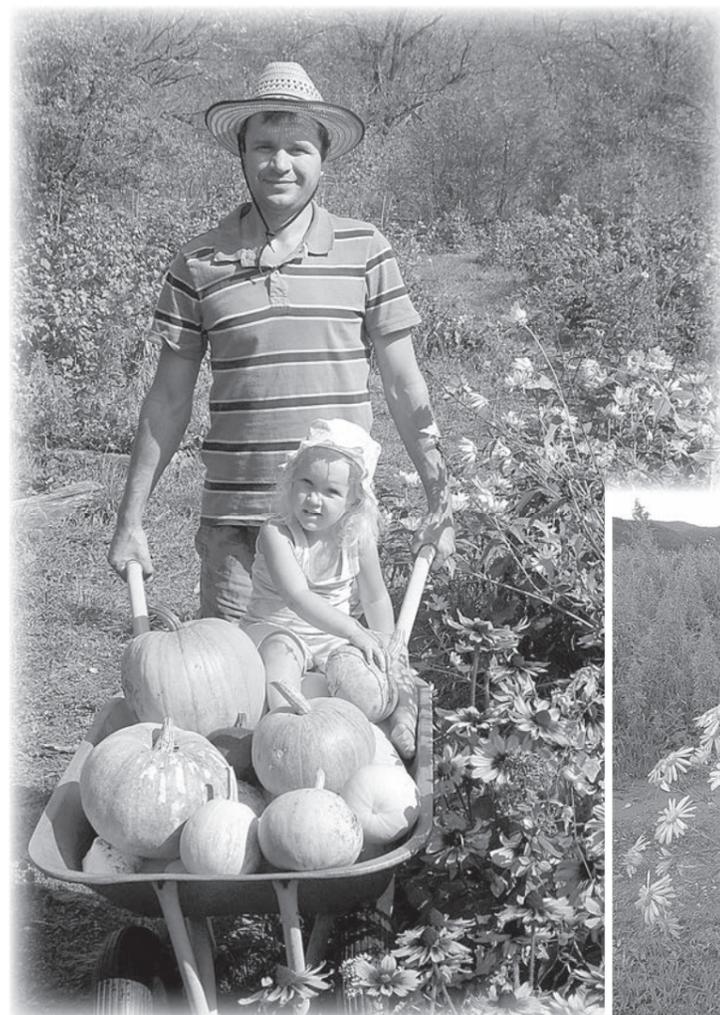
И даже если я уйду раньше — на всё воля Божья — мне уже спокойно.

Делаю то, что могу здесь и сейчас. Главное — успеть дать детям опору и защиту, кусочек рая и перспективу, пока они в этом нуждаются. На это меня ещё хватит, а потом... Я вернусь.

Жизнь коротка, но она вечна. Я вернусь, чтобы продолжить превращать мою планету в цветущий сад.

**Елизавета КРЕСТЬЕВА,**

многодетная мама,  
хозяйка Родового поместья  
Славное, Приморский край  
<https://vk.com/krestalisa>



# В алтайском селе раскрылись мои истинные желания



Знаете, переехав полтора года назад в алтайское село из Новосибирского Академгородка, я вдруг поняла, что в моей системе ценностей было много сбоев, они сильно мешали раскрыться моим истинным желаниям.

В городе ведь некогда задумываться, живу я в иллюзии или в реальности, чьи желания исполняются. Успеть бы втиснуться в события в мимолётном дне да выспаться после них, чтобы в новом дне продолжить бег по кругу. Зачем?

В своём доме на земле я остановилась и почувствовала, что декорации под названием «события и условия» нужны для того, чтобы научиться читать... себя. Различать, понимать, расти и совершенствоваться. И каждый день — это маленький шаг к себе. Утром проснулась, подумала о душе, о духе, о мире, о Боге. О том, что в сегодняшнем дне поможет мне вырасти. Вечером, перед сном, — итог своих помышлений и действий, какой мир внутри себя создавала, в чём выросла, провела работу над ошибками, простила и поблагодарила всех за великий день.

## Городские сложности

Что мешает этой гармонии в городе? Запросы города. Он, как жадный крокодил, всё время требует. Его надо кормить деньгами, своей силой, здоровьем и временем, отдавать ему самое ценное — жизнь.

На какие темы я общалась в городе? В основном бытовые, по работе, разговоры по душам с детьми (своими и в детском учреждении) и с одной-двумя подругами. С остальными научилась быть удобной. Внутренний мир спрятался не только от посторонних, но и от себя самой! При внешней успешности и благополучии. Мне ещё повезло: я занималась любимым

делом, с единомышленниками, деньги приходили как подарок, плюс к радости творческого настроения. И то часто приходилось отстаивать творческую позицию перед администрацией. Когда дети выросли, они сказали, что всегда ждали меня с работы до вечера. Работа, деньги, инфраструктура, общение, материальные блага. Семьи, где невозможно излучать любовь, потому что город опустошает.

— норма.

Хороший интернет позволяет работать удалённо и свободно общаться с друзьями и родственниками.

Здесь можно заказать на дом агентство праздников, яркий батут, красивый торт или фотографа. Дома в несколько раз дешевле городских квартир и построены они «как для себя», с любовью.

Здесь южное солнышко и недолгая зима. Есть искусственное пресное озеро. Рядом — солёные озёра, целительная грязь.

Переехать сюда мне помогли мои друзья — многодетная семейная пара Александр и Елена. Они сами переехали из Новосибирска в сельскую местность уже более 10 лет назад. У них за плечами большой опыт в бизнесе, консультировании и воспита-

Посёлок на Алтае, в который я переехала около полутора лет назад.



делом, с единомышленниками, деньги приходили как подарок, плюс к радости творческого настроения. И то часто приходилось отстаивать творческую позицию перед администрацией.

Когда дети выросли, они сказали, что всегда ждали меня с работы до вечера.

Работа, деньги, инфраструктура, общение, материальные блага. Семьи, где невозможно излучать любовь, потому что город опустошает.

## Поселение Родовых поместий

Был у меня опыт переезда в поселение Родовых поместий Благодатное Новосибирской области. Там есть свои преимущества: экопродукты, жизнь на земле в своём доме, если есть средства. Можно настроить здоровый образ жизни. Есть общая идея сделать Землю красивой, возродить крепкие семьи и вернуться к Роду. Творить и общаться на более высоком уровне.

Но освоить гектар земли мне оказалось не по силам. У каждого жителя поселения свой образ жизни и своё видение. Убедилась, что нужна достойная поддержка извне от государства или инвесторов, а пока от них в основ-



Примерно так выглядело моё жильё в Родовом поместье: небольшой домик и гектар земли, который нужно самостоятельно осваивать.

Когда вместе, всё интересно!



Не отговариваю желающих, просто делюсь своим опытом.

## Село на Алтае

Так куда в таком случае переезжать? Просто в любую деревню ехать? Не к кому. Ведь главное для меня — единомышленники во многих сферах жизни и возможность совершенствоваться вместе, создавать новый мир и радоваться результатам.

И наконец я приехала на Алтай! Сначала в гости.

Небольшое село, порядок, всё культурно. Люди трудолюбивые, простые и добропорядочные. Как в городе, есть магазины, интернет, почта, Сбербанк, дороги, школа общеобразовательная и школа искусств.

Домашняя молочка, алтайское качество продуктов. Я выросла в Бийске и сейчас, живя в этом селе, всё время ловлю себя на мысли — «как в детстве»: вкусный сыр, мороженое, лимонад, молоко, мёд и пр. Питаться экопродуктами здесь

нии, а здесь, в селе, они собирают объединение друзей, каждому из которых помогают разобраться с важными жизненными вопросами.

За время жизни в селе я стала более женственной, уверенной, спокойной, появилось много интересных планов, стала более чуткой к себе, к окружающим, к жизни вообще.

Здесь я нашла свой дом, своё дело, единомышленников. У нас есть общая идея, которую мы успешно воплощаем в жизнь. Мы все вместе в трудностях и в радо-

стях, создаём наилучшие события и совершенствуемся вместе сообща.

Бытовые вопросы, что тоже очень важно, решаются легко. И деньги есть, хотя о них не думаешь. Просто людям что-то хорошее делаешь с радостью и любовью. Убеждаюсь, что большинство вопросов решается не деньгами.

Моя жизнь наполнилась новыми смыслами, она всё радостней, легче и интересней!

Сфера моих интересов в селе с друзьями — это занятия с детьми, ладки, массажи, общение с друзьями, рукоделие, приготовление вкусной и здоровой еды, путешествия, купание, детские, семейные и взрослые мероприятия и праздники. Когда вместе, всё интересно!

## Наглядное сравнение

Вместо квартиры 35 м<sup>2</sup> в Академгородке у меня теперь благоустроенный дом 170 м<sup>2</sup>. Там была 10-этажка, здесь — огород, вишня с малиной, цветочки, отапливаемая баня и гараж с автоматическими воротами, много земли, на которой я могу сажать всё, что захочу.

В доме есть массажный кабинет, комната-трансформер: если надо тренироваться, то это спортзал, если фильм посмотреть, — кинозал, после баньки отдохнуть — комната отдыха, полежать, приятно побеседовать, попить карачинской воды с лимоном и мёдом, можно облить на улице. А три гостевые комнаты позволяют заниматься сельским туризмом и размещать гостей. Теперь я — хозяйка мини-гостиницы. Мне сейчас очень интересно жить, весело, познавательно. И доходы мои сильно увеличились.



Даже благоустроенный и симпатичный городской дом — муравейник, съедающий энергию, время, здоровье.



Эко-запасы на зиму!

## Заключение

Город, родовое поселение или благоустроенное село. Что выбрать?

А что вы хотите создать в жизни? Какие ценности у вас?

Мир изменился. Пришла пора выбирать, определяться. Я счастлива, что вовремя сделала правильный выбор для себя, до вирусов и кризисных проявлений в городе!

Не сидится  
(Яндекс Дзен)



# Как заработать в деревне, где нет работы

**М**ы вот уже 10 лет всей семьёй живём в деревне, расположенной на берегу озера Кафтино, что в Тверской области.

В нашей деревне совсем нет работы в общепринятом смысле, чтобы трудиться с восьми до пяти и с выходными в субботу и воскресенье. Такая работа для переехавших в деревню вряд ли найдётся, если вы, конечно, не врач общей практики и не участковый уполномоченный. Все бюджетные места, как правило, заняты на пять лет вперёд, с передачей оных по наследству.

Зарабатываем мы вне деревни. Средний доход на семью получается со скрипом 40–50 тысяч рублей.

Все решают проблему заработка по-разному. Расскажу о том, как мы зарабатываем деньги на необходимые нам вещи, которые мы не можем вырастить в огороде или собрать в лесу. Это наш личный опыт, а не руководство к действию.

Ну, во-первых, мы не получаем доход от жизни в деревне, не продаём излишки сельхозпродукции или собранных вручную дикоросов. Мы очень жадные и очень много кушаем, сейчас нас пятеро, и продуктов, которые мы выращиваем, хватает с избытком, а избытки скормливаются животным. Имеем основание считать: то, что не потратили, — заработали. Сейчас мы не тратим деньги на овощи, часть фруктов, замороженные ягоды, яйца, мясо, рыбу и молочные продукты.

Во-вторых, мы не фрилансеры и не работаем удалённо, а трудимся там, где живём, и в большей степени своими руками. Интернет нам только помогает реализовывать созданные вещи или услуги.

Всегда помню, что не стоит класть все яйца в одну корзину, и поэтому источников дохода у нашей семьи несколько.

1. Строим печи из кирпича. Да, именно так, не «кладём», а строим. Красивые, функциональные печи, с расчётом КПД, учитывая теплопотери и отапливаемый объём дома, с авторской отделкой и инди-

видуальным проектом. Вдвоём, иногда с подсобными рабочими, если комплексы очень большие или их много в одном месте. Раньше для этого приходилось отлучаться из дома на 5–7 дней и оставлять детей с бабушкой. Но спустя время кочевая жизнь с ночёвками в бытовках нас измотала, и мы решили, что всех денег не заработать, а переезжающих в наши края жителей обеих столиц и дачников нам вполне хватит. С тех пор мы берём объекты в радиусе 20 км от нашего дома.

2. Демонтируем старые деревянные постройки и вывозим остатки разобранных домов и оставшийся от проживания старых владельцев мусор, который новые хозяева купленной недвижимости не желают оставлять. Чаще всего это старая мебель, вещи, посуда и прочий бытовой хлам. Этот мусор нам очень нужен, так как в умелых руках отходы с успехом превращаются в доходы.

3. Консультируем потенциальных покупателей загородной недвижимости удалённо и с выездом. Нет, мы не риэлторы и не агентство недвижимости, а просто помогаем купить дом. Мы знаем наш регион, природные, транспортные, инфраструктурные особенности и готовы рассказать об этом желающим переехать. Залезть на чердак, в подвал, указать на протечки, гнилые балки, готовую вот-вот обрушиться печь, вечное болото во дворе — вот это всё мы готовы найти в доме, который выставлен на продажу, и посчитать, во сколько обойдётся его ремонт. За такие консультации платят небольшие деньги: от 1,5 до 15 тысяч рублей при полном сопровождении сделки.

Всё описанное выше в основном приносит нам доход весной и осенью, летом мы стараемся не брать заказы или переносим их на осень. Летом у нас много своих очень важных дел. Сначала пытались совместить летние хлопоты в своём хозяйстве и заработки, но из этого не вышло ничего хорошего, так как нигде не успевали, и решили, что лето — только наше.

А зимой нам куда-то выезжать, особенно в морозы или снегопады, неохота. И мы создаём деньги дома из мусора. Что для всех нормальных людей является хламом, для нас делится на следующие категории:

- Ресурсная доска или амбарная, как нынче модно говорить. На самом деле она не амбарная, а в большей степени сарайно-чердачно-гаражная, именно там в нужном виде и сохраняется на объектах под снос та самая дизайнерская доска. Мы не заготавливаем её вагонами и не отправляем в Белокаменную, нам не под силу конкурировать с крупными фирмами в этой сфере. Мы сортируем, обрабатываем и делаем на заказ из такой доски волшебные штучные интерьерные вещи. Находить заказы и покупателей нам помогают разные интернет-площадки. Люди так устали от пластмассового и железобетонного мира, что хотят видеть рядом с собой натуральное и живое.

- Лом чёрного и цветного металла. Невероятно, но в некоторых разбираемых нами домах оказывалось до двух тонн различного металлолома. Всё-таки страна, в которой прошло моё детство, была нескончаемо богата ресурсами, а люди в ней жили заплывшими.

Всё это сортируется, накапливается и в зимний период, когда цены наиболее высокие, увозится в пункт приёма металлолома.

- Винтаж. Не всё металлоломом, что металлическое, многое очищается, обрабатывается и продаётся через интернет-магазины или используется в оформлении интерьеров. Не думаю, что старые керосинки можно приравнять к антиквариату, скорее, это винтаж, отражающий свою эпоху. К нему относятся старинные кружева, коврики с оленями, плюшевые скатерти, ёлочные игрушки, куклы и посуда.

- Старая мебель из дерева и металла. Нет, это не серийные «стенки», а добротная мебель из массива ручной работы, комоды, горки, сундуки, венские сту-



лья, настенные и напольные часы, зеркала в полный рост. Всё это мы продаём реставраторам, а некоторые очень интересные экземпляры оставляем себе в работу.

- Текстиль и макулатура. Кроме книг, представляющих ценность, всё отправляем в соседний город на бумажную фабрику. Выручки немного, но тоже деньги.

- Стекло. Его много. Банки продаём через Авито, бутылки и стеклотару увозим в переработку на стеклозавод. Иногда попадают интересные вазочки, люстры и бутылочки, которые тоже продаём.

Вот такой у нас мусор. С пластиком мы ещё не разобрались,

его приходится пока отправлять на свалку, точнее, на мусорный полигон. Официально и со всеми сборами.

Ещё зимой я немножко проектирую, работаю над эскизами интерьеров и экстерьеров, общаюсь с постоянными и новыми заказчиками, занимаюсь работой интернет-магазинов.

Ну и, конечно, если кто-то позвонит среди ночи: «Помогите! Дымит старенькая печь и не топится!», мы обязательно приедем, всё почистим иотрегулируем.

**Блондинка в деревне**  
(Яндекс Дзен)

Бологовский район, Тверская область

## Настоящий мужчина должен уметь строить

**Я** всё умею — пилить, стругать, колотить. Мужик должен всё это делать, а не гири тягать в фитнес-клубе. «Ой, — жалуются некоторые, — работы нет». Научись плитку класть — будешь на «Мерседесе» ездить. Я у себя на участке город целый построил, баню, сарай. А если на диване лежать и дыню наедать — плохо закончишь...

Иногда ко мне приезжают, говорят: «Далеко вы забрались». А я спрашиваю: «Далеко от чего?» И человек замолкает. Из-за того, что я в деревне живу, у меня каждый день другой. Каждый день — другое небо. Утром встал — и завертелось, а вечером смотришь и видишь: и такие облачка, и этикие Господь подпустил.

Стоишь и, как безумный, смотришь на эти звёзды и думаешь: «Боже мой, вот завтра умру, и что я скажу Ему?» Как в молитве говорится: если тень твоя так прекрас-

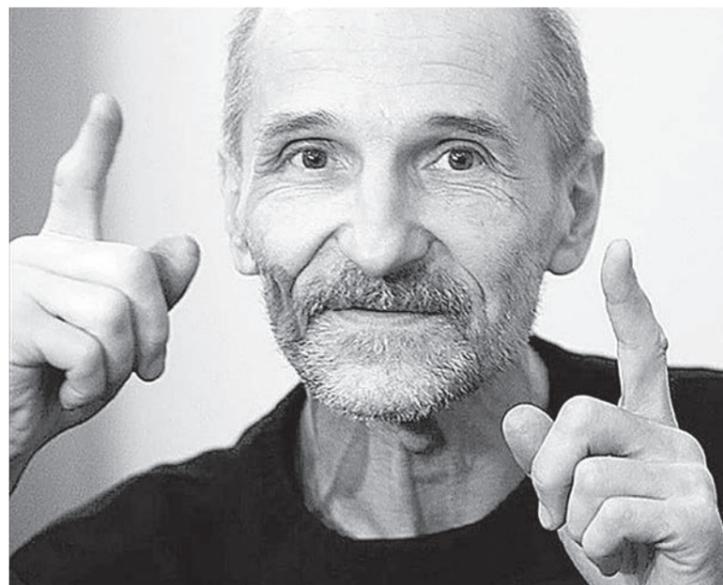
на, каков же ты сам?

Однажды вошёл в дом, думал, сейчас компьютер включу,

а электричества не было, и оказался в полной темноте. Лягте как-нибудь в темноте, отключите все «пикалки» и задайте себе такие вопросы: кто я и как живу? Я вообще нормальный парень или так себе?

**Пётр МАМОНОВ**

[https://vk.com/slavyanskoe\\_dvizhenie](https://vk.com/slavyanskoe_dvizhenie)



## «Вакцина» от города

**Г**ород — это такая болезнь. Ведь трудно же назвать здоровым желание забраться в ячейку 20-этажного бетонного бункера и проводить там «насыщенную» жизнь...

Но есть и хорошая новость. От этой болезни существует вакцина, единственная вакцина, которую мы можем рекомендовать.

Вакцина от города — это деревня, село, хутор, поселение, частный сектор провинциального городка...

Кто ещё не привит — делайте это как можно скорее. Не тяните. Пока болезнь не проникла во все органы, не поразила способность к восприятию настоящего...

И в этом призыве, как и в обозначенном диагнозе, нет ни осуждения, ни презрения — сами такие или были такими. Никто же не заподозрит врача, называющего больного больным, в неуважении к нему, а самого больного — в желании быть здоровым.

Это убеждение и предупре-



ждение об опасности. Многие москвичи, с которыми приходилось общаться летом прошлого года, прочувствовали эту опасность всем своим нутром, и многие бежали от неё, кто куда только мог, чтобы переждать. Неужто думаете, что всё это никогда не повторится!?

Пункты «вакцинации» работают круглосуточно во всех областях нашей необъятной Родины!

# Руками работать почётно

## Как мужчина учит столярному делу мальчиков без отцов

Многие одинокие мамы сегодня задумываются над тем, как вырастить своих сыновей настоящими мужчинами. Зачастую мальчики, воспитываясь только мамой и бабушкой, не умеют даже прибить гвоздь, не говоря уже о готовности брать на себя ответственность и принимать серьёзные решения. Но есть и те, кто, несмотря на сложные семейные обстоятельства, сумели воспитать в себе настоящие мужские качества и теперь передают это другим. Житель Черкас (Украина) Виталий Андриец сам вырос без отца, а позже стал обучать столярному мастерству мальчиков, оказавшихся в подобной ситуации.

### Папы есть не у всех

— Моя проблема была в том, что в детстве я ничего руками по дому не делал. Я рос с мамой и бабушкой, и весь инструмент, который у нас был, — это маленький молоточек, отвёртка и плоскогубцы, которые лежали в банке, — рассказывает Виталий Андриец. — Часто, когда у нас дома что-то ломалось, мы просто переставали этим пользоваться. Если тёр крап, начинали подматывать его тряпками, а если где-то в стене появилась дырка, то мы просто её замазывали или закрывали картиной. И когда в гости приходил какой-то знакомый дядька, моя бабушка всячески пыталась его попросить помочь: то телек подкрутить, потому что он барахлит, то розетку починить, которая дымится.

Отец Виталия оставил семью, когда сыну ещё не исполнилось двух лет, поэтому диалога с папой у мальчика никогда не было. В голове у Виталия не осталось никаких картинок, воспоминаний об отце, а умение работать он открыл в себе только в 25 лет, когда поехал на заработки на стройку: «Там я понял, что руками можно пользоваться, это не так страшно».

К 32 годам мужчина уже сам стал отцом троих детей, тогда и задумался над вопросом, как быть хорошим папой. Так, обсуждая эту тему в кругу своих друзей в Черкассах, Виталий и придумал идею создать мастерскую для мальчиков «Мудрый плотник».

— Был момент, когда я сидел со своими друзьями, мы все уже были отцами на тот момент и думали, как не потерять контакт со своими детьми. Как их воспитывать, а не быть папой просто где-то на фоне, который денежку приносит, а семью не видит.

В тот вечер каждый из взрослых мужчин поделился своими воспоминаниями из детства. Один рос без отца и всегда завидовал мальчишкам из полноценных семей, у другого папа был, но постоянно пьянствовал и срывал злость с кулаками, в том числе и на сыне. Третий рассказал о том, что отец постоянно пропадал на работе, и

финансовое благополучие в семье обернулось полным отсутствием диалога между папой и сыном.

Услышав откровения своих друзей, Виталий понял, что в обществе существует проблема с папами и их ролью в семье. Друзья также обратили внимание, что среди их знакомых есть ребята, которые на сегодняшний день растут без отцов и уже «утратили возможность получить что-то му-

Сегодня в команде работают пятеро взрослых, на каждом уроке присутствует от одного до трёх наставников, которые стараются никого не обделить вниманием. Также Виталию пришла идея приглашать на занятия знакомых подростков, чтобы они присматривали за младшими, помогали тем, кто отстаёт, и учились брать на себя ответственность.

— Мне кажется, это позитив-

бываю, например, стул, то сначала делаю это самостоятельно и смотрю, что получилось. Если надо — переделываю, а потом уже показываю ребятам, и мы вместе дублируем. По сути, я учусь вместе с ними.

Новых наставников Виталий тоже старается убедить, что не нужно бояться помогать детям:

— Очень часто у взрослых мужчин есть страх: «Я никогда не



жицкое — навык, который должен передавать папа».

### Мастерскую собирали всем миром

Помещение для мастерской нашли быстро, инструменты собрали по друзьям и знакомым, у кого что есть, — молотки, дрели, отвёртки. И начали экспериментировать, позвав сначала своих сыновей, чтобы вместе что-то помастерить. Довольно быстро выяснилось, что потребность в таких занятиях очень высокая. Вокруг оказалось много одиноких мам и бабушек, которые с удовольствием приводили своих мальчиков в мастерскую и рассказывали об этом соседям.

Потом идею подхватили другие люди, друзья и жители города, стали помогать деньгами, материалами и инструментами. Сами занятия для мальчиков без оплаты, поэтому мастерская очень быстро набрала хорошие темпы, появилась возможность обучать не только своих детей, но и других ребят.

— Иногда незнакомые люди подходят и говорят: «Классное дело делаешь, вот возьми дрель» — и дарят профессиональный инструмент, который достаточно дорого стоит. Благодаря этому наши ребята имеют возможность работать с качественным инструментом, использовать хорошие отвёртки и шуруповёрты.

Некоторые люди дарят даже станки или серьёзные пилы, помогающие готовить материал. Такие инструменты на занятиях не используются, потому что очень опасные, но с их помощью мастера могут качественно подготовиться к занятию и быстро распилить большой объём дерева.



ный процесс, когда и взрослые задействованы, и подростки учатся служить младшим, а младшие довольны, что у них что-то получается сделать своими руками и им в этом помогают, — говорит Виталий.

В какой-то момент в мастерскую стали приходиться ребята с папами и спрашивать, как им сюда попасть. Ситуации в семьях бывают разные: у кого-то папа — дальнобойщик и приезжает домой раз в полгода, а у кого-то отец занят на двух работах, чтобы прокормить семью, и ему некогда уделять время сыну. Поэтому сегодня в группе занимаются дети от 6 до 14 лет, в том числе и те, у кого есть отцы.

### Мама, я тебя люблю!

— Не знаю, откуда у меня навык к столярному мастерству. Меня никогда никто не учил, и курсов я никаких не проходил, — размышляет Виталий. — Но желание помогать ребятам заставило меня обучиться в процессе. Часто, когда я выдумываю поделку или разра-

ботал с детьми, не работал с деревом, и не понятно, как это у меня получится». Но на самом деле у нас не такие сложные поделки, для которых нужно специальное образование.

Виталий признаётся, что, так как сам вырос без отца, зачастую не знал, как поступать в разных ситуациях, как заботиться и брать на себя ответственность, ведь в жизни перед ним не было такого примера.

— С уверенностью могу сказать, что человек что-то недополучает, вырастая без отца. Тем не менее не нужно ставить на себе крест, и если найти силы, выход всегда есть. В определённый период своей жизни я тоже не представлял, как возьму ребёнка на руки, и тем более никогда не думал, что буду папой четверых детей, — рассказывает герой.

Сам преодолел этот нелёгкий путь, Виталий старается передать опыт ученикам:

— Хочется помочь ребятам понять, что если ты взял ответственность за семью, то это на всю

жизнь. А не то, что ты поиграл, сделал пару детей, а потом понял, что хочешь карьеру, красивую жизнь, и оставляешь маму одну с детьми.

В процессе работы с деревом Виталий разговаривает с ребятами об ответственности в деле, за которое взялся, и об умении доводить его до конца. Вместе они обсуждают вопросы дружбы, учатся быть трудолюбивыми и уметь держать мужское слово. Также на занятиях мастер старается привить мальчикам любовь к семье, чтобы они не были просто «овощами», целыми днями сидящими в телефоне и таскающими еду из холодильника, а помогали родным по дому и заботились о близких.

— Учу их разговаривать со своими мамами, не забывать сказать маме: «Я тебя люблю». Мы сейчас почему-то не часто эти слова произносим.

Недавно фурор среди мам произвели сделанные их сыновьями деревянные рамки, внутри которых каждый поместил лист со словами о том, за что он благодарен маме и за что её любит. Там были написаны довольно простые вещи: «За то, что мама готовит еду, одевает, будит по утрам в школу», но многих матерей это растрогало до слёз.

Ещё делали поднос на верёвочках, чтобы подавать маме кофе в постель. Так один парень сделал эту подставку, но, когда нес маме кофе в постель, споткнулся и вылил кофе прямо на кровать. Тем не менее маму это не огорчило, она была рада поделке сына и его инициативе, пусть и не совсем удачно реализованной.

### Мужская дисциплина

Конечно, с дисциплиной на занятиях бывает непросто. Чтобы сформировать для мальчиков образ сильного мужчины, Виталий приходится балансировать между учителем и другом. С одной стороны, хочется с ними поговорить, спросить, как дела дома и в школе, иногда обнять. С другой, это может работать в минус, тогда дети перестают серьёзно воспринимать учителя. Порой после нескольких предупреждений ученика могут и выгнать с занятия, если поведение одного мальчика ставит под угрозу срыв всего урока. Также Виталий ввёл спортивную практику приседаний и отжиманий за грубое слово или нарушение.

— Я стараюсь сразу проговорить, что ругань, несмотря на то, что вы можете слышать её на улице, не есть наша ценность, держите язык в чистоте. У меня нет задачи, чтобы парень ругался и приседал, я стараюсь это сразу отсеять или попросить родителей прокон-



тролировать этот момент и поговорить.

Чтобы дать понять, что папа — это не мама, которая всегда пожалеет и приласкает, Виталий на уроке может прикрикнуть или пристыдить, а иногда даже остановить занятие из-за нарушения техники и начать разговор. Здесь важно объяснить, что такое поведение может отвлекать других сверстников, из-за чего нарушится техника безопасности. Для визуального эффекта он показывает свой шрам, полученный от травмы пилой восемь лет назад. Это быстро отвлекает мальчишек.

— Иногда нужно снять носок и показать свою заштопанную ногу, чтобы они поняли, что даже ручная пила может порезать и навредить, особенно когда ты ею играешь и отвлекаешься.

Благодаря такому воспитанию уже в возрасте 8–10 лет мальчишки начинают становиться мужчинами. Они ещё ходят в младшие классы, а уже умеют изготавливать нужные в быту вещи: стул, подставку, лесенку, полку, вешалку.

Родные остаются в полном восторге, глядя на перемены в своих детях. Так, один младшеклассник порадовал свою бабушку, смастерив небольшую лесенку на две ступеньки, с помощью которой та смогла достать до нужных полочек с банками в кладовке. Другой изготовил ступеньки для своей сестры, и теперь она самостоятельно дотягивается до раковины, выключателей и других нужных предметов. Третий адаптировал дома гибкую переносную лампу, с помощью которой можно найти даже закатившийся под кровать предмет.

На занятиях мальчишки учатся работать с линейкой и сантиметром, чертить карандашом, ведь многие на первых уроках банально не могут рисовать ровные линии. За несколько занятий они приобретают этот навык. Ребята много работают с ручной пилой, отвёрткой и молотком, практикуют разные типы соединений: скручивают шурупы, забивают гвозди, склеивают деревянные крепления.

На сегодняшний день помимо воспитания в мальчиках настоящих мужчин самое важное для основателя мастерской — видеть благодарность мам за успехи своих сыновей, это продолжает мотивировать всю команду:

— Когда они говорят спасибо за поделку, время и ребёнка, это мотивирует нас не останавливаться, понимать всю важность проекта и стремиться двигаться дальше.

**Наталья ЛОСКУТНИКОВА**  
<https://www.m24.ru>



# Воспитание сына через труд



**К**то бы что ни говорил, а только непосредственное участие сына в хозяйственной деятельности позволяет вырастить из него самостоятельного, хозяйственного, умелого и ответственного мужчину, умеющего ставить цели, находящего средства и внутреннюю мотивацию для их достижения.

Все басни про «они же дети» и «успеют ещё наработаться» оставьте тем, кто хочет уничтожить нашу цивилизацию, вбивая клинья между людьми и нормальностью. С них позже спросится по всей строгости...

В городе нет необходимых условий, чтобы занять мальчишек хозяйственной деятельностью.



Всевозможные кружки — это всё не то. В деревне для этого идеальные условия, особенно когда всё с нуля создаётся.

Я не загонял сына насильно на стройку, а просто объяснил ему, почему это так важно для нашей семьи. Я честно оценивал его трудовые вложения в общее дело, подбадривая его, указывая на недочёты, если они были, и акцентируя внимание на достижениях. Ну всё как обычно: должна быть понятная цель, должно быть понимание её необходимости.

И главное — он должен видеть результат своего труда в совокупном труде всех участников и как это помогает в достижении общей цели!

Всему этому предшествовало и (или) сопровождало множество совместных путешествий, дел в гараже, общение, прочитанные книги, формирующие мировоззрение.

На стройке, конечно же, не обошлось без нарушения дисциплины в плане утреннего подъёма, особенно когда дедушка, мой батя, заводил старую шарманку: «Пусть выпится!», «Успеет наработаться!». Но это неосознанная беда большинства родителей. И беда, через которую я сам прошёл, будучи ребёнком, осознал в зрелом возрасте, теперь исправляюсь. Вся эта ложная забота — это медвежья услуга на самом деле.



Помимо посильного участия в копании, таскании, разборе, забивании, отрывании, собирании на сыне зачастую лежала обязанность приготовления еды, так как у нас было очень мало времени и отвлекаться на готовку просто не было возможности.

К слову сказать, сын был полностью лишён телефона с ин-

нетом за ненадобностью, и это было вполне нормальной ситуацией.

Когда мы были на Алтае, батя рассказал мне стихотворение В. Полторацкого «След», вот оно:

Коль непрошеным гостем  
Вломился ты в дом,  
Нашумел по-пустому  
И поднял содом,  
Если сердце твоё  
Не горит, а коптит  
Чёрным дымом раздоров  
И мелких обид,  
Если прожил ты жизнь,  
Никого не любя, —  
Добрым словом никто  
Не помянет тебя.  
Никому ты не нужен,  
Не дорог, не мил.  
И уйдёшь — скажут: вот,  
Только зря наследил.  
А коль в пору распутицы  
Трудных дорог  
Ты от чистого сердца  
Другому помог,  
И когда целиною  
Ты первым пройдёшь,  
И по следу густая  
Поднимется рожь,  
Когда первую вешку  
Поставишь в пути,  
Чтоб могли за тобою  
Другие пойти,  
Вспоминать о тебе



Будут тысячу лет.  
Скажут: этот недаром  
Оставил свой след.

**Дмитрий БОРИСОВ**  
Переезд на землю (Яндекс Дзен)

# Секреты русской избы

**О**бщепризнанный факт, что наиболее экологичные и подходящие для проживания человека дома могут быть построены только из дерева. Дерево — самый древний строительный материал, подаренный нам самой совершенной лабораторией на Земле — Природой.

В помещениях деревянного строения влажность воздуха всегда оптимальна для жизнедеятельности человека. Уникальная структура древесного массива, состоящая из капилляров, впитывает лишнюю влагу из воздуха, а при излишней сухости отдает её в помещение.

Срубы обладают природной энергетикой, создают в избе особый микроклимат, обеспечивают естественную вентиляцию. От деревянных стен веет домовитостью и покоем, они защищают летом от жары, а зимой от морозов. Дерево отлично удерживает тепло. Даже в трескучий мороз стены деревянного сруба тёплые внутри.

Каждый, кто хоть раз побывал в настоящей русской избе, никогда не забудет её чарующий благодатный дух: тонкие нотки древесной смолы, аромат свежеспечённого хлеба из русской печи, пряность лечебных трав. Благодаря своим свойствам дерево нейтрализует тяжёлые запахи, озонируя воздух.

Прочность древесины зарекомендовала себя веками, ведь срубы, построенные нашими прапрадедами ещё в XVI–XVII веках, стоят до наших дней.

И неспроста интерес к деревянному строительству возникает снова и разрастается с невероятной быстротой, завоёвывая всё большую популярность.

## Маленькие премудрости, тайны и секреты русской избы

• Название русского дома «изба» происходит из древнерусского «истьба», что означает «дом, баня», или «истобка» из «Повести временных лет...». Древнерусское наименование деревянного жилища уходит корнями в праславянское «jьstьba» и считается заимствованным из германского «stuba». В древнегерманском «stuba» означала «тёплое помещение, баня».

• При строительстве новой избы наши предки соблюдали правила, выработанные веками, ведь возведение нового дома — это знаменательное событие в жизни крестьянской семьи и все традиции соблюдались до мелочей. Одним из главных заветов предков был выбор места для будущей избы. Новая изба не должна строиться на месте, где когда-то были кладбище, дорога или баня. Но в то же время желательным было, чтоб место для нового дома уже было обжитым, где проходила жизнь людей в полном благополучии, светлым и на сухом месте.

• Главным инструментом при постройке всех русских деревянных сооружений был топор. Отсюда говорят не построить, а срубить дом. Пилу стали применять в конце XVIII в., а в некоторых местах — с середины XIX в.

• Первоначально (до X века) изба представляла собой бревен-



чатое строение, частично (до трети) уходящее в землю. Таким образом, сама изба представляла собой полуземлянку.

• Двери изначально не было, её заменяло небольшое входное отверстие примерно 0,9 м на 1 м, прикрываемое парой бревенчатых половинок, связанных вместе, и пологом.

• Основное требование к строительному материалу было привычным — сруб рубился либо из сосны, ели или лиственницы. Ствол хвойных деревьев был высоким, стройным, хорошо поддавался обработке топором и в то же время был прочным, стены из сосны, ели или лиственницы хорошо сохраняли тепло в доме зимой и не нагревались летом, в жару, сохраняя приятную прохладу. Одновременно выбор дерева в лесу регламентировался несколькими правилами. Например, нельзя было вырубать большие, старые и высохшие деревья, которые считались мёртвыми и могли, по поверьям, принести в дом болезни. Нельзя брать деревья, росшие на дороге и у дорог. Такие деревья считались «буйными», и в срубе такие брёвна, по поверью, могут выпадать из стен и придавливать хозяев дома.

• Возведение дома сопровождалось рядом обычаев. Во время укладки первого венца сруба (закладного) под каждый угол подкладывали монетку или бумажную купюру, в другой — кусочек шерсти от овцы или небольшой моток шерстяной пряжи, в третий подсыпали зерно, а под четвёртый клали ладан. Таким образом, при самом начале возведения избы наши предки делали такие обряды для будущего жилища, которые знаменовали его богатство, семейное тепло, сытую жизнь и святость в дальнейшей жизни.

• В обстановке избы нет ни одного лишнего, случайного предмета, каждая вещь имеет своё строго определённое назначение и освещённое традицией место, что является характерной чертой народного жилища.

• Двери в избе делали как можно ниже, а окна располагали повыше. Так тепло меньше уходило из избы.

• Русская изба была либо «четырёхстенкой» (простая клеть), либо «пятистенкой» (клеть, перегороданная внутри стеной — «перерубом»). При строительстве избы к основному объёму клетки пристраивались подсобные помещения («крыльцо», «сени», «двор», «мост» между избой и двором и т. д.). В русских землях, не избалованных теплом, весь комплекс построек старались собрать вместе, прижать друг к другу.

• Существовало три типа организации комплекса построек, составлявших двор. Единый большой двухэтажный дом на несколько родственных семей под одной крышей назывался «кошель». Если хозяйственные помещения пристраивались сбоку и весь дом приобретал вид буквы «Г», то его называли «глаголь». Если же хозяйственные пристройки подстраивались с торца основного сруба и весь комплекс вытягивался в линию, то говорили, что это «брус».

• За крыльцом избы обычно следовали «сени» (сень — тень, затенённое место). Их устраивали для того, чтобы дверь не открывалась прямо на улицу и тепло в зимнее время не выходило из избы. Передняя часть здания вместе с крыльцом и сенями называлась в древности «всходом».

• Если изба была двухэтажная, то второй этаж называли «поветью» в хозяйственных постройках и «горницей» в жилом помещении. Помещения же над вторым этажом, где обычно находилась девичья, назывались «теремом».

• Дом редко строили каждый для себя. Обычно на строительство приглашался весь мир («обчество»). Лес заготавливали ещё зимой, пока нет в деревьях сокодвижения, а строить начинали с ранней весны. После закладки первого венца сруба устраивалось первое угощение «помочанам» («окладное угощение»). Такие угощения — отголосок древних ритуальных пиров, которые проходили часто с жертвоприношениями.

После «окладного угощения» начинали устраивать сруб. В начале лета, после укладки потолочных матиц, следовало новое ритуальное угощение помочанам. Затем приступали к устройству кровли. Дойдя до верха, уложив конёк, устраивали новое, «коньковое» угощение. А уж по завершении строительства в самом начале осени — пир.

• В новое жильё первой должна войти кошка. На Севере Руси до сих пор сохраняется культ кошки. В большинстве северных домов в толстых дверях в сени сделано внизу отверстие для кошки.

• В глубине избы располагался сложенный из камней очаг. Отверстия для выхода дыма не было, в целях экономии тепла дым сохранялся в помещении, а излишек выходил через входное отверстие. Курные избы, вероятно, внесли свой вклад в небольшую продолжительность жизни в старину (около 30 лет для мужчин): продукты горения дров являются веществами, вызывающими рак.

• Полы в избах были земляные. Лишь с распространени-

ем на Руси пил и пилорам в городах и в домах помещиков стали появляться деревянные полы. Первоначально полы выкладывались из досок, изготовленных из колотых пополам брёвен, либо из массивной толстой половиной доски. Однако массивные полы из досок стали распространяться лишь в XVIII веке, так как не было развито лесопильное производство. Лишь усилиями Петра I пилы и пилорамы стали получать распространение на Руси с издания петровского Указа «О приучении дровосеков к распиловке дров» в 1748 году. Вплоть до XX века полы в крестьянской избе были земляные, то есть выровненная земля просто утапывалась. Иногда верхний слой мазали глиной, смешанной с навозом, что предотвращало образование трещин.

• Брёвна для русских изб готовили с ноября–декабря, подрубая стволы деревьев по кругу и давая им высохнуть на корню (стоймя) за зиму. Дорубали деревья и вывозили брёвна ещё по снегу до весенней распутицы. При рубке клетки избы брёвна укладывали северной, более плотной стороной наружу, чтобы древесина меньше трескалась и лучше переносила воздействия атмосферы.

• До IX века окон в русских избах вообще не было.

• До XX века окна в русских избах не открывались. Проветривали избы через дверь и дымник (деревянная вентиляционная труба на крыше). Ставни защищали избы от непогоды и лихих людей. Закрытое ставнями окно днём могло служить «зеркалом».

• В старину ставни были одностворчатыми. Двойных рам тоже не было. Зимой для тепла окна закрывались снаружи соломенными матами или просто заваливались копами соломы.

• Многочисленные узоры русской избы служили (и служат) не столько украшением, сколько защитой дома от злых сил. Символика сакральных изображений пришла с языческих времён: солнечные круги, громовые знаки (стрелы), знаки плодородия (поле с точками), конские головы, подковы, хляби небесные (разнообразные волнистые линии), плетения и узлы.

• Изба устанавливалась прямо на грунт или на столбы. Под углы подводились дубовые колоды, большие камни или пни, на которых и стоял сруб. Летом под избой гулял ветер, просушивая снизу доски так называемого «чёрного» пола. К зиме дом обсыпали землёй или устраивали из дёрна завалинку. Весной завалинка или обваловка в некоторых местах рас-

капывалась для создания вентиляции.

• «Красный» угол в русской избе устраивался в дальнем углу, с восточной стороны, по диагонали от печи. Иконы помещались в божницу в «красный» или «святый» угол комнаты с таким расчётом, чтобы входящий в дом человек сразу их видел. Это считалось важным элементом защиты дома от «злых сил». Иконы должны были обязательно стоять, а не висеть, так как почитались «живыми».

## Избушка на курьих ножках

Возникновение образа «избушки на курьих ножках» исторически связывается с деревянными срубами, которые в древности на Руси ставились на пеньки с обрубленными корнями, чтобы предохранить дерево от гниения. В словаре В. И. Даля сказано, что «куръ» — это стропила на крестьянских избах. В болотистых местах избы строили именно на таких стропилах. В Москве одна из старинных деревянных церквей называлась «Никола на курьих ножках», поскольку из-за болотистости местности стояла на пеньках.

Изба на курьих ножках — от слова «курная» изба. Курными назывались избы, топившиеся «почёрному», то есть не имевшие печной трубы. Использовалась печь без дымохода, называвшаяся «курной печью» или «чёрной». Дым выходил наружу через двери и во время топки висел под потолком толстым слоем, отчего верхние части брёвен в избе покрывались копотью.

В древние времена существовал погребальный обряд, включавший в себя обкуривание ножек «избы» без окон и дверей, в которую помещали труп.

Избушка на курьих ножках в народной фантазии была смоделирована по образу славянского погоста — маленького домика мёртвых. Домик ставился на опоры-столбы. В сказках они представлены как куриные ножки тоже не случайно. Курица — священное животное, непреходящий атрибут многих магических обрядов. В домик мёртвых славяне складывали прах покойного. Сам гроб, домовина или погост-кладбище из таких домиков представлялись как окно, лаз в мир мёртвых, средство прохода в подземное царство. Вот почему наш сказочный герой постоянно приходит к избушке на курьих ножках, чтобы попасть в иное измерение времени и реальности уже не живых людей, а волшебников. Другого пути туда нет.

Куриные ноги — всего лишь «ошибка перевода».

«Курьими (курными) ножками» славяне называли пеньки, на которые и ставилась изба, то есть домик Бабы-Яги изначально стоял всего лишь на закопчённых пеньках. С точки зрения сторонников славянского (классического) происхождения Бабы-Яги, немаловажным аспектом этого образа видится принадлежность её сразу к двум мирам — миру мёртвых и миру живых.

Курные избы просуществовали в российских деревнях вплоть до XIX века, встречались они даже и в начале XX века.

Лишь в XVIII веке и только в Санкт-Петербурге царь Пётр I запретил строить дома с отоплением по-чёрному. В других же местах они продолжали строиться до XIX века.



# Старинные рецепты обработки древесины

Рассмотрим некоторые варианты обработки древесины натуральными веществами, что может очень пригодиться при отсутствии специальных средств.

## Льняное масло

Обработка льняным маслом — это классический метод для таких типов древесины, как берёза, с целью достижения долговечной, прочной и влагостойчивой поверхности.

Возможны варианты:

### 1. Сырое льняное масло, неразбавленная масляная олифа.

Пример применения: рукоятку ножа (или иное изделие) нужно на несколько дней поместить в льняное масло.

Для этого нож опускают в банку с накручивающейся крышкой, с тонкой щелью для клинка, которая после помещения в него ножа должно быть герметично закупорена.

Когда древесина черенка пропитается насквозь, её необходимо обтереть гладкой сухой ветошью. После этого несколько недель дать полностью просохнуть. При испарении масла происходит окисление и полимеризация поверхности, которая по истечении некоторого времени становится прочной и упругой.

### 2. Льняное масло, наполовину разбавленное скипидаром.

Жидкость, приготовленная из льняного масла и настоящего природного терпентина (не применять заменители!) в пропорции 1:1.

Терпентином издавна называют смолистые выделения из ран, нанесённых хвойным деревьям. Теперь это вещество обычно называют живицей.

При помощи терпентина время просушки дерева и окисления масла сокращается. Срок просушки составляет 1–2 недели.

### 3. Льняное масло с дёгтем.

Добавка 50% дёгтя придаёт дереву красно-коричневый оттенок. Использовать следует только натуральный дёготь. После применения остатки масла тщательно обтереть мягкой и гладкой ветошью.

**ВНИМАНИЕ!** При использовании льняным маслом существует опасность самовозгорания тряпок, пропитанных льняным раствором. Поэтому выбрасывать эту ветошь нужно с особой осторожностью, чтобы не допустить возгорания!

## Рецепты для обработки деревянных изделий

### • Лак для вощения.

Воск — 100 частей, канифоль — 25 частей, скипидар — 50 частей (части указаны по весу).

Канифоль и воск измельчить и расплавить, перемешать, затем снять с огня и влить скипидар, тщательно перемешать.

Существует много рецептов покрытий, и нужно пробовать различные составы. Ещё один способ народного лака — канифоль, растворённая в скипидаре.

### • Творожно-известковая краска.

Равные количества свежего творога и гашёной извести тщательно разминают. Образуется белая, быстро сохнущая жидкость. Её необходимо употреблять в дело в тот же день, потому что она быстро портится.

К этому составу можно примешивать охру и некоторые другие краски. При этом необходимо брать как можно меньше воды, так как она отрицательно влияет на прочность изделия.

Краска сохнет очень быстро и не оставляет ни малейшего запаха. Поэтому в один день можно покрывать поверхность двумя слоями.

Для придания окраске большей прочности после нанесения двух слоёв деревянную поверхность полируют кусками грубого сукна.

### • Крахмально-малярная краска.

Из 10 весовых частей пшеничного крахмала, залитого холодной водой, получают состав, по консистенции напоминающий густую сметану.

Постоянно помешивая, льют кипятком до образования желаемой



густоты. Для большей прочности к тёплому клейстеру можно положить одну часть квасцов или буры.

Для приготовления краски в ещё горячий клейстер добавляют цинковые белила и любую цветную краску, растительную или минеральную.

Затем растворяют в воде хлористый цинк и примешивают к нему небольшое количество виннокаменной кислоты. Перед употреблением смешивают с этим раствором первую смесь.

Количество материала и пропорции большого значения не имеют. Краска наносится обычным способом. Она малогорюча, не боится сырости и холодной воды, но может быть смыта горячей водой с мылом.

### • Картофельная краска.

Берут 1 кг картофеля и варят его. Очищают от кожуры, пока он ещё горячий, заливают четырьмя большими кружками воды. После этого надлежит размять всё в кашу и протереть сквозь сито, чтобы не осталось комков. Добавить 1,5 кг мёла, измельчённого в порошок, который предварительно разводят в четырёх кружках воды. В результате получится около восьми кружек сероватой прочной, хорошо кроющейся и очень дешёвой краски.

Все эти краски опробованы и дают отличные результаты.

\* \* \*  
1. Чтобы деревянное изделие не растрескивалось и не крошилось на кусочки, его вываривали в течение 1–2 часов в растворе зольной щёлочи. После этого высушивали и, если требовалось, продолжали обработку более тонких деталей.

Зольная щёлочь — стародавнее средство наших предков, использовавшееся как для стирки изделий из ткани, так и для обработки деревянных изделий.

Щёлочь сделать просто: сжечь дрова (лучше всего подходит берёза) до состояния белого пепла (зола). Пепел (золу) залить водой, в которую во время отставания переходит щелочная группа веществ. После этого осадок можно использовать как удобрение для почвы (он не опасен для растений, поскольку не содержит «мыла»), а воду — для стирки или обработки древесных изделий.

2. В крепком отваре измельчённой дубовой коры наши предки кипятили (пару часов) или вымачивали (сутки) изделия не только из дерева, но и сплетённые из лыка, льна, конопля, тростника... Дубильные вещества укрепляли изделие настолько, что, например, канаты и верёвки повышали свою прочность на порядок.

<https://iz-dereva-svoimi-rukami.ru>

# Энергетика деревьев

Деревья отлично проводят накопившуюся в наших органах нездоровую энергию в землю, укрепляют пошатнувшуюся нервную систему, улучшают настроение, омолаживают, способствуют долголетию. Однако, чтобы позаимствовать энергию от наших друзей-целителей, необходимо знать, как это делать.

У каждого из нас есть своё дерево, наиболее близкое нам по своим биоэнергетическим характеристикам. Такое дерево окажет помощь в случае болезни, поможет справиться с недостатком

энергии, поддержит и подпитает в тяжёлые минуты жизни, не позволит пасть духом. Но для этого нужно знать своё дерево.

От чего мы болеем и устаём? В частности, от того, что нарушен баланс энергии в нашем организме. Мы плохо чувствуем себя от недостатка энергии, но и избыток её не несёт здоровья и хорошего самочувствия, настроения. Значит, надо восстановить равновесие. Для этого достаточно подойти к дереву, которое восполнит недостаток энергии, или же, напротив, заберёт её избыток.

Как узнать, подходит вам дерево в данный момент или нет? Очень просто: потрите рукой фольгу от самой обычной шоколадки и подойдите к облюбкованному дереву. Если фольга потянется к нему, то дерево ваше. Если прилипнет к руке, то вам в данный момент лучше с этим деревом не общаться.

Можно провести проверку с помощью биолокационной рамки. Подойдите к дереву, держа рамку прямо перед собой. Если она начинает двигаться, дерево вам не подходит, если стоит, замерла на месте — это ваше дерево. Деревья реагируют на людей индивидуально, они сами чувствуют, знают, что вам нужно в данный момент.

Определив, какое дерево вам подходит, подойдите к нему, прижмитесь к его стволу щекой и постарайтесь искренне полюбить его, испытать к нему симпатию, нежность. Отрешитесь от всех мыслей. Постарайтесь сами на мгновение ощутить себя не человеком, а деревом. Почувствуйте вибрации поднимающихся по стволу природных соков, ощутите, как энергия опускается из воздуха вниз по листьям, по стволу — к корням... Таким образом пре-

красно излечиваются неврозы, активизируются все очистительные процессы в организме.

Весной биополя деревьев особенно сильны.

Все деревья делятся на две большие группы: дающие биоэнергию и отсасывающие её.

Дают энергию дуб, берёза, сосна, яблоня, кедр.

Забирают, отсасывают энергию ольха, осина, тополь, черёмуха, все вьющиеся растения. Они же могут забирать и вредную энергию, если человек болен.

Энергетика деревьев также имеет свои характеристики: у дуба она более жёсткая, чем у берёзы и сосны; клён взбадривает; ива, напротив, успокаивает; осина снимает боль, а тополь — раздражительность.

С помощью биолокационных методов установлено, что берёза и дуб являются энергетически подпитывающими примерно для 80–90% жителей Средней полосы России. Следующей в этом ряду стоит сосна.

Берёза снимает усталость, повышает тонус сосудов, нейтрализует последствия стрессов.

Кедр принадлежит к жизнедающим и прекрасно помогает всем процессам очищения в организме.

Если сердечная-сосудистая система ослаблена и страдает от различных заболеваний, то осина, тополь и черёмуха ухудшат состояние. Зато берёза, дуб, липа могут исцелить.

Поблизости нет леса или парка? В этом случае можно заготовить целебные чурки, ветки, доски, плашки впрок и хранить их дома. Размер плашек: высота 2–3 см, диаметр 6–15 см.

Мигрень, гипертонию, хронические заболевания сосудов головного мозга прекрасно устраняют плашки или ветки отсасывающих энергию пород деревьев. Плашки надо прикладывать к больному месту и на проекцию больного органа на тело или на место выхода меридиана данного органа (по китайским каналам): подошвы, уши, ладони.

Плашки прикладывают на 10 минут 5 дней подряд, затем делают перерыв на 1 день. Курс лечения — 1 месяц.

Деревья лечат нас не только при помощи перераспределения энергии, но и своими запахами. Запах дуба и берёзы снижает артериальное давление, и общение с этими деревьями очень благотворно для больных гипертонией. В хвойном же лесу гипертоникам лучше находиться зимой, летом головные боли, напротив, могут усилиться, есть риск нарушения сердечной деятельности.

Выберите своё дерево. Встаньте от него на расстоянии 1,5 м, протяните к нему вертикально развёрнутую ладонь, медленно подойдите. Уже на расстоянии 1 м почувствуете тепло и покалывание в ладони. Это значит — контакт состоялся.



# Пищевые отходы превратим в доходы!

**М**ногие садоводы-огородники слышали, что не нужно выбрасывать пищевые отходы, а их следует ферментировать. У некоторых получилось это сделать, а у кого-то — нет. Кто-то считает это занятие противным и лишним.

Мы часто не ценим то, что у нас есть под рукой и что бесплатно. А ведь пищевые отходы — это настоящий клад для садовода. Только представьте, сколько пищевых отходов мы выкидываем зимой, а весной тратим кучу денег на навоз, перегной! Летом, конечно, отходы идут в компост, а вот зимой зачастую нет. Зимой мы ещё приплачиваем ЖКХ за вывоз мусора...

У меня есть своя история разочарования, которая надолго отбила желание заниматься ферментацией отходов зимой. Но два года назад я проанализировала свои ошибки, попробовала ещё раз и была очень удивлена результатом. Сейчас я не выбрасываю ничего, всё идёт в дело! Началась настоящая охота на пищевые отходы. Самое главное — понять, что делала не так, и исправить ошибки.

Распространённые причины отказа от ферментации в домашних условиях:

- резкий, неприятный запах продуктовой массы (причины разберём ниже);
- разрастается странная плесень;
- тонкие мешки с ферментированными отходами рвутся при транспортировке в самый неподходящий момент в подъезде или машине. (Приятного, конечно, мало. Стыдно-то как! А что соседи скажут?! Муж из дома выгонит!);
- родственники брезгливо запрецают;
- и другие.

Теперь я точно знаю, что ферментация может идти и без резкого запаха, нужно только правильно организовать процесс.

Давайте разберём эту тему по порядку, а вместе с тем и существующие ошибки.

1. Размер имеет значение. Пищевые отходы нужно измельчать сразу же после приготовления пищи. Нарезаем их мелко и не оставляем надолго на открытом воздухе, иначе быстро развивается плесень.

2. Яичную скорлупу собираем отдельно. Её можно промыть, высушить, истолочь, тогда она не пахнет и занимает мало места.

3. Кости и рыбу в домашней ферментации не используем.

4. Ферментированные пищевые отходы храним в тепле. Нельзя их перемораживать! Вот откуда берётся зловонный запах! Когда мы заморозили бактерии, то по-

том начинается процесс гниения, а не ферментации.

Правильно приготовленные отходы приятно пахнут, запах напоминает маринад квашеной капусты. Это принципиально!

5. Обязательно используем биопрепарат «Сияние-3». Без применения бактериальных препаратов идёт процесс гниения, и тогда зловонный запах обеспечен!

6. Слои измельчённых отходов должны быть тонкими, примерно 1,5–2 см. Каждый слой посыпается препаратом «Сияние-3».

## Применение пищевых отходов

**Вариант 1.** Кто-то высушивает отходы, складывает в пакеты и весной увозит на дачу. В принципе так можно делать. Но мне больше нравится влажная органика, заферментированная биопрепаратом «Сияние-3». В результате одновременно получается концентрат бактерий и азотистая подкормка, а это очень важно для раннего весеннего старта растений, когда почвенные бактерии ещё не размножились в нужном количестве.

**Вариант 2.** Специальный контейнер на 15 литров для ферментации — очень удобно. Этот вариант подходит для тех, у кого помещение позволяет, ведь придётся куда-то складывать пакеты. Кстати, пакеты выбирайте толстые, чтобы при транспортировке они не порвались.

**Вариант 3.** Обычные большие баки. Их лучше ставить в тёплое помещение. Температурный режим должен быть больше 5°C.

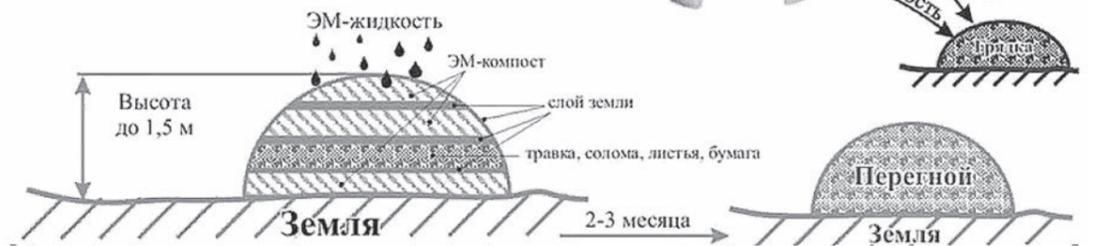
**Вариант 4.** Стеклобанки. Я остановилась на этом варианте.

**Вариант 5.** Наши садоводы выносят отходы в бочки на улицу или держат в помещении, где температура ниже 0°C, а далее весной планируют просыпать «Сияние-3». Это хорошо, только не пропустите момента оттаивания снега и пищевых отходов, успеете просыпать биопрепаратом раньше, чем они начнут гнить и вонять.

## Как пользоваться ферментационным контейнером

Внутрь вставляется решётка. На решётку выстилается пакет, в котором предварительно делаются дырочки для слива жидкости. Пищевые отходы укладываются полойно, пересыпаются биопрепаратом «Сияние-3». Далее выдавливаем воздух из пакета, завязываем его. Сверху укладываем внутреннюю крышку. Ставим грузик. Под давлением в нижней отсеке будет скапливаться

## Схема контейнера



жидкость, её нужно сливать регулярно через кран.

Жидкость хранится при температуре выше 5°C. Не перемораживать! Жидкость можно использовать для подкормки рассады, комнатных цветов, многолетних растений весной (1 мл ферментированной жидкости на 1 литр воды).

Приобрести такой контейнер и биопрепараты «Сияние» можно в Центрах «Сияние» или заказать по интернету.

У нас есть садоводы, которые используют для ферментации пищевых отходов большие баки. Но у таких ёмкостей нет сливных кранов для сбора жидкости. Если укладывать в баки очень влажные отходы, то от избытка влаги может появиться неприятный запах. Помним, что ориентир для нас — приятный запах. Если отходы очень влажные, то излишек влаги нужно устранить сразу же перед закладкой. В этом случае всё будет сделано правильно. В баки также отходы укладываются слоями, пересыпаются препаратом «Сияние-3». Наши садоводы ещё делают прослойки из земли, как в уличных компостных траншеях. В принципе это правильно. Этот вариант хорош, если площадь позволяет.

Я использую трёхлитровые банки. Мне этот вариант нравится тем, что банки компактные, их можно поставить в любой свободный прохладный угол, удобно транспортировать, легко носить, удобно работать: брать небольшую порцию, а не таскать за собой целый бак и пакет. Но главное — не перемораживать, хранить при температуре выше 5°C!

## Почему появляется плесень

Долго не могла понять, почему образуется плесень в отходах, пока сама судьба не подкинула мне ответ.

Однажды у меня закончились крышки для банок, а банку я уже наполнила пищевыми отходами. Тогда временно её закрыла простым прозрачным мешочком и заметила следующее: в обычных банках, закрытых крышками, плесени не было, а вот в этой банке с пакетиком плесень начала активно расти. И я поняла, что причиной стал доступ воздуха. Ведь пакетик «дышит». То же самое происходит, если банка долго стоит полупустая и слои не утрамбованы. С

тех пор начала все слои уплотнять толкушкой во избежание воздушных прослоек. Больше плесень не образовывалась. Идёт правильная ферментация отходов.

Пара слов о жидкости. У меня были банки с разными видами продуктов, разной степени влажности, даже с замёрзшей на улице капустой (внутри было много влаги). И нигде не было неприятного запаха, вероятно, из-за малого объёма тары. Поэтому я не сливала жидкость из банок. Вся жидкость с пищевыми отходами пахла капустным маринадом.

Если вам захочется сливать жидкость, то для этого хорошо использовать специальную крышку с дырочками, которую можно купить в любом хозяйственном магазине.

## Правила использования ферментированных отходов

Весна — идеальное время для подкормок ферментированными отходами. В землю выделяется углекислый газ, почва наполняется азотом, благодаря этому растения, деревья, кустарники начинают активно развиваться. Такая подкормка — отличный старт!

Температурный режим — от 10°C и выше. Такие подкормки проводят с апреля по июнь для наращивания зелёной массы и лучшего завязывания плодов.

Ферментированные отходы можно разложить по грядкам и осенью, но только перед самыми заморозками. Отходы и бактерии замёрзнут, а весной, после таяния снега, бактерии начнут свою работу.

Сверху ферментированных отходов укладываем мульчу из травы, сена или соломы. Весной начинаем мульчировать грядки, когда земля прогреется и растения пойдут в рост. Осенью мульчу можно положить сразу, так тепло земли дольше сохранится.

Весной можно подкормить наши яблоньки и груши ферментированными отходами, разложив их по диаметру приствольного круга, а также землянику, ягодные кустарники. При посадке картофеля кладём в посадочные лунки.

Важно! Для деревьев и кустарников близко к стволу не следует укладывать во избежание выпревания и ожогов.

При посадке картофеля отходы не должны соприкасаться с клубнями, иначе клубни получат ожог и сгниют. Отходы можно поместить глубже и присыпать землёй, а потом укладывать картофель или положить рядом с клубнем на расстоянии 10–15 см.

## Экологическое сознание

Тема пищевых отходов напрямую связана с нашим отношением к мусору.

Безхозяйственность, нерациональное и бездушное отношение к ресурсам ведут к разрастанию мусорных свалок, уничтожению прекрасных ландшафтов, нарушению экосистемы и экологии. По большому счёту, мы коллективно медленно убиваем самих себя и окружающий мир. Одной из причин гибели планеты может стать мусор.

Значит, нужно остановиться, осознать и пересмотреть свои ценности и действия, изменить своё отношение к мусору и окружающему миру. Не ждать, что кто-то изменится, что кто-то за тебя всё сделает, уберёт выброшенные тобой отходы. Стоит начать с себя! Как говорится, где намусорил, там и уберу.

У наших предков была очень хорошая привычка жить в ладу с Природой и не оставлять после себя ничего. А как мы себя ведём?!

Лично я начала внедрять у себя новые привычки. На своём участке научилась правильно утилизировать различный мусор. Ничего не вывожу со своей земли, всему нашла применение. Я уже забыла, когда в последний раз подходила к мусорному контейнеру общего пользования.

Подольсь идеями вторичного использования различных отходов.

1. Зимой пищевые отходы ферментирую, а летом выбрасываю в компостную кучу или кладу прямо под растения, под мульчу. Сейчас у меня ни один огрызок просто так не валяется.

2. Картон — шикарный материал, из которого можно сделать тёплые грядки. Заметила, что червь обожает картон. Главное — убрать скотч, его лучше сжечь.

3. Пластик сортирую. Что-то можно использовать под рассадные стаканчики, тарелочки или как поддоны для домашних цветов или растений в горшках. Бу-





тылки собираю, они у меня работают как аккумуляторы тепла (наливаю воду, она нагревается и отдаёт тепло растениям). Ещё бутылки могут стать отличными ловушками для грызунов. Также можно положить в бутылки тряпочки с дёгтем для отпугивания насекомых-вредителей.

4. Металл собираю для дальнейшего использования при построении фундамента каких-либо конструкций (хозяйственных построек, грядок, цветников).

5. Стекло. Долго не знала, что мне с ним делать, но потом стала хоронить стекло в земле при отсыпке болотистых мест. Если бы у нас были пункты приёма битого или целого стекла, то, конечно же, сдавала бы его для вторичного использования.

6. Остальное. Всё, чему не нашлось быстрого применения, сжигаю. Планирую придумать и внедрить конструкцию для обогрева теплицы, чтобы мусор не копил воздух, а обогревал растения и кормил их углекислым газом.

Под вопросом — разные батарейки и пустые газовые баллоны, пластиковая тара из-под освежителей и т. д. Этого добра у меня мало, но что с ним делать, пока не решила.

В мире уже давно начали раз-

делять мусор и перерабатывать для повторного использования, а ряд стран на органических отходах даже отапливают целые города, потому что у них нет других ресурсов. Как оказалось, мусор — очень ценный ресурс!

Немного информации о Швеции. Восстановление полезных качеств отходов — в приоритете. Прежде всего шведы стремятся их повторно использовать, вторично перерабатывать или превращать в источник энергии. Захоронение на полигонах занимает последнее место в иерархии, на свалку попадает только тот мусор, с которым совсем ничего нельзя больше сделать.

Что Швеция делает с отходами:

- перерабатывает вторично — 50,6%,
- сжигает для производства энергии — 48,6%,
- отправляет на полигоны — 0,8%.

Давайте рационально использовать отходы нашей жизнедеятельности, помогая Природе!

**Светлана ШЕЛЕСТОВА,**  
садовод-практик, руководитель  
Новокузнецкого центра природного  
земледелия «Сияние»  
<https://sianie1.ru>

## Урожайная обрезка малины по Соболеву

Главное ноу-хау в этой области принадлежит отечественному садоводу, патриарху малиноводства А. Г. Соболеву. Его метод «двойной обрезки» произвёл настоящую революцию на садовых участках.



**Д**войная обрезка проста, как всё гениальное. В чём же принцип соболевского метода?

Первая обрезка производится в конце мая — начале июня. Когда молодой побег вытянется на высоту 70–100 см (смотря какой сорт, высокорослый или нет), у него прищипывают верхушку (10–15 см). После этого рост вверх практически прекращается, и все жизненные силы устремляются на боковые побеги. Уже через несколько дней в пазухах верхних листьев появляются первые ростки, а к концу лета вместо одиночного образуется пять, шесть, а то и больше боковых побегов длиной почти в полметра. В таком виде кусты уйдут на зимовку.

Ни в коем случае нельзя тянуть со сроками первой обрезки! Если её провести слишком поздно (в средней полосе надо провести «обрезание» до первой декады июня), то боковые побеги не успе-

ют развиваться нормально и вымерзнут зимой.

Вторая обрезка производится следующей весной, когда на растении распустятся листья. На этот раз на 5–15 см обрезаются верхушки перезимовавших боковых побегов. После этого по всему стволу основного побега просыпаются спящие почки и образуют новые веточки. К началу плодоношения их будет уже несколько десятков.

Соболев считал именно вторую обрезку решающим приёмом в уходе, потому что после неё на второй год куст представляет собой изумительное зрелище: «Он сплошь покрыт завязью, бутонами, цветками и гроздьями крупных, спелых ягод. Плодоношение длится июль, август, сентябрь, вплоть до наступления холодов». После такой агротехнической манипуляции даже простые сорта могут приобретать свойства ремонтантных.

Однако не стоит впадать в эй-

форию и бежать в ближайший магазин за секатором, поскольку это далеко не единственный инструмент, который понадобится при уходе за малиной по А. Г. Соболеву.

Во-первых, метод будет успешен только при условии соблюдения всех остальных агротехнических мероприятий, необходимых данной культуре. Иными словами, её необходимо с самого начала правильно посадить, кормить, поить и ухаживать.

Во-вторых, метод двойной обрезки, как признавался сам автор, имеет и некоторые недостатки, к которым нужно быть готовым. Прежде всего это излишняя загущённость насаждений, которую она провоцирует. В начале эксперимента сам Александр Георгиевич полагал, что чем гуще посадки, тем больше урожайность, однако быстро убедился, что не всё так просто. Первый раз на контрольных 50 м<sup>2</sup> с четырьмя рядами кустов, имеющими по 15–20 побегов, испытатель собрал всего 20–30 кг ягод. На следующий год Соболев основательно проредил посадки, оставив только два ряда с расстоянием 2 м между кустами, а число побегов на каждом растении сократил до десяти. В тот год урожай достиг 75 кг. Прошёл ещё год, и число побегов сократилось до восьми, а урожай увеличился до 100 кг. Оптимальное соотношение Александр Георгиевич установил ещё через два года, когда с тех же 50 м было собрано 135 кг ягод. На каждом кусте было оставлено всего по 4 побега.

Однако не стоит скрупулёзно копировать результат этого эксперимента как идеальную формулу успеха. Дело в том, что свои опыты Соболев проводил в Курганской области, а Россия велика, и малину везде выращивают. У каждого на участке свой микроклимат, особенный состав почв, а под руками определённый сорт со своими капризами и достоинствами. Поэтому свою формулу (частота посадок и количество оставленных побегов) вы без труда выведете сами через несколько лет, наблюдая за растениями.

[https://vk.com/vo\\_sadu\\_li](https://vk.com/vo_sadu_li)

## Подкормки для рассады томатов

### Картофельный отвар

Чтобы рассада хорошо развивалась, раз в неделю можно подкармливать её картофельным отваром. Для этого картофель надо помыть, залить водой и поставить на газ. Конечно, можно отваривать одни очистки, но при варке они выделяют неприятный запах. Через 20 минут после закипания жидкость слить и остудить. Перед подкормкой для лучшего роста корешков в раствор добавить каплю йода и тщательно перемешать. Поливать под корешок.

### Банановые шкурки

Перед пересадкой и пикировкой рассады несколько свежих банановых шкурок помыть и порезать на мелкие кусочки. В горшочки насыпать слой земли,

далее положить измельчённую банановую кожуру, насыпать ещё слой земли и высадить рассаду. В земле кожура начинает разлагаться, отдавая рассаде ценные минеральные вещества. Во время разложения выделяется тепло, способствующее лучшему развитию корневой системы. Рассада быстро оправляется от пересадки и растёт прямо на глазах!

### Отвар луковой шелухи

Чудо-средство для рассады — отвар луковой шелухи! Кроме подкормки растений полезными веществами он предохраняет рассаду от болезней и отпугивает вредных насекомых.

Для приготовления отвара стакан шелухи залить двумя стаканами воды. Смесь довести до кипения и оставить настаиваться двое суток. Перед применением

раствор процедить и развести в десяти стаканах воды. Рассаду поливать отваром раз в неделю.

При появлении признаков заболевания или вредителей в отвар добавить немного жидкого мыла, опрыскивать листочки и ствол томатов.

[https://vk.com/na\\_dache](https://vk.com/na_dache)



## Экономичный способ посадки огурцов

**О**гурцы высаживаю давно, перепробовала много разных способов, но для открытого грунта остановилась на одном.

Живу в средней полосе России. Майские деньки у нас могут преподнести сюрпризы в виде холодов и даже снега, поэтому никогда не спешу с высадкой рассады и семян. Лучше немного подождать, чем ломать голову, как уберечь растения от заморозков.

Для огурцов в открытом грунте в первой декаде мая готовлю грядку. Заранее отмечаю кружок диаметром в 1 м. Землю перекапываю вместе с одним ведром компоста и двумя стаканами древесной золы.

По всей окружности делаю бороздку, выкладываю в неё семена на расстоянии 30 см друг от друга и присыпаю грунтом.

В центр лунки вкапываю деревянный колышек. Можно использовать любой подходящий для этих целей предмет: металлическую или полипропиленовую

трубу или что-то похожее. Закопать колышек надо глубиной не менее, чем на метр, для хорошей устойчивости. А вот сколько оставить вверху — решать каждому. У меня высота колышка составляет примерно 2 м, этого вполне хватает.

Наверху колышка муж вбил несколько гвоздиков и загнул их, чтобы они стали похожи на крючки. С деревянной опорой в этом плане работать очень удобно. К крючкам привязываю бечёвку, второй конец креплю к тоненьким колышкам и втыкаю в землю.

Главное правило — каждому побегу персональный колышек. Как только проклёвываются первые ростки, аккуратно подвязываю их к бечёвке с помощью кусочков ткани. Потом ещё некоторое время направляю их вверх, затем они сами «находят дорогу». В итоге на участке вырастает причудливая огуречная «елочка».

Загущать посадки не нужно, иначе внутри будет нарушена аэрация.

На метровый кружок у меня уходит примерно 9–10 семян. Ухаживать за такой конструкцией очень просто, урожай собирать — одно удовольствие, но самое важное — такой способ посадки помогает сэкономить драгоценное место на участке, которое можно с пользой использовать для других культур.

Хорошего всем урожая!

**Ольга ПЕТРОВНА**

Цветущий сад (Яндекс дзен)



Наверху колышка муж вбил мне несколько гвоздиков и загнул их, чтобы они стали похожи на крючки. С деревянной опорой в этом плане работать очень удобно. К ним я привязываю бечёвку, второй конец креплю к тоненьким колышкам и втыкаю в землю.

Главное правило — каждому побегу персональный колышек. Как только проклёвываются, я аккуратно подвязываю их к бечёвке с помощью кусочков ткани. Потом ещё некоторое время направляю их вверх, затем они сами находят дорогу.

В итоге на участке вырастает причудливая огуречная «елочка».

Загущать посадки не нужно, иначе внутри будет нарушена аэрация.

На кружок в метр у меня уходит примерно 9–10 семян. Ухаживать за такой конструкцией очень просто, урожай собирать — одно удовольствие, но самое важное — такой способ посадки помогает сэкономить драгоценное место на участке, которое можно с пользой использовать для других культур.



## Как прогнать проволочника с картофельного поля

**Э**той истории уже больше 10 лет. Случилась она, когда мы увлеклись природным земледелием и стали пробовать на своём участке разные методы.

История давняя, однако с того момента мы абсолютно спокойно выращиваем картофель без проволочника. Хочу поделиться своим опытом, вдруг кому-то поможет от проволочной напасти.

Семья у нас была большая, дружная. Покушать любим и работы не боимся, поэтому у родителей всегда было большое поле картошки — 10 соток. И росла картошка на одном месте лет 20–30. Сажали её всегда гурьбой, весело, ритуально: вскопали, посадили, самого толстенького родственника повалили по полю, чтоб картошка крупная уродилась (шутка).

А тут мы, дети, увлеклись природным земледелием. На своей даче я сама себе хозяйка: как хочу, так и выращиваю свой урожай. А на родительском поле «не моги».

Пришло время землю копать да картошку сажать, а я не могу лопату в руки взять, не могу — и всё тут, будто предательство какое. Стала просить у родителей разрешения посадить одну половинку поля по-своему. Не сильно обрадовался батя, но разрешил нам похозяйничать.

С утра приготовила болтушку (1 стакан варенья + пакет микробиологического препарата «Сияние-2», развела в 5 л воды), чтобы картофелины перед посадкой в неё обмакивать.

На поле началось самое настоящее соревнование: кто быстрее управится с посадкой. Батя с ребяческим азартом перепахал плугом свою половинку, да поглубже, да два раза, чтобы попышнее была. Потом лопатой лунки наделал, картошку уложил, землёй засыпал. Земля мягкая, как пух, чуть не по колено утопает. На нас смотрит да хихикает: чего вы там, мол, своей кочерёжкой наделаете.

А мы не спеша плоскорезом Фокина да культиватором «Стриж» землю взрыхлили, сделали канавки на полштыка глубиной, картофелинки в болтушке испукали да компостом засыпали, ещё и листвоной опад добавили. Сразу нагребли валок сена на картофельный ряд — пусть земля поскорей прогревается. А в междурядье сразу посеяли горчицу. Когда подрастёт, мы её срежем и замульчируем междурядья, а то ведь жара у нас, начиная с мая, на землю ступить невозможно.

По скорости мы, конечно, родителям сильно уступили. Они уж чайком балуются, а мы всё ковыряемся. Посмотрим, как дальше дело сложится...

Через пару недель на родительской половинке ковром сорняк взошёл, полоть надо. Да после дождика земля не такая уж пухлая, рыхлить надо. Батя пошёл работать.

На нашем поле тоже посеянные семена дружно взошли, да без сорной травы. А мы и рады! Подросшую горчицу срезать не торопимся, пусть подрастёт, картошке пока не мешает. И рыхлить не нужно: горчица своими корешками взрыхлит землю не хуже мотыги.

Когда пришла пора окучивания, траву срезали, уложили здесь же и пролили препаратом «Сияние-1» (1 ст. ложка концентрата на ведро воды), чтобы быстрее разложилась.

Через неделю картошку ещё раз замульчировали соломой и пролили «Сиянием-1». И, собственно, к картошке с серьёзной работой больше не подходили. Мы уже по опыту знаем, что после соломой земля становится как пух.

Казалось бы, опрыскивание — это дополнительная работа, но какое удовольствие видеть, как радостно реагируют растения на питательный туман, как расправляются листочки и наливаются зеленью!

Надо отметить, что свою деланку мы рыхлили дважды: перед посадкой и когда подрубали

горчицу, а родительскую — после каждого полива, иначе земля рстрескивалась так сильно, хоть руку вставляй.

А на нашей половинке ничего такого! Но это не выглядело убедительно для родителей, они видели только «замусоренное» междурядье и удивлялись нашему трепету перед пакетиком с полезными бактериями «Сияние». Но терпели... Мол, чем бы дети ни тешились, лишь бы работали.

Папа был уверен в успехе своего поля, ведь он столько раз рыхлил, окучивал, пропалывал, а мы завалили соломой землю, а остальное время бездельничали. Но то, что случилось осенью, потрясло даже его! Мало того, что урожай на нашей половинке был такой же, ничуть не меньше, так ещё картофель с родительской половинки весь истыкан проволочником, иногда в одной картошке торчало несколько хвостов, а на нашей половинке не было ни одной раненой! Вся ровненькая, чистенькая, здоровая!

В чём секрет успеха? В комплексном использовании агротехнических приёмов!

1. Горчица своими выделениями отпугивает проволочника.
2. Компост в лунке — неблагоприятная среда для проволочника.
3. Полезные бактерии «Сия-

ние» оздоравливают почву, укрепляют растения.

Всё вместе позволило оздоровить почву и изгнать из неё вредителя на истощённую почву.

Как бы там ни было, но природная агротехника прижилась на нашей земле. И теперь уже у нас нет картофельного поля в 10 соток, а есть несколько органических коробов, которые полностью обеспечивают нас картошкой на всю зиму.

И нужно сказать, что регулярное использование сидератов, мульчи, полезных бактерий превратило нашу землю в шикарную, рыхлую, плодородную. И теперь у нас нет ни проволочника, ни колорадского жука. А урожай радуют каждый год!

**Лилия ЖУРАВЛЕВА,**

садовод-практик, руководитель Центра природного земледелия «Сияние» (<http://sianieorsk.ru>)

г. Орск





# Биогумус своими руками

**В** органическом земледелии применяют три основных и распространённых вида органических удобрений: навоз, компост и биогумус. В последнее время предпочтение отдают именно биогумусу, оно и понятно.

Если говорить о навозе, то кроме питательных веществ, содержащихся в нём, там сильный, въедливый запах. Плюс к этому присутствуют семена сорных трав, вредоносные бактерии, высока вероятность наличия таких вредителей, как медведка, личинки майского жука.

Компост, приготовленный на участке, тоже имеет свои плюсы и минусы. В процессе длительного приготовления компоста теряется большая часть питательных веществ (часть улетучивается в воздух, другая вымывается дождями). Остаётся рыхлая «компостная» структурная масса в небольшом количестве, в которой вполне могут присутствовать патогенные бактерии и семена сорных трав.

## Чем хорош биогумус

Биогумус — «навоз» дождевых червей (продукт их жизнедеятельности). Это комплекс питательных веществ, макро- и микроэлементов, гуматов, аминокислот, ферментов, витаминов, биологически активных веществ.

Биогумус не содержит неприятного запаха и патогенных бактерий, а, наоборот, подавляет болезнетворную микрофлору!

Он экономичен в применении, при использовании гарантирует высокий урожай экологически чистых овощей и фруктов.

Как подкормка может применяться не только на даче, но и даже дома при выращивании цветов и рассады.

## Как наладить собственное производство биогумуса

Всё очень просто! Нужны пищевые овощные отходы (у каждого их достаточно) и черви «Старатели».

Расскажу подробно об этих тружениках.

Дождевых червей несколько видов, но именно червь «Старатель» — самый продуктивный, самый неприхотливый, самый экономичный!

Обычные земляные дождевые черви с огорода не подойдут, поскольку не являются домашними и не могут максимально продуктивно перерабатывать пищевые отходы. Червь «Старатель» специально выведен для этого.

## Что едят черви «Старатели»

Буквально всё! Но нужно помнить, что они — вегетарианцы. Черви едят любые овощные кухонные отходы (даже острые — лук, чеснок), остатки каши (сваренной на воде), чайную заварку, кофейную гущу, листву, картон, бумагу, газеты, картонные упаковки из-под яиц, пыль из пылесоса и даже шерсть животных.

Важно червей не перекармливать, поддерживать влажность земли 75% и оптимальную температуру, при которой они активны и продуктивны (15–25°C).



## Где держать червей

Варианты:

- обычное ведро или таз (чем больше диаметр поверхности, тем лучше);

- овощные ящики с вкладышем в виде мешка из укрывного материала;

- самодельный компостер;

- готовый покупной вермикомпостер.

«Правильный», продаваемый вермикомпостер состоит из нескольких ящиков: нижний (целый, без отверстий) — для сбора вермичая (лишняя жидкость из вышестоящих ящиков).

На него устанавливается второй ящик с отверстиями (диаметр которых 2–3 мм). При заполнении этого ящика на него устанавливают следующий, тоже с отверстиями.

Черви переползают вверх, к новой пище, оставляя внизу уже готовый биогумус.

Количество ящиков может быть разным, это зависит от их размера и прочности. По такому принципу можно изготовить самодельный вермикомпостер.

Предлагаю два варианта «вермикомпостера»:

- овощные перфорированные ящики с вкладышами из укрывного материала;

- пластиковые цельные ящики, но с перфорированным дном.

Особенность овощных ящиков — то, что в каждом ящике живут и «работают» свои червячки, у них не будет возможности мигрировать из одного ящика в другой.

Вермикомпостер из цельных ящиков с перфорированным дном, наоборот, позволяет червям свободно перемещаться по ящикам.

Лишняя жидкость в обоих случаях легко дренируется в нижний ящик.

Существует вариант ящиков без перфорации, примерно то же самое, что большой таз. Но здесь очень важен чёткий контроль влажности в субстрате, иначе из-за высокой влажности черви будут умирать, а при подсыхании или пересыхании грунта — погибать.

Ящики должны быть тёмными (непрозрачными), из пищевого пластика, без постороннего запаха.

## Как заселить червей?

В любой ящик насыпаем верховой торф или кокосовый субстрат слоем 3–5 см (объём зависит от размера ящика), поселяем червей.

Сразу их не кормим, а только спустя 3–5 дней.



Количество корма рассчитывается так: 0,5 кг живого червя + 0,5 кг еды для них. Главное — не перекармливать, так как корм может закиснуть и быть причиной появления мошки.

Нужно ли как-то заранее подготовить корм?

У червей нет зубов, и как быстро они будут съедать корм, зависит от того, измельчён он или нет, проферментирован (предварительно «подготовлен») или свежий.

Я овощные очистки ферментирую: замораживаю в морозилке холодильника на 2–3 суток, потом оттаиваю и даю червям, обязательно сверху присыпаю корм небольшим количеством торфа или грунта.

Корм кладу только в одну часть поверхности ящика, чередуя каждый раз стороны ящика.

Для сохранения влажности почвенный субстрат вермикомпостера прикрываю картоном, что комфортно червям (они лучше чувствуют себя в темноте).

Именно по внешнему состоя-

нию этого картона (цел он или уже поедается червями) и ориентируюсь, когда нужно давать следующую порцию пищи. Это примерно один раз в 7–10–14 дней.

Готовый биогумус может выглядеть по-разному: идеальный (чистые копролиты) или с остатками переработанной кожуры от овощей, если очистки не были предварительно измельчены.

## Что НЕ следует делать при вермикультивировании

- Резко переходить с одного корма на другой.

- Давать много острых и цитрусовых очисток.

- Перекармливать червей, переувлажнять почву.

- Кормить червей свежим навозом.

- Давать свежую траву (она должна заранее «перегореть»).

- Использовать для подстилки или «присыпки» грунт с минеральными удобрениями.

## Чем побаловать червячков

Чтобы червячки были жирными, активнее и хорошо размножались, примерно раз в одну-две недели можно угощать их праздничным блюдом: смесью, состоящей из 50% сушёного куриного помёта + 20% пшеничных отрубей + 10% кукурузной муки + 10% сухого цельного или обезжиренного молока + 10% пищевого мела или доломита.

Этой смесью слегка припудрявают основные пищевые отходы.

## Неожиданные моменты

1. Появление запаха происходит при перекармливании червей или если кормят их заведомо порчеными овощными отходами, также при избытке капустных отходов.

2. Появление посторонних личинок насекомых, червячков, белых блошек — при чрезмерном количестве корма и его перекармливании.

3. Бегство червя из вермикомпостера — при повышении влажности, при неподходящем корме (остром запахе отходов), при повышении температуры в вермикомпостере и возможном «горении» овощных отходов.

Все эти причины легко устраняются, если

- прекратить давать пищу,
- раскислить субстрат внесением золы или доломитовой муки,
- прикрыть поверхность торфом, картоном или укрывным дышащим материалом.

Возобновить кормление через 5–7 дней.

Буквально за 2–3 месяца культивирования червей можно научиться понимать и чувствовать своих питомцев, ценить их труд, и вы будете очень признательны им за такое сотрудничество.

Черви не отнимут много времени для ухода за ними, но отблагодарят ценным качественным удобрением — биогумусом, сделанным практически «вашиими руками».

Рекомендую попробовать этот способ получения ценного удобрения — биогумуса в домашних условиях и одновременно переработки домашних овощных отходов.

**Светлана ВОРОБЬЁВА,**

специалист центра «Плодородие»

г. Ярославль

[https://vk.com/plodorodie\\_zemli](https://vk.com/plodorodie_zemli)

## Незлаковые газоны

**С**писок растений, которые переносят вытаптывание и прекрасно выглядят в качестве газона, который не нужно косить.

1. **Вероника нитевидная** — стелющийся многолетник высотой всего до 5 см с длинными, очень тонкими побегами, густо усеянными яркими закруглёнными листочками довольно светлого окраса.

2. **Очиток ложный.** Главное преимущество ложного очитка — относительно быстрый рост, благодаря которому этот вид седума создаёт очень плотный

ковёр высотой до 15 см, немного скользкий, но способный выдерживать прогулки.

3. **Тимьяны.** Чтобы создать сплошное покрытие, нужно запастись терпением, но тимьяны станут действительно долговечной основой оформления.

4. **Клевер ползучий.** Главный козырь клевера — красота ковра, кажущегося пышным и плотным одновременно. Но и о сугубо практических достоинствах забывать нельзя: клевер устойчив даже к интенсивным нагрузкам и прекрасно переносит вытаптывание. Расте-

ние предохраняет почву и улучшает её характеристики, кажется сияющим и привносит действительно сказочные эффекты в дизайн сада.

5. **Котула (лептинелла шероховатая)** — один из лучших, стойких к вытаптыванию незлаковых газонов. Но для использования в качестве почвопокровника подходит лишь котула щетиноволосистая.

6. **Живучка, или аюга,** способна расти даже на самых трудных по условиям участках, в засушливых и малоплодородных почвах. Если ставится задача создать плотное сплошное покрытие в тени, полностью заменяющее газон, альтернативы аюге просто не найти.

# Как школьник открыл свою мастерскую

**13**-летний Савва Пичкалёв открыл свою мастерскую, где сам изготавливает игрушки, разделочные доски, посуду и другие предметы из дерева. А всё началось с того, что в 10 лет попросил на день рождения токарный станок.

Став одним из участников ярмарки «Red Market» в конце декабря 2020 г., он выставил на продажу кухонные доски и деревянные ёлочные игрушки. Всем интересующимся подросток объяснял, что сделал их сам.

— Люди по-разному реагируют, — признаётся Савва. — Многие хвалят за то, что я ещё не взрослый, а уже этим занимаюсь. Некоторые не верят, что я всё делаю сам. Думают, что это папа или кто-

то ещё. Я в Инстаграм видео опубликовал — любой может увидеть, что это действительно я выпиливаю или вырезаю.

— Да я многое из того, что он делает, и не умею! — дополняет присутствующий при разговоре

Сергей Пичкалёв, отец Саввы.

Изготовлением досок, лопаток и прочих кухонных принадлежностей мальчик занялся около года назад. Но работать с деревом начал ещё в девять лет — тогда увлёкся резьбой.

праздники отпал: Савву больше всего радуют подарки, связанные со столярным делом. А сам он вручает родственникам свои работы.

Савве выделили помещение под мастерскую, там он и проводит большую часть свободного времени. Летом, конечно, бывает чаще: помещение неотапливаемое, в морозы долго не выдержишь. К тому же с осени по весну львиную долю времени занимают уроки.

— Мы это не проговаривали отдельно, но Савва знает, что учёба — на первом месте, — комментирует мама мальчика Ольга Пичкалёва. — При этом вся семья его поддерживает. Жена старшего брата (Савва — младший из пятерых детей) разработала сайт, помогает его вести. Одна из сестрёнок училась в художественной школе, она подсказывает новые формы для тех же досок, помогает их раскрашивать. Вместе с папой Савва собирает станки, потом они их вдвоём изучают. Сейчас, кстати, сын уже покупает станки на свои деньги — вкладывает то, что заработал на продаже. Такой осознанный подход у него.

Первое попавшееся дерево для работы не подойдёт: Савва создаёт свои изделия из слэбов (то есть деревянных продольных спилов), привезённых на заказ с юга — из Краснодарского края, с Кавказа. Южная древесина более плотная. К тому же не все породы дерева можно найти на Урале. В основном Савва использует древесину карагача, грецкого ореха, ясеня и дуба.

В доме Пичкалёвых немало ра-

бот младшего сына — от сервировочных деревянных тарелок до ёлочных игрушек. Савва слышал от гостей, что ему пора что-то делать на продажу, и в 2020 году решил попробовать. Чёткого и продуманного бизнес-плана у него нет, пока просто смотрит, на что лучше реагируют люди.

— Под Новый год чаще всего покупали игрушки на ёлку, а вообще популярны разделочные доски, — говорит Савва. — Особенно всем нравятся в форме кита, прямоугольные и с ручкой в виде лепестков.

Стоимость варьируется в зависимости от материала и размера предмета, а также сложности его изготовления. К примеру, доски — от 250 до 2000 рублей. На каждом изделии логотип в виде совы. Схематичный рисунок птицы обыгрывает имя Саввы — это мальчик придумал вместе с сестрой. Название мастерской тоже связано с совой — «Wooden owl» (в переводе с английского — «деревянная сова»).

В ближайших планах подростка — утепление мастерской, конечно, с помощью отца. А затем он мечтает заняться более крупными проектами.

— Дальше думаю делать мебель, — признаётся он. — Пока не хватает кое-какого инструмента. Но когда он появится, можно попробовать. Начну со столов, один маленький я уже сделал, теперь хочу над большим поработать.

**Марина КУЗНЕЦОВА**

г. Пермь

<https://59.ru>



— Увидел в каком-то фильме, как герой вырезает фигурку животного из дерева.захотел делать такие же, — рассказывает Савва. — Записался на занятия по резьбе. А через год, в 10 лет, попросил на день рождения токарный станок, чтобы делать тарелки, бокалы.

Родители тогда решили, что станок пригодится, даже если увлечение сына окажется мимолётным. Купили. Договорились с мастером по дереву, чтобы он обучил школьника работе на этом станке и технике безопасности. С тех пор вопрос с подарками на

## Баба-яга согласна!

Дети очень любят собирать конструкторы. Художник из Санкт-Петербурга предложил компании «Лего» выпустить конструктор по мотивам русских сказок.

Петербургский художник Артём Бизяев создал модель конструктора «Лего» по мотивам русских сказок. Главная героиня — Баба-яга. Появится ли хозяйка избушки на курьих ножках в наборе самого популярного конструктора в мире?

Художник специализируется на комиксах, а про конструктор говорит так: «Отдыхаю от рисования, играя в «Лего».

— Мне всегда было досадно, что мировая поп-культура уже лет сто игнорирует славянский стиль. Конечно, последние 10 лет в индустрии моды было заметно постсоветское влияние, но, мне кажется, наша богатая история достойна большего. И я думаю, чтобы популяризировать свою культуру, надо начинать с себя, и самим производить что-то, что прославляет её, — объясняет Артём.

Он приводит в пример Японию, где каждый год выходят сериалы, мультфильмы, комиксы и игры, основанные на местных мотивах.

— У нас же, дай Бог, один фильм про богатырей раз в два года выходит. Поэтому весь мир знает про ниндзя, самураев, но ниче-

го — про Кося и домовых.

Артём уверен, что нужно создавать больше разных историй по славянским мотивам.

Он отправил заявку команде «Lego Ideas». Там рассматривают проекты партиями: делят год на три периода. Эксперты рассматривают все проекты, набравшие 10 тысяч голосов в интернете.

— Обычно это 20–35 идей. Из них выбирают одну-две для реализации. Проект с Бабой-ягой попадает в первый период 2021 года. Решения по нему обычно оглашают в конце сентября, по крайней мере, так было в предыдущем году, — объясняет художник.

Проект с Ягой оказался так популярен, что меньше чем за сутки собрал необходимое количество голосов на сайте [ideas.lego.com](https://ideas.lego.com) — 10 тысяч, хотя на это даётся два года. Датские эксперты даже стали проверять, не было ли это набегом русских хакеров.

Конечно, нет! Просто немного колдовства от Бабы-яги и Артёма Бизяева.

Как вам такая идея конструктора?

[https://vk.com/sovushka\\_slavobereg](https://vk.com/sovushka_slavobereg)





**Оксана Мицкевич**

г. Бобруйск, Беларусь  
<https://vk.com/na.polyanke.oksana>  
[https://www.instagram.com/oksana\\_mitskevich/](https://www.instagram.com/oksana_mitskevich/)

## Тапенада — паста из оливок



Гуляя по набережной восхитительного французского городка с мятным названием Ментон, мы наслаждались его спокойствием и открывающимися видами.

Было интересно наблюдать, как жизнерадостные и яркие итальянские домики пристроились по соседству с элегантными французскими особняками. И не удивительно, что здесь перемешались две культуры, так как Ментон расположился прямо на границе с Италией.

Буквально пешочком за полчаса можно было из центра города попасть в соседнюю страну. Но, вспоминая вчерашнюю поездку на итальянский рынок, а также громких и импульсивных итальянцев, большого желания на такую прогулку не возникало.

Мы наслаждались мягкими солнечными лучами и нежным шумом прибоя.

Впереди показался небольшой уютный рыночек, с которого стали доноситься ароматные запахи.

От коронного блюда «сокка» — нуттовых блинчиков из печи — было сложно отказаться.

Пока нам накладывали в конвертики кусочки сокки с хрустящей корочкой, я обратила внимание на лоток с большим количеством какой-то пасты.

— О, а вот и соус к нашим блинам! Давайте посмотрим, что это такое, — предложила я.

Мы направились к лотку.

— Это национальное блюдо из оливок прованской кулинарии, — стала переводить Настёна рассказ француженки, которая с достоинством решила провести презентацию. — Оно всегда придаст изысканный вкус и неповторимую нотку любой еде. Соус прекрасно сочетается с пастой, мясными или рыбными блюдами, сделает вкус пиццы очень ярким и незабываемым! Вы можете наслаждаться им с тостами, добавлять в канапе или тарталетки. Если хотите, можете даже с ней запечь рыбу. Поверьте, любое яство с тапенадой станет достойным самого короля!

— Спроси, сколько стоит это

счастье, — улыбнувшись, попросила я дочь.

Дама ответила уклончиво:

— Это зависит от объёма, который вы возьмёте.

Как правило, такой ход событий меня немного настораживает. Но желание узнать старинный прованский рецепт взяло вверх.

— Уточни ещё, пожалуйста, какие ингредиенты в него входят, и попроси взвесить буквально пару ложек на дегустацию. Если понравится, возьмём добавку.

— Здесь находятся перекрученные оливки, лимонный сок, чеснок, базилик и оливковое масло. Да, ещё куркума. С вас 10 евро.

Мы с улыбкой переглянулись... (За эту цену на местном рыночке можно было купить 2 кг шикарных оливок вместе с грядкой базилика.)

Но, продегустировав «яство королей» (по такой же королевской стоимости), я пришла в полный восторг! Кисло-солёный вкус зелёных оливок изумительно сочетался с зелёным базиликом. Нотка чеснока была почти неуловима, а перец лишь слегка подчёркивал вкус.

Когда мы приехали домой, в Белоруссию, повторить рецепт не составило труда, единственной трудностью был поиск свежего базилика в наших магазинах.

Если вы любите оливки или маслины, то с радостью делюсь этим рецептом с вами!

### Тапенада

- 250 г оливок без косточек (именно те, которые вы любите),
- 1–2 ст. л. оливкового масла,
- 2–3 веточки базилика (10 г),
- красный перец на кончике ножа,
- лимонный сок по желанию.

Лимонный сок я не добавляла, так как сами оливки были уже достаточно кисленькие. Пасту мож-

но приготовить из маслин, тогда по желанию добавь примерно 1 ст. л. лимонного сока.

Всё измельчаем до состояния мелких крупинок, перекладываем в стеклянную ёмкость.

Такая закуска может прекрасно храниться около пяти дней в холодильнике. Правда, не успеваешь съесть с ней можно практически всё, даже огромную миску с травами-дикоросами! А если вы попробуете смешать тапенаду с черемшой, то... м-м-м!!!

### Что же делать с черемшой?

«С какого перепугу я купила столько черемши?!» — думала я в недоумении, когда смотрела на несколько шикарных букетов дольки, выложенных на стол.

«Просто, увидев на рынке эту первую зеленуху, такую сочную и аппетитную, не удержалась...» — пытался хоть как-то оправдаться внутренний голос.

«О! Пока она ещё совсем свеженькая, нужно кого-то угостить. Вот только кого?» — я на минутку задумалась.

К друзьям и родным в ближайшее время не собиралась. Соседи? Тоже не вариант... Взгляд упал на кота. Тот, видимо, прочитав мои мысли, перестал умиляться и демонстративно вышел из кухни с гордо поднятым хвостом. Мол, уж я в этой афере точно не участвую!

«А может, на какой-нибудь новый эксперимент пустить?» — перечислял варианты внутренний голос, в то время как я продолжала выкладывать свои покупки на стол.

Тут взгляд упал на пакетик с оливками, которые я решила приобрести для тапенады. И мгновенно пришла идея использовать черемшу вместо листьев базилика (которые я и так не нашла) и чеснока!

Мгновенно засыпав в блендер

250 г оливок, 2 ст. л. оливкового масла и щедрюю порцию черемши (30–40 г), через минуту получила шикарную пасту! Кисло-солёный вкус зелёных оливок изумительно разбавлял остроту свежего «медвежьего лука» (черемши).

С кашей, салатом или моими любимыми проростками эта добавка была самым совершенством!

Справедливости ради хочу сказать, что вкуснее, если вы взобьёте массу не полностью, а оставите в виде мелких крупинок. Это лучше всего будет сделать в кухонном комбайне.

Так что любители средиземноморского лакомства (имею в виду оливки) и нашего русского «медвежьего лука» могут смело воспользоваться моим советом!

Тем более, что сезон черемши совсем не стоит упускать, так как это растение обладает потрясающими целебными свойствами:

- оказывает сильнейшее противовоспалительное и бактерицидное действие. Помогает при простуде и вирусных заболеваниях, а также может служить их профилактикой (актуально, правда?);
- устраняет симптомы дисбактериоза кишечника;
- выступает прекрасным профилактическим средством от атеросклероза, укрепляя сердечно-сосудистую систему, постепенно нормализует давление;
- улучшает работу желудка и кишечника, способствуя выводу шлаков;
- благотворно влияет на скорость метаболизма (желающим снизить вес);
- очищает кровь и качественно улучшает её состав;
- хорошо воздействует на нервную систему;
- помогает в излечении инфекционных дерматологических заболеваний;
- хорошо помогает от кровоточивости дёсен и зубной боли, в этом случае нужно полоскать рот соком дважды в день.

Так что смело жуём нашу красавицу-черемшу!

Лучшие рецепты Оксаны Мицкевич в Инстаграме @oksana\_mitskevich/ и в ВКонтате: [https://vk.com/travy\\_diveya](https://vk.com/travy_diveya).

## Век живи — век учишься...

Живу третий год в Родовом поместье. Родом из Архангельска, по маминской линии корни вологодские. Обожаю нашу «северную говорю», её диалектно-интонационные жемчужины. Слушать — одно удовольствие, а вот читать в таком стиле написанную вещь непросто. Но если в душе отзовется и зазвучит знакомое, родное, какое эстетическое наслаждение получишь, даже не слушая — читая!

Люди-ти да-авно знают, а я только научилась! Ну да ладно коритесь-то, научилась же.

Печенье на огуречном рассоле, испечённое в русской печи, — язык проглотишь. Да ведь просто-то как!

Стакан рассола возьми, прям в нём чайную ложку соды-ти и погаси. Оставь покамест в стакане. А в миску ту, где тесто станешь месить, сыпь стакан сахарного песка, пакетик ванилина, лей шесть

столовых ложек растительного масла да из оставленного-то стакана рассол с содой добавь.

Три с половиной, а то и четыре стакана муки вмешай тщательно. Тесто-то густым станёт и к рукам не липнёт.

Стол чистый мукой-то присыпь, чтоб и к нему тесто не прилипло, да раскатай лепёшку-то не тонкую, 1–1,5 см толщиной, вырежь какой-то формы печенье да на противень-то, смазанный маслом аль покрытый пергаментом, и выложи.

Сади в печь (али в духовку) да мотри, не сожги! 200°C — ладно будет, и за 10–15 минут, буде, испечётся.

Ну, в русской-то печи градусы не померяешь, так приглядывай. У меня низ печенья поджарился, а верх-то бледнёнхонек получился, дак я его мигом перевернула да снова в печь пихнула (на 5 минут).

Вот какие ладные да вкусные печенки-ти получились. Чувешь запах-то?!

Дак заходи-ко, буде, на чай-то! Приглашаю!

**P.S.** Если тесто-то раскатать тоньше 1 см, печенки-ти получатся сухими да хрустящими (считай жёсткими).

А ещё, говорят, можно на помидорном рассоле замешать, только его процедить надоть.

### Галина КУКЛИНА (КОНЕВА)

Родовое поместье Коневых, ПРП Лучистое, Вязниковский район, Владимирская область



# Зачем держать язык за зубами, или Как сохранить энергию

В пословицах часто даются очень полезные наставления, особенно если перестать искать в них двойной смысл и воспринимать как есть. «Держи язык за зубами» — советовали древние, и не зря. Возможно, речь здесь идёт не только о пользе молчания. В практике йоги встречается техника, при которой язык помещается за зубы — «набхи-мудра» или «набхо-мудра».

Выдержка из классического йогического текста Гхеранда Самхиты: «Где бы ни находился йогин и что бы он ни делал, он всегда должен держать язык кверху и задерживать дыхание. Это Набхо-мудра, отгоняющая болезни от йогина».

Описание, которое даёт Свами Шивананда: «Набхи-мудра заключается в касании нёба кончиком языка. Этот приём используется для замыкания определенных контуров циркуляции праны (жизненной энергии) в системе каналов тонкого тела и выполняется постоянно в течение всей практики всех упражнений».

Под каналами тонкого тела в данном случае подразумевается то, что в китайской традиции принято называть микрокосмической орбитой или малым небесным кругом.

Малый небесный круг включает в себя два канала (передний и задний) и является важной составляющей энергетической структуры человека. Через него осуществляется контроль работы всех остальных каналов, наполнение их энергией.

Вот какое определение приводит мастер цигуна Мантэк Чиа: «Древние даосские учителя обнаружили, что в теле имеются два энергетических канала. Один канал — канал действия или канал инь — начинается у основания туловища, в точке промежуточной идёт вверх вдоль передней части тела, проходя лобок, органы брюшной полости, сердце и горло и заканчиваясь на кончике языка. Второй канал — канал управителя или канал ян — начинается в том же самом месте. Он идёт от промежуточной вверх к копчику, затем вдоль позвоночника вверх в мозг, а затем спускается к нёбу».

Имеется три варианта выполнения набхи-мудры, которые отличаются точкой соприкосновения языка с нёбом.

Ставим язык за зубы и ведём им по верхнему нёбу назад, последовательно проходя все три точки:

1. Вайю (воздух) набхи-мудра — кончик языка касается твёрдого нёба над верхней десной.

2. Агни (огонь) набхи-мудра — кончик языка касается точки перехода твёрдого нёба в мягкое.

3. Джала (вода) набхи-мудра — кончик языка касается мягкого нёба в глотке.

Мы используем только первый вариант, поскольку он наиболее нейтрален. Остальные два варианта имеют соответственно «ог-

ненные» и «водные» характеристики и используются для количественного увеличения этих стихий в системе, другими словами, они не всем и не всегда показаны.

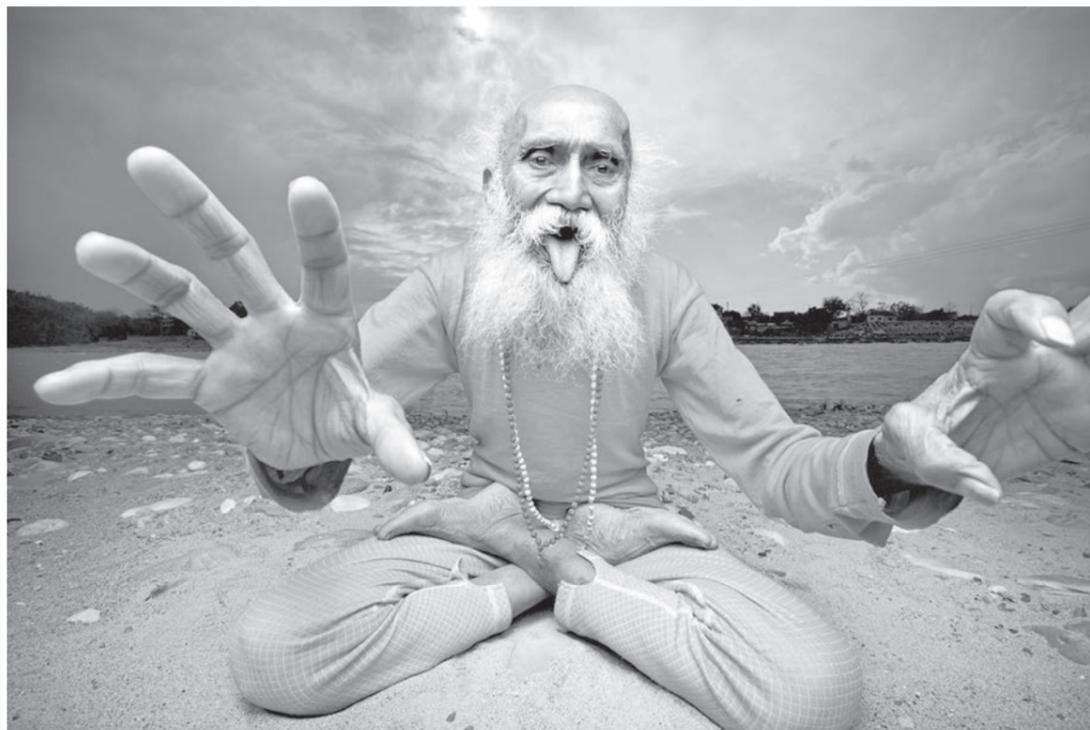
## Для чего нужен языковой замок

Очень часто, начиная или продолжая регулярно практиковать, мы упираемся в недостаточность нашей личной силы. При этом мы

«круто» выглядеть в глазах окружающих, привычку «охмурять» противоположный пол, чрезмерная эмоциональность и т. п. Когда же речь идёт о состояниях, к числу «утечек» можно отнести такие привычные состояния психики, органов, систем, групп мышц, следствием которых становится неконтролируемое бессмысленное рассеивание энергии. Простейшие типичные примеры — отвисший живот и не замкнутый

резинки, совершенно чудовищным образом исподволь нас истощают. Однако происходит это не сразу, а постепенно, понемногу, что делает привычку держать разомкнутым контур малого небесного круга ещё более предательской по отношению к нашей энергетической структуре.

Таким образом, устранив с помощью так называемого «языкового замыкания» разрыв контура малого небесного круга, мы пред-



постоянно получаем энергию из пищи (в основном), которой питается наше органическое тело. И поскольку мы привыкли совершенно безответственно к ней относиться, мы, человеки, вынуждены получать её в огромном количестве, значительно — на несколько порядков — превышающем то, которое нам действительно жизненно необходимо. Происходит это ещё и потому, что попытки вернуть себе контроль над бездарно растрачиваемой энергией, в свою очередь, тоже требуют энергии. Замкнутый круг. И для того, чтобы его разорвать, нам достаточно просто прекратить разбазаривать ту энергию, которую мы каждый день получаем.

Хатха-йога предлагает практикующему методы, с помощью которых он может «залатать дыры» в своём повседневном образе жизни — те самые «дыры», сквозь которые постоянно ускользает его личная сила, то есть по мере возможности устранить из своей жизни «статьи неоправданных расходов» энергии.

Такие «утечки» — это те аспекты нашего состояния и образа жизни, благодаря которым мы просто теряем энергию ни за что ни про что. Говоря об аспектах образа жизни, к «зонам утечки» можно отнести привычки и действия, которые никому не нужны. Например, привычку болтать без умолку, привычку злиться, привычку «качать права», привычку

на нёбу язык.

Рассеивание энергии верхних центров у подавляющего большинства человеческих существ происходит из-за того, что они не привыкли держать кончик языка прижатым к основанию верхней десны. Казалось бы, — примитив, но тем не менее... Замыкание языка на нёбо обеспечивает целостность малого небесного круга, или «микрокосмической орбиты» — одного из главных энергетических каналов тела. От характера циркуляции энергии в контуре малого небесного круга зависит подавляющее большинство жизненно важных функций человеческого организма.

Язык является как бы мостиком между задней (восходящей) и передней (нисходящей) ветвями микрокосмического контура. Этим мостиком можно соединить воедино два главных энергетических канала в теле человека — функциональный и управляющий, по которым движется энергия языка полярности. Если кончик языка не касается нёба, контакт между ними нарушается, в месте «зазора» происходит рассеивание огромного количества жизненной силы, что приводит к серьёзным искажениям характера циркуляции энергии во всех потоках энергетического тела. Это одна из причин того, почему такие, казалось бы, безобидные действия, как, например, долгие разговоры и перманентное жевание жевательной

отвращаем достаточно существенные утечки энергии.

## Техника первая — «языковое замыкание»

Традиционные названия языкового замыкания: «набхи-мудра» — «небесный символ», «джихва-бандха» — «замок языка».

Выполняется языковое замыкание очень просто: мы прижимаем кончик языка к нёбу. Однако благотворный эффект, который это оказывает на состояние всей нашей энергетической структуры, трудно переоценить. Древние классические трактаты по йоге («Гхеранда-Самхита», «Шива-Самхита») рекомендуют практикующему держать язык замкнутым на нёбо в течение 24 часов в сутки, размыкая цепь контура микро-

космической циркуляции только тогда, когда это предусмотрено техникой выполнения конкретных упражнений, например, при практике так называемого «львиного дыхания».

Существует три основных типа языкового замыкания. В зависимости от того, на какую точку нёба замыкается язык, в системе энергетического тела преобладают потоки Силы той или иной из стихий (см. Шри Свами Шивананда «Йога-терапия», А. Сидерский «Третье открытие Силы»). Таким образом, с помощью изменения типа языкового замыкания мы можем в некоторых пределах корректировать свой энергетический статус.

Часть нёба непосредственно над верхней десной — это точка ветра. Именно ею рекомендуется пользоваться как основной. Сила стихии воздуха или ветра достаточно нейтральна, поэтому языковое замыкание в точке ветра (вайю-набхи-мудра) наилучшим образом подходит для постоянной непрерывной практики как непосредственно в ходе тренировки, так и в остальное время.

Посередине нёба находится точка огня. Прижав язык к нёбу в этой точке, получим огненное языковое замыкание. Им пользуются для быстрого разогревания тела в начале практики, а также для того, чтобы компенсировать действие Силы стихии воды, если последняя оказывается в избытке. Рыхлость, вялость, аморфность и тяжесть энергетического тела, отёчность и нездоровая полнота либо хлипкость органического тела относятся к числу признаков избыточности Силы стихии воды в системе.

В то же время, если избытка Силы стихии воды нет, то чрезмерное увлечение практикой огненного языкового замыкания может негативно отразиться на состоянии энергетической структуры. Нездоровая подвижность и «клочковатость» энергетического тела, субъективное ощущение жара при нормальной температуре органического тела, ощущение сухости, боли в желудке и солнечном сплетении, хруст и боли в суставах и в позвоночнике, учащение пульса — такими могут быть признаки избыточности Силы стихии огня в системе. Для её компенсации пользуются языковым замыканием в точке воды, во время тренировки прижимая язык к мягкому нёбу позади того места, где оно граничит с твёрдым.

В отличие от воздушного языкового замыкания, которое «йогин удерживает всегда, куда бы ни шёл и что бы ни делал» («Гхеранда-Самхита»), языковое замыкание в точке огня (агни-набхи-мудра) и в точке воды (джала-набхи-мудра или апо-набхи-мудра) практикуются только при необходимости и только во время тренировки. По окончании тренировки мы вновь возвращаемся к воздушному языковому замыканию.





Энергия нижних центров рас-сеивается из-за того, что у подавляющего большинства людей отсутствует контроль над зоной пупочной открытости. Отвисший живот, рыхлая мускулатура брюшной стенки и жировые отложения — этого более чем достаточно, чтобы живот представлял собой зияющую «энергетическую дыру», сквозь которую личная сила со свистом «сифонит» в никуда.

Учитывая то, что именно в этой области находится главный центр Силы человеческого существа, нетрудно понять, насколько катастрофически запущенным является состояние энергетической структуры подавляющего большинства из нас. Согласитесь, не так уж часто удаётся встретить человека, живот которого подтянут, мышцы брюшной стенки находятся в идеальном тоне и всегда чуть-чуть напряжены, а толщина жировых отложений строго соответствует идеальной толщине тонкого слоя подкожного жира...

Даже большинство спортсменов — сильных, хорошо тренированных и весьма мускулистых людей — не имеет привычки постоянно держать живот втянутым за счёт лёгкого напряжения нижней части брюшной стенки. Поэтому для того, чтобы «быть в форме», им приходится очень много есть, иначе тренировки съедают их вместе со всей их наличной энергией, и в конце концов они начинают очень серьёзно болеть.

Обычный рацион обычного человека (который принято считать нормальным) как минимум в два-три раза превышает то, чем мог бы удовлетворяться тот, чьё состояние близко к оптимальному. А спортсмены, как известно, едят ещё больше. Это в свою очередь приводит к гипертрофии органов пищеварения, в результате чего живот начинает понемногу увеличиваться, а когда человек по каким-то причинам прекращает тренироваться, то и вовсе отвисает со всеми проистекающими из этого последствиями. И тупое «качание пресса» тоже по большому счёту ничего не даёт. Нужна привычка к постоянному осознанному контролю состояния брюшной мускулатуры. Это может показаться примитивным, однако тем не менее это действительно так. Чтобы кардинально изменить свой энергетический статус и заметно повысить эффективность всех своих проявлений, человеку достаточно всего-навсего научиться всегда держать живот слегка втянутым, плечи расправленными и гордо смотреть вперёд.

## Техника вторая — «запечатать нижний сосуд»

Необходимо выработать привычку всегда держать живот подтянутым. Для этого мы, во-первых, выработываем правильную осанку, при которой спина выпрямлена, плечи гордо расправлены и грудь, что называется, «колесом». А во-вторых, мы всегда и везде держим нижнюю половину брюшной стенки — от впадинки над пупком до лобковой кости — чуть-чуть напряжённой, как бы слегка вжимая внутрь органы брюшной полости. Тем самым мы не только «запечатываем» открытость поля нижнего центра, но и «упаковываем» энергию нисходящего потока, постоянно ненавязчиво «пропитывая» ею «тонкие слепки» внутренних органов и окружающих их слоёв соединительной ткани.

<http://bomba.co>

# Пророщенная пшеница

— Привет, дедуля!  
— Здоров, Санька! Как ся маешь, как поживаешь?

— Да хорошо. Только руки немного на морозе замёрзли, перчатки дома забыл!

— Как же это ты так? Эка неприятность! Ну, ничего, у деда своего не замёрзнешь, хе-хе. Я тебе рукавицы дам меховые, ещё от отца остались моего. В них-то уж точно не задубеешь! Ну, раздевайся Сашка, у печки садись, ручки отогревай. И ноги тоже протяни — не помешает. Сейчас иванчай заварим с тобой...

— А-а-а, как хорошо у печки! Тёпленько! Слушай, деда, а чего это у тебя на окне за ростки?

— Не знаешь, чаво это? А по-дойди, погляди!

— Ого, да у тебя тут на окне пшеница растёт! А для чего она тебе?

— Это, родной, дикая пшени-

ца — полба. Так ещё мой дед проращивал. Очень полезно.

— Так это же как в сказке про Балду: «Кормить же меня будешь варёною полбой!» Ты тоже, деда, её варить будешь?

— И варить, и так грызть, и в кашу добавлять. С утрачка — в овсяночку, чтобы силы были на весь день, днём — в салат. Маленькое зёрнышко от колоска отделилось, одно-одинёшенько на свете. Много ли у человека одинокого силы?

— Совсем чуть-чуть.

— Вот. А ежели у него дети, внуки, правнуки, кровиночки его, то это ж совсем другой колёнок! Вместе мы — сила! Чуешь, Санька?

— Да уж, деда! Вон как мы с тобой быстро вдвоём снег убрали, дорожки почистили.

— Правильно, внучок! Люди проращивают детками, а зёрнышки — ростками. Проращёт зёрныш-

ко — сильнее станет во сто крат. Понимаешь?

— Не верится, деда! Думаешь, всё от роста зависит?

— А ты на веру-то всё не принимай — проверяй. Давай с тобой будем вместе полбу есть, да и по-смотришь, как силы в тебе расти начнут.

— А она вкусная?



— Ещё какая! Всё, что с любовью да с мыслью о Роде приготовлено, Сашенька, не может быть невкусным, не имеет права.

— Деда, а можно я тоже буду полбу проращивать для тебя, бати с мамой, для Анюты, Серёжи и... для себя? Нам же на всех много нужно и полбы, и силы!

— Вот то-то и оно, внучек! То-то и оно!

**Владимир БОРИСОВ,**

**«Печки-лапочки», сказки Бояна**

[https://vk.com/sovushka\\_slavobereg](https://vk.com/sovushka_slavobereg)

# Лечение осиною

**Л**ес — настоящий кладёз полезных лекарственных растений, которые даны самой Природой для лечения человека от различных недугов и для поддержания его жизненных сил.

Весной лес просыпается от зимнего сна, и деревья наполняются живыми соками. Недаром говорят: «В весенний лес поход — здоровье на весь год».

Одним из самых сильных лекарственных растений, употребляемых на Руси, испокон веков является осина. Зелёная кора, собранная во время сокодвижения, содержит максимальное количество салицилата, то есть того природного аспирина, по подобию которого позже был синтезирован химический аптечный аспирин. Только осиновый салицилат всё равно оказался в десятки раз эффективнее, он не имеет побочных явлений, которые оказывает его химический аналог. Осина, как пихма, убивает любые гелименты и, как полынь горькая, — все бактерии. Но ни одно растение из всей лекарственной флоры не

сравнится с осиною по силе уничтожения вирусов. Её боятся вирусы гриппа, герпеса, цитомегаловирус. В настоящее время учёными-гепатологами ведутся исследования осины по воздействию на вирус гепатита В и С, и эти работы уже имеют первые положительные результаты.

Собирать зелёную кору осины надо во время сокодвижения и до распускания листочков. Нужно выбрать в лесу, в экологически чистой зоне, молодую тонкую осинку с зелёным гладким стволом без наростов и бородавок, то есть здоровое дерево. Одно дерева будет достаточно для всей семьи. Спилите его под корень и снимите ножом всю зелёную верхнюю часть очень тонко, чтобы она буквально просвечивала, и высушите на подоконнике. Храните в плотном мешочке или наволочке в течение всего года. В период эпидемии гриппа нужно принимать порошок осины ежедневно на кончике чайной ложки. Для этого стружку осины смолоть в кофемолке в порошок и хранить в герметично закручивающейся

банке. Принимать один раз в день за 30 минут до еды, запивая горячим чаем с лимоном и мёдом. Поверьте, грипп обойдёт стороной вашу семью.

Если вы не принимали с целью профилактики кору осины и заразились гриппом, и вот уже поднялась температура, «заломило» кости, тогда половину чайной ложки (без верха) порошка осины нужно запить горячей водой с мёдом. Через полчаса примите вторую такую же дозу. Как правило, на этом прекращается дальнейшее развитие вируса гриппа в организме. Кора осины вылечивает хронические артриты, если употреблять её в порошок всю осень и зиму: две недели — приём, две недели — перерыв.

Почки осины вместе с почками тополя и ивы, взятые в равных пропорциях, настоянные на масле, применяются для закапывания в нос при гайморите. Этим маслом за несколько курсов приёма можно навсегда избавиться от стоматита, если после вечерней чистки зубов смочить ватку и обработать дёсны и зубы. Тополь,

как санитар, вытягивает всю гниль с корней зубов, а осина с ивой санируют и укрепляют дёсны, останавливают кариес. Если обрабатывать ребёнку зубки с трёх лет таким маслом, то постоянные зубки закладываются здоровыми, и в дальнейшем вы не будете знать проблем с кариесом у ребёнка.

Масло из тополя, осины и ивы — старое средство от геморроя, успешно применяемое и по сей день. Только раньше использовали тампоны, а сейчас масло вводят в прямую кишку с помощью тонкого шприца без иглы (инсулинового). Набирается полный шприц и вводится глубоко в задний проход. Процедуру надо делать перед сном. Из прямой кишки масло хорошо всасывается и действует противовоспалительно на соседние органы (у мужчин это простата, а у женщин — придатки). А это означает профилактику простатита и аднексита.

И, наконец, с маслом из осины, тополя и ивы очень хорошо париться в бане. Масло наносится на спину перед заходом в парилку. При первом заходе просто прогревается, а второй раз хорошенько пропарьтесь веником. Такие процедуры излечивают остеохондроз, позвоночник постепенно освобождается от солей, и восстанавливается полный объём движений. Систематическая парилка с маслом осины и тополя постепенно оздоровит лёгкие от хронического бронхита и астмы.

Каждый человек имеет свою индивидуальность, поэтому некоторым людям приём коры осины может навредить или же вызвать побочные эффекты. Противопоказания к применению осины: индивидуальная непереносимость, хронический запор, беременность и период вскармливания младенца, почечная недостаточность, дети до 12 лет.

Вообще осина — самое благодатное растение, наделённое силой изгнания злых духов и любой хвори. Поистине можно сказать: если исчезнут все растения на Земле и останется одна осина, так только ею здоровы будем от всякой хвори. Лечилась Русь во все времена осиною и лечиться будет, несмотря ни на какие новинки аптечные. Богом данное куда сильнее.

<https://medicina.dobro-est.com>



**Л**юбовь Языкова — мама четырёх детей, трое из которых — школьники. В «домашней школе» сейчас три ученика — девятиклассницы София и Ольга, а также семилетний первоклассник Давид. Четырёхлетний Елисей не ходит в детский сад и дошкольное образование также получает от мамы. И это не вынужденный дистант из-за пандемии коронавируса, а домашнее образование с точечным контролем со стороны школы.

Семейное образование — форма обучения, при которой дети посещают школу только для прохождения аттестации — раз в четверть, полугодие или год, всё зависит от договоренностей родителей со школой. В Управлении образования Красноярска нам разъяснили, что соответствующий закон действительно работает с 2013 года и никак не препятствует детям учиться дома, а даже наоборот. Можно быть закреплённым за определённой школой, посещать линейки 1 сентября и выпускные вечера, получать учебники и консультации по учебному процессу. Так поступила и Любовь шесть лет назад, забрав дочь Софию из третьего класса. Полтора года назад из школы ушла и вторая дочь — Оля. Несмотря на рискованный выбор, девочки сегодня — круглые отличницы.

Мы расспросили маму Любу о том, приходится ли ей самой вести уроки в собственном доме, как держать контроль над детьми и что её не устроило в стандартной системе образования.

— Как вы решились уйти из школы?

— Причин было несколько, — рассказывает многодетная мама, — среди них — влияние моих подруг. Несколько из них перешли на семейное образование, и я видела, что это имеет смысл, потому что есть свобода в изучении: к примеру, мы можем один предмет проходить более углублённо. Если я вижу, что ребёнку что-то нравится больше, мы можем на этом делать акцент. Ещё один плюс — благодаря семейному обучению можно выстраивать отношения с ребёнком. Мы много времени проводим вместе, и это укрепляет нашу эмоциональную связь.

С наступлением пандемии и дистанта тех, кто нас не понимает, становится всё меньше. До этого разные были взгляды: кто-то меня жалел, кто-то восхищался. Какой родитель не хочет для своего ребёнка индивидуального учителя? Кто будет против того, чтобы его ребёнок был один в классе? Конечно, не все могут уйти с работы и посвящать своё время обучению детей, хотя я работаю, но у меня свободный график.

— Как строится обучение? Строгая дисциплина и контроль?

— Девочки уже очень самостоятельны. Если в пятом классе мне приходилось вместе с ними читать, проверять задания и просматривать видео, то сейчас они всё это же делают сами. Теперь они обращаются ко мне в случае, если уже совсем ничего не понятно или нужно помочь со сложными предметами, например, с английским.

Все учебники сейчас можно найти в свободном бесплатном доступе в интернете, распечатать или читать с планшета или ноутбука. Тысячи ресурсов в интернете, можно посмотреть видео с лабораторными опытами по физике или химии и даже видеоурок

по любому учебнику, конкретному параграфу: открываешь видео, и там учитель тебе объясняет тему. Сиди сам, смотри, перематывай, переспрашивай взрослых!

Мы стараемся поддерживать режим, но он всё равно не строгий. Просыпаемся в 9–10 утра. Захотел ребёнок поспать подольше — я не стану настойчиво будить. Есть определённый объём в обучении, который мы должны закрыть за день или за неделю. И мы это делаем. Если хорошая погода, можем с утра пойти гулять и сестра за уроки в два часа дня или, наоборот, утром занимаемся. У всех



Семья Языковых за завтраком перед занятиями.

# Отличники на домашнем обучении

наших детей развита личная ответственность.

Мы можем строить расписание даже так, что у нас будет один урок в день, на следующий день — другой урок. На «семейном» мы пробуем самые разные способы. У нас нет привязки к датам, а есть годовая аттестация в школе, по которой нам нужно сдать все предметы. Как правило, мы в декабре сдаём первую половину предметов, в мае — вторую. Можно сда-



София и Ольга учатся в девятом классе.

Любовь нанимает репетиторов там, где её знаний не хватает.

вать один предмет в месяц. Таким образом, мы можем не заниматься 12 предметами сразу, в одном полугодии сделать упор на шести предметах, в следующем — ещё на шести. Правильность нашего пути дети подтверждают оценками: все учатся только на одни пятёрки. Это доказывает, что в семейном обучении можно глубоко изучать предмет. Помощь более опытного педагога понадобилась в 8 классе, когда дело дошло до алгебры и геометрии. Репетиторы по точным наукам занимаются с детьми до сих пор.

— Дети выходят куда-то из дома? Общаются со сверстниками? Наверняка именно это вам часто предьявляют...

— Конечно! И даже путешествуют сами. К примеру, у старшей дочери несколько дней назад был день рождения, 15 лет. Она очень хотела отпраздновать его в Москве. Мы с мужем были не против, и двух её подруг тоже отпустили. Получилось настоящее приключе-

ние: они поехали сами, без взрослых. «Семейников» часто обвиняют в том, что мы детей закрываем дома, они не могут общаться со сверстниками. А я могу такую спонтанную поездку в Москву привести как пример — наоборот, это дети ещё более социализированы! Они знают технику безопасности, правила предосторожности. Конечно, с нашей стороны есть контроль, мы постоянно на связи.

Дополнительные занятия у них каждый день, как и у других детей. Давид занимается робототехникой, программированием, боксом. Елисей у нас художник, мы регулярно водим его в школу-студию. Оля у нас актриса, занималась актёрским мастерством в клубе для подростков. София закончила уже музыкальную школу, увлекается вокалом и танцами.

В январе-феврале, до пандемии, мы два месяца жили на Бали, в Индонезии. Дети отдыхали и

продолжали учиться.

— Бывали кризисные моменты, когда хотелось вернуть детей в школу?

— Да, конечно, такое с нами тоже было. Но не в тот момент, когда трудно в учёбе, а когда появились маленькие дети и казалось, что теперь всё успеть просто невозможно. Но потом проходит время, мы подстраиваемся. Взяли книжку, читаем вместе, разбираем то, что непонятно, прямо на полу, если потребуется.

— Помогает ли папа в обучении?

Папа — директор школы (смеётся). Он вмешивается, когда у нас сложности или покачнулась дисциплина. Раньше он вёл у девочек обществознание, историю, географию. Также папа у нас отвечает за уроки финансовой грамотности.

— То есть помимо обязательных школьных предметов вы ещё преподаёте детям уроки «жизни»?

— Примерно лет с семи дети начинают очень многое просить — новую игрушку, телефон, квадрокоптер, футболку, велосипед и так далее. Блогеры так хорошо всё рекламируют, что всё хочется. Мы начинаем объяснять — вот, например, стоимость. Давай у тебя будут какие-то задачи — развешивать бельё или помогать брату, и мы будем платить тебе 300 рублей в неделю. Тебе нужно как-то накопить хотя бы половину на большую покупку. Ты накопишь тысячу рублей, и ещё ты-

сая мы добавим на новую игрушку. И тогда у ребёнка уже появляется ответственность, осознанность. У каждого есть свой дневник, куда они заносят свои доходы и расходы.

Помимо финансовых уроков мы изучаем эмоциональный интеллект. Как разрешить конфликт, как не орать, не психануть и не выйти из себя в ситуации, когда всё идёт не так? К примеру, девочки прилетели сегодня рано утром, я разбудила их в 11, потому как мы ждали гостей к 12 часам. Я попросила их покормить мальчишек, параллельно у меня до половины двенадцатого был разговор по скайпу. Они меня не поняли, начали варить кашу, хотя я её уже сварила. У них убежало молоко. Я понимаю, что ещё даже никто не переоделся, и гости приехали немного раньше. Как в такой ситуации остаться спокойным? (Смеётся.) Вот как не психовать и не дёргаться — за это отвечает уровень эмоционального интеллекта.

Мы много разговариваем как все вместе, так и с каждым ребёнком наедине. Обязательно раз в месяц-два устраиваем свидание со своими детьми и проводим время вдвоём. Ходим в кафе, гуляем, вместе что-то делаем. Это происходит, когда мы с мужем понимаем, что нужно побыть с ребёнком наедине: может быть, отношения натянулись, есть какая-то напряжённость, кто-то кого-то случайно ранил или задел словом. Мы разговариваем с детьми и спрашиваем: а что вообще у тебя сейчас на сердце, что на душе? Может быть, у тебя есть обиды на меня? Или я тебя обидела и не заметила этого? Конфликты с друзьями? Пропала мотивация? Разговариваем о будущем.

София и Ольга поведали нам, что самостоятельное обучение — это куда сложнее, чем кажется. Если обычно ребёнок приходит в школу и у него всё идёт по накатанной, то здесь нужно всё контролировать самому.

— Учителя некоторые говорят: «Я училась в школе, моя мама училась в школе, и мои дети будут учиться в школе!» Многие так относятся. Сверстники удивляются, конечно, и немного завидуют, но они не понимают, какая это ответственность, — рассказала София.

Оля сказала, что общения им хватает с лихвой, друзей у них много и помимо школы.

— Число «домашних» школьников в этом году пополнилось?

— Да, Давид «пошёл» в первый класс в этом году. Обучение начали первого сентября. Азбука, арифметика, письмо по прописям, также окружающий мир, музыка и рисование. Мы сами выбрали обучающую программу. Прописываем большие буквы и цифры на доске мелом, а потом уже мелко — в тетради.

Дальше по нашей программе предполагается, что будет ещё письмо пером, это поможет сформировать красивый почерк. И детям это интересно. Урок длится минут 20–30, потом перемена.

— Когда мне не хочется учиться, мама говорит: «Надо писать. На перемене отдохнёшь», — гордо заявил первоклассник.

Любовь рассказала, что, когда через три года наступит время отдавать Елисея в первый класс, они с мужем уже будут настоящими профессионалами в области домашнего обучения.

**Дарья КОБЫЛЯНСКАЯ**  
г. Красноярск

Фото: Артем Ленц / NGS24.RU



# Вред от раннего обучения чтению

Как и любой маме, мне пришлось в своё время искать ответы на важные вопросы: когда лучше обучать ребёнка читать? Какой возраст считается для этого оптимальным? Расскажу о том, что узнала по этой теме.

## Моя история

Перед тем, как начать обучение, я прочитала мнение психологов по этому вопросу и решила отложить его на 5–6 лет, но встретила непонимание моей позиции. Некоторые родственники настаивали на том, что учить ребёнка чтению нужно ещё до 3 лет, более того, не просто навязывали своё мнение, а дарили ребёнку соответствующие книги, например, «Азбуку». Даже те из них, кто был согласен с моей позицией, принимали её, считали, что раннее обучение чтению навредить не может, оно только полезно для ребёнка.

Я настояла на своём: начала учить читать дочку в 5 лет. Буквы она выучила рано, сама, просматривая образовательные ролики, а складывать буквы в слоги их учили в садике, также я сама с ней занималась при помощи специального домино со слогами. И вот ребёнок пошёл в 1 класс. На собрании учитель сказал результаты тестирования после полугода обучения. У моего ребёнка лучший результат в классе: 110 слов в минуту. И это



при том, что я её не заставляла читать, только хвалила, когда она читала детские журналы, книги, сообщения в интернете. Поэтому такое «запоздалое» обучение никак не влияет на способность ребёнка к чтению, можно и за два года научиться отлично читать, если поощрять ребёнка и не забывать покупать ему книги и журналы, которые его интересуют.

Но почему так вредно учить ребёнка читать до определённого возраста?

Послушаем мнения психологов.

## Почему не стоит раньше времени учить ребёнка читать

Психологи и эксперты в области дошкольного образования предупреждают, что раннее чте-

ние только вредит ребёнку, не приносит ему никакой пользы. Психолог Ольга Исаенко говорит, что раннее развитие так же вредно, как и задержка развития, так как структуры мозга ребёнка работают неправильно. Те структуры мозга, которые должны были развиваться в этот период времени, остаются менее востребованными, то есть попросту обкрадываются. Вся энергия уходит на сложный процесс чтения, а должна была тратиться на другое.

Это почти то же самое, что учить ходить ребёнка, которому пока всего шесть месяцев. Попробуйте поставить его на ноги. Он пока не может сам передвигаться, но если вы дадите ему костыли, он будет ходить. В этом случае вы сможете сказать, что ваш малыш ходит в шесть месяцев, пусть и с костылями. Но будете ли гордиться таким достижением? А

между тем обучение ребёнка чтению в 3 года — это почти то же самое, вы начали с ним заниматься тогда, когда его организм не готов к подобным достижениям. Он будет читать, но будет делать это не так, как положено, так же, как будет «ходить» ребёнок в шесть месяцев, только в этом случае «костылей» не видно, но тем не менее они есть.

## Вред от раннего обучения чтению

Если приведённые выше аргументы неубедительны, перечислим тот вред, который наносит организму ребёнка раннее обучение чтению.

1. Ребенок вырастет неуклюжим, неловким, у него могут появиться серьёзные двигательные нарушения. В 3–4 года ребёнок должен в первую очередь разрабатывать крупную и мелкую моторику. Если он учится читать, вся энергия уходит на этот навык, развитие происходит неправильно. К сожалению, исправить это уже нельзя, «телесный» дефицит останется на всю жизнь.

2. Происходит перегрузка нервной системы, и, как следствие, у ребёнка может нарушиться сон, он станет капризным и агрессивным, у него могут появиться соматические заболевания, наблюдаться нарушение речевого развития и заикание.

3. Пропадает желание учиться. Это касается не только обучения чтению, но и в целом раннего раз-

вития. Нельзя перегружать ребёнка. Если он целый день вынужден ходить с одного занятия на другое против своего желания, сильно устаёт, то со временем у него не будет желания учиться.

4. Затянется переход к быстрому чтению. Образы букв формируются без опоры на пространственное восприятие и моторику. У ребёнка начинает формироваться неэффективный механизм чтения, который сохранится на долгое время.

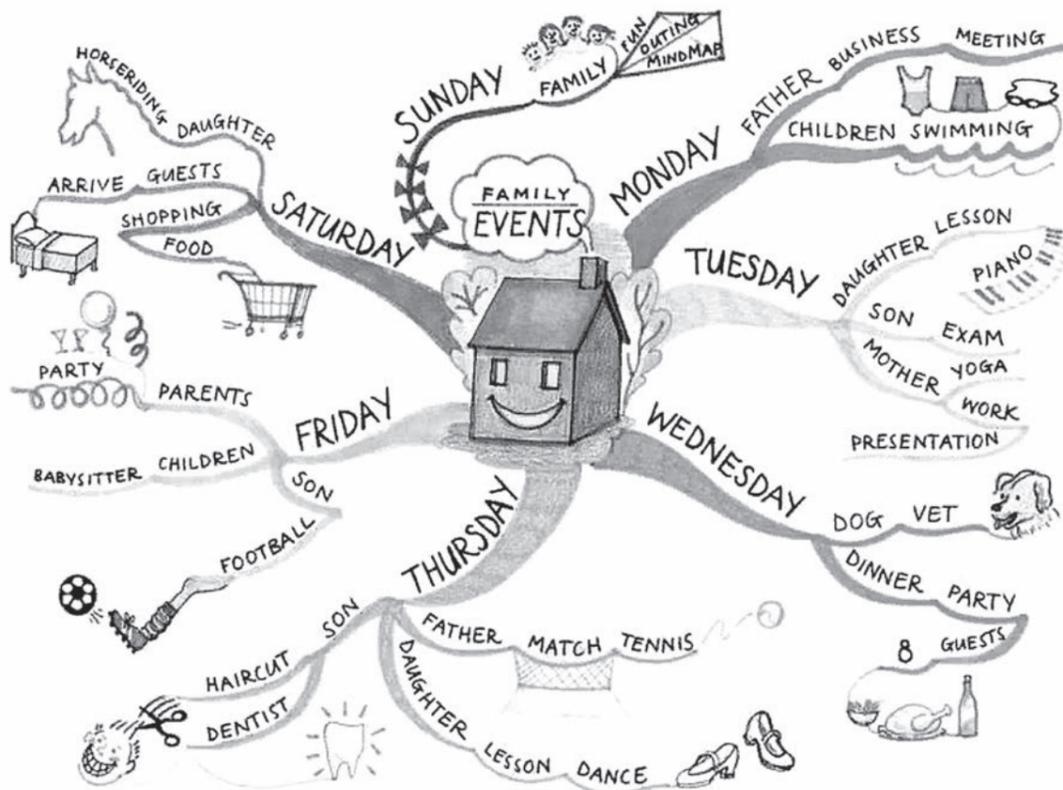
## Как должно проходить развитие

Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок развивался правильно, разрешите ему бегать и прыгать, играть с мячом, кататься на велосипеде. Обязательно выделяйте время для подвижных игр. В этом возрасте малыш начинает играть в сюжетно-ролевые игры, это тоже нужно поощрять. Если у него будут необходимые игрушки, он сможет придумывать простые сюжеты и обыгрывать их. Также нужно с ним лепить, рисовать, собирать пазлы, играть с кубиками или мозаикой. Можно и нужно читать ему книги, показывать картинки, прослушивать вместе музыкальные произведения.

Именно такое развитие считается правильным. Не стоит торопить события. Ваш ребёнок успеет освоить этот навык до школы, а может, даже в школе. А раннее обучение наносит непоправимый вред его здоровью, к тому же не является гарантией того, что он сможет преуспеть в школе.

Лилия ШАКИРОВА  
<https://girlday.ru>

# Ментальные карты — инструмент для визуализации информации



Помните, в каком виде нам задавали изучать информацию в школе? Книжки с листами сплошного текста, логические списки и пошаговые алгоритмы действий должны были помочь нам приобрести новые знания, но не вызвали особого энтузиазма. Сложные предметы приходилось заучивать.

Длинные простыни текста никак не хотели уместиться в голове. Все буквы, слова и абзацы сливались воедино, и взгляду не было за что зацепиться.

Хотя линейная запись информации в виде сплошного текста с логичной разметкой замечательно подходит для написания литературы и составления всякого ро-

да списков, это не самый лучший инструмент для наглядного структурирования информации и развития творческого мышления. И вот тут нам и нашим детям помогут ментальные карты.

Ментальные карты — это чудесный инструмент для визуализации практически любой информации. Принцип построения кар-

ты схож с формой нашего мышления и основан на ассоциативных связях между объектами и принципе естественной иерархии.

Ментальные карты помогут осуществить следующие интересы:

### 1. Упростить учёбу.

Покажите ребёнку, как с помощью ментальных карт можно превратить текст из учебника в интересный и, главное, понятный и логичный рисунок или схему. Вместе с ребёнком выделите главное из раздела учебника и перенесите информацию в логически связанную ментальную карту. Таким образом, вся информация станет не только наглядной и понятной, но её так же будет легко запомнить.

### 2. Ставить цели и планировать неделю.

Ментальные карты могут стать мощным инструментом для того, чтобы привить ребёнку привычку ставить цели и планировать своё время. Вместо списка ежедневных дел и обязанностей ребёнок может оформить свои планы в забавную интеллектуальную карту.

Как правило, дети очень легко учатся работать с ментальными картами, а само создание интеллектуальной карты становится для них увлекательной игрой.

### 3. Планировать проекты и управлять ими.

Способность разбить сложный проект на простые и понятные составляющие — очень ценное умение для каждого человека. Предложите ребёнку самому спланировать какое-то событие в его жизни, например, прогулку или день рождения, с помощью ментальной карты. Пусть он с вашей помощью распишет мероприятие на составные части: кто будет участвовать, какие будут игры, что будет вхо-

дить в меню и так далее. Со временем он научится самостоятельно планировать и более сложные и ответственные проекты.

### 4. Работать с воспоминаниями.

После поездки на море, весёлого праздника, дня рождения или посещения любимой бабушки сядьте со своим ребёнком и зафиксируйте свои воспоминания на бумаге с помощью ментальной карты. Это может быть коллаж из фотографий, рисунков, вырезок из газет, проездных билетов и природных материалов или просто карта ассоциаций и воспоминаний. Творческая фиксация воспоминаний помогает разобраться со своими эмоциями и ценностями.

Такое занятие прекрасно подойдёт детям в качестве простого ознакомления с ментальными картами.

Малышам тоже нравится участвовать в процессе составления ментальных карт и хочется, чтобы процесс был динамичным и весёлым.

Начинать знакомство ребёнка с ментальными картами следует, выбирая для начала самые простые понятия, знакомые ребёнку, и организовывать элементы в основные категории.

Например, выберите ферму и помогите ребёнку придумать, что находится на ферме: сараи, животные, люди, машины. Это хороший способ изучать времена года, описывать разные характеристики объектов и так далее. Это поможет ребёнку начать видеть связи между объектами и явлениями, а также превращать всё это в логическую интеллектуальную систему.

Ольга КОШЕЛЕВА  
[https://m.vk.com/wall-23183549\\_4466](https://m.vk.com/wall-23183549_4466)

# Формирование трезвеннических убеждений у детей дошкольного возраста

## Рекомендации педагогам и родителям

Начало в «РЗ» № 2 (199), с. 22–23

### Часть 2. Родителям, которые живут трезво

Ни один человек, даже убеждённый трезвенник, не может быть застрахован от развития интоксикантной зависимости у своих детей в будущем. Ведь дети живут и учатся не только в семье, но и в других местах. Особенно опасно то агрессивное информационное пространство, в котором живёт и развивается маленький ребёнок.

Хорошо, если семья малыша так же, как и семьи близких родственников и друзей, живёт трезво, тогда и ребёнок будет расти человеком трезвым, хотя в подростковом возрасте проблемы и неприятности, связанные с алкоголем и табаком, всё же возникнуть могут.

В семье Ани все без исключения взрослые живут трезво. Многие родственники тоже. А те, кто всё же бывал «пьяным», вели себя, как правило, агрессивно, пугая и огорчая девочку.

В компании, где отравляются, Аню не водили. И у ребёнка даже разговора не возникало на табачно-алкогольные темы. Но в возрасте 13 лет девочка попала в компанию подростков и попробовала алкоголь и табак. Причём сделала это с некоторым удовольствием от мысли, что она такая, как все, современная и взрослая девушка. Позже она стала сомневаться, а правы ли родители, ведь все пьют и курят. Некоторое время спустя, терзаемая противоречиями, она обратилась к родителям с признанием, что в компаниях, где молодёжь отравляется табачно-алкогольными ядами, она чувствует себя скверно. Сама пошла и прослушала курсы по освобождению от табачно-алкогольной зависимости, получила много знаний и обрела твёрдость трезвеннической позиции. К 15 годам Аня научилась отстаивать своё право — жить в свободе от отравления интоксикантами. При этом отношения с друзьями у неё остались прежними, а те компании, где основное занятие — травить себя алкоголем и табаком, она легко и без сожаления оставила. Более того, к ней потянулись интересные ребята. Теперь у Ани убеждение: трезвость — это хорошо!

Что стало предпосылкой желания отравлять себя табаком и алкоголем? Та среда, в которой девочка жила вне семьи. Почему она не попала в сети интоксикантной зависимости? Потому что имелась искренняя и непреклонная позиция родителей — жить нужно естественно, в трезвости. Правильно выстроенный воспитательный процесс в дошкольном возрасте и личный пример родителей — это ориентир, благодаря которому сбившийся с пути взрослеющий ребёнок всегда может выровняться.

Сложнее дело обстоит в семьях, где взрослые пришли к трезвости в то время, когда их дети уже подросли. Известно, что все основные черты характера

закладываются до пяти лет. Значит, до того, как взрослые решили встать на путь трезвости, они уже успели запрограммировать своих детей на отравления и упустили благоприятное время для формирования трезвеннических убеждений.

Отрезвел взрослый член семьи, возможно, даже все взрослые, и успокоились: живут себе, радуются своей новой трезвой жизни. Но разделяют ли эти новые убеждения их дети? Вот и получается, что у трезвых родителей встречаются дети, отравля-

ют от возраста ребёнка, но принципы одни и те же. Это прежде всего:

- абсолютная трезвость и убеждённость родителей и лиц, осуществляющих непосредственное воспитательное воздействие на ребёнка;
- создание информационной среды, в которой ребёнок живёт, в которой трезвость понимается как естественная ценность, лежащая в основе созидания, убеждающая в преимуществах трезвой жизни;
- основная цель — сформировать

у ребёнка твёрдое убеждение, что алкоголь и табак — это яды. Все действия по отношению к этим веществам должны быть такими, какими бы они были по отношению к любым другим ядам;

• создание богатой информационной среды с тем, чтобы ребёнок постоянно слышал правду об интоксикантах, а любой абсурд, внушаемый ему извне, своевременно и убедительно развенчивался;

• эмоциональная, психологическая и предметная среда жизни ребёнка должна быть благоприятной для его развития.

Первое. Именно благоприятную трезвую среду малыш должен запечатлеть с рождения, задача взрослого — сделать её как можно шире. Позже ребёнок должен осознать, что есть вещества, действующие разрушительно (как яды) именно по отношению к естественному благу — трезвой жизни.

Для этого надо, чтобы каждый раз, когда маленький ребёнок встречает взглядом алкогольное или табачное изделие или слышит о них, взрослые вели себя так, как они вели бы себя, прикасаясь с другими ядами. Прежде

всего надо наблюдать и отследить (не пропустить) момент, когда ещё совсем маленький ребёнок впервые заинтересуется сигаретой или бутылкой. Этот момент особенно, как и все последующие попытки малыша, к примеру, поднять и понюхать окурки, должны сопровождаться ярким, эмоциональным, отрицательным отношением взрослого.

Взрослый должен резко и даже немного неожиданно сказать малышу, выражая глубочайшее отвращение и страх: «Брось! Гадость!» Яркие впечатления ран-

— это такое вещество ядовитое, от него все микробы погибают». К примеру, в нашей семье бутылка водки стоит в туалете, рядом — баночка с ватными тампонами. Очень удобное средство для дезинфекции круга унитаза, доступное даже маленьким детям. Алкогольное изделие, запах, вид будут ассоциироваться с туалетом, что само по себе будет формировать отношение к алкоголю как к технической жидкости. Бутылку водки можно держать на полочке, где папа хранит машинное масло, растворитель или другие технические жидкости, или в шкафчике с бытовой химией у мамы — там, где им истинное место, но не на кухне и не в холодильнике.

Есть ещё различные варианты применения спиртосодержащих изделий как технических жидкостей, нужно только проявить творчество и придумать способы, чтобы убедить ребёнка, что алкоголь предназначен не для применения внутрь (это страшная ошибка многих людей), а является ядом для живого и хорошей технической жидкостью.

Второе. Нужно уверенно и аргументированно развенчивать навязываемые извне ложные представления о табаке и алкоголе. Всякий раз, когда ребёнок явно подвергается программированию на табачно-алкогольные отравления при просмотре рекламы, художественных фильмов и т. д., надо ненавязчиво и убедительно этот абсурд развенчивать. Причём следует учитывать, что детям дошкольного возраста не важны подробности и научные доказательства, но очень влияют эмоциональная окраска и убеждённость взрослого. Детям же школьного возраста нужны доказательства, убедительные доводы. Для этого взрослые должны быть заранее хорошо подготовлены. Источником правдивых знаний могут быть не все печатные издания, гораздо больше полезной и убедительной информации можно почерпнуть из самой жизни.

Для достижения положительного результата в воспитании важно, чтобы предлагаемая правдивая информация была преподнесена ребёнку в виде простого, дружеского разговора, но не наказания.

Следует помнить, что нельзя перегружать ребёнка и надо чаще спрашивать его мнение.

Приёмы сообщения ребёнку нужных знаний, формирующих убеждение, могут быть различные:

- (непосредственное) прямое обращение к ребёнку. Этот приём применим к детям старше 6 лет в ситуациях, когда требуется простое разъяснение или пришёлся к месту разговор о том, что такое интоксиканты (яды), как они отрицательно влияют на людей и т. д.

- Родители с ребёнком гуляют в парке и замечают, что его внимание то и дело привлекают молодые люди с бутылкой пива в руках. Ребёнок смотрит на них с интересом. Отец говорит: «А знаешь, мне жаль этих ребят, они так ошибаются. Они думают, что пьют на-

него возраста запечатлеваются в подсознании навсегда. Неприязненное отношение к такого рода изделиям серьёзно осложнит попытку закурить или выпить в подростковом возрасте.

Важно также не пропустить ни одного момента, когда ребёнок в игре отображает ситуацию табачного и алкогольного отравления. Взрослый должен отреагировать так, чтобы у ребёнка осталось ощущение, что он сделал плохо. Но ни в коем случае не ругать ребёнка, не обсуждать эту ситуацию с другими и не наказывать малыша, одним словом, не заострять внимание на этом негативном моменте. Лучше всего переключить ребёнка и увлечь другой игрой.

Когда Кируша играл в водителя троллейбуса, он обязательно «курил» карандаш. Ничего другого в свои три года он ещё о водителе не знает. Мама отвлекла мальчика от «курения», но развила игру по-другому: троллейбус сломался, и его надо ремонтировать, водитель устал и пошёл на перерыв.

Следующий момент. Взрослые могут использовать алкогольные изделия (водку) для протирания грязных поверхностей, рук с пояснениями для ребёнка: «Водка



ющие себя алкоголем, табаком, другими интоксикантами. Почему так получилось? Дети программируются ежедневно и повсюду, умело и продуманно заманиваются в сети самоотравления. Они берут пример не только с родителей, но и с других людей: спортсменов, актёров, знакомых, родственников, друзей и просто прохожих. Всегда ли авторитет родителей для ребёнка безупречен? К сожалению, не всегда.

Значит, следующий за отрезвлением родителей этап — целенаправленная работа по формированию трезвеннических убеждений у своих детей. Одна из заповедей Г. А. Шичко: «Выбрался сам — помоги другому». Известно также всем освободившимся от табачно-алкогольной зависимости, что лучший способ закрепить результат — это провести по лестнице, ведущей вверх, к трезвости, ещё кого-то, а прежде всего своих детей. Даже если ребёнок ещё не имеет привычки к табаку, даже если он ещё и не приобщился к этим ядам, стоит хорошо продумать и умело организовать воспитательную среду с тем, чтобы ребёнок принял трезвость по убеждению.

Формы и методы работы зави-



питок, но на самом деле в пиве есть алкоголь и много других ядовитых веществ, а алкоголь — яд для живого организма. Он постепенно разрушает всё внутри: сердце, желудок и даже мозг. Помнишь дядю Федю? Он такой больной и глупый и всё время с водкой. Ведь он был молодым, так же ходил с пивом и не понимал, что утратил трезвость. А вслед за этой утратой идут потери здоровья, слабеет ум, теряется благополучие в семье».

Или отец с сыном стоят на остановке. Рядом мужчина курит. Отец предлагает сыну отойти в сторону и говорит: «Я всегда отхожу от тех, кто курит. Табачный дым очень ядовитый даже для того, кто просто стоит рядом».

- (опосредованное) косвенное обращение к ребёнку. Обращаясь к другому человеку в присутствии ребёнка, высказать своё мнение, сообщить нужную в данный момент информацию. Этот приём используется в том случае, если ребёнок не желает слушать прямого обращения к нему взрослого, а также для усиления эффекта воспитания предостережения информации (часто дети игнорируют то, что им говорят лично, но с большим интересом слушают и запоминают то, что говорят взрослые между собой). Этот приём очень хорошо использовать в отношении маленького упрямого или в том случае, если приходится иметь дело с ребёнком, перегруженным нападками и нравовыми оценками со стороны взрослых;
- реплика яркой эмоциональной окраски.

Этот приём наиболее эффективен в отношении детей раннего возраста. Малыши запечатлевают предложенную информацию во много раз лучше, если она была преподнесена им в яркой эмоциональной форме. Об этом хорошо знают воспитатели детских садов, поэтому на занятиях они всегда используют огромное количество игровых приёмов, сюрпризных моментов, часто меняют интонацию, используют резкую смену громкости и темпа повествования и т. д.

Ане было 10 месяцев от рождения. Она очень хорошо развивалась, рано начала говорить и ходить. Была активной девочкой и всё пробовала на вкус. В семье, где жила Аня, были пожилые члены семьи, которые использовали сильные лекарственные средства и часто забывали убрать их в недоступное для ребёнка место. А в семье по соседству произошёл в то время страшный случай. Две трёхлетние девочки играли в доктора: одна другую накормила таблетками и наелась сама. Одну из девочек спасти не удалось. Аня мама, потрясённая этим событием, зная забывчивость пожилых членов своей семьи и тревожась за безопасность дочери, предприняла такой воспитательный приём. Разложила по комнате разные таблетки. Аня проснулась, активно принялась познавать мир, хватала всё, что попадалось на глаза, тянула в рот, совала в карманы. Но как только она находила таблетки и протягивала к ним руку, мама громко и испуганно говорила, даже вскрикивала: «Брось! Это таблетки!!!» Несколько таких повторений, и Аня стала обходить стороной таблетки и никогда не брала их в руки. Став взрослой, она рассказывала, что всякий раз, когда ей нужно принять таблетку, её охватывает какая-то неосознанная тревога и желание убедиться, а действительно ли это безопасно.

- решительно отвергать ситуацию, в которой надо наблюдать табачно-алкогольные сюжеты, слушать и говорить о них.

Этот приём очень эффективен в воздействии на ребёнка без лишнего слов. Если родители решительно отвергают необходимость участвовать в попойках, уходят из комнаты, где травятся табаком, выключают телевизор в тот момент, когда там демонстрируют сцены пьянства или рекламируют табачно-алкогольные яды, откладывают в сторону журнал с изображением алкогольных и табачных изделий, то ребёнок без пояснений усваивает позицию неприятия табачно-алкогольно-наркотических ядов и отравлений ими.

- использовать художественную литературу, произведения искусства с тем, чтобы показать, что трезвость — естественное состояние человека.

Литературы и других произведений искусства, напрямую воспитывающих трезвость, очень мало. Это дело будущего. Но, читая хорошие сказки, детские произведения, слушая музыку, всегда можно на примере показать ребёнку, что хорошо, а что плохо. Есть очень простой, эффективный и проверенный многими поколениями способ — это сказки, колыбельные, поучительные рассказы о былом и тихие приговоры перед сном. Народ хранит огромное множество сказок и былин, есть замечательные детские произведения современных авторов. Брать для рассказывания детям можно любые из них, но обязательно с хорошим концом и жизнеутверждающим настроением. Любую хорошую сказку можно использовать, чтобы наглядно показать ребёнку: трезвость — это хорошо. К примеру, в сказке глупому противопоставляется разумный, ленивому — трудолюбивый, злему — добрый и т. д.

После окончания сказки всегда надо поговорить о содержании и сделать самому или наводящими вопросами натолкнуть ребёнка на вывод: глупым, ленивым, злым быть плохо, а ведь табак и алкоголь делают людей такими. Некоторые сказки прямо подчёркивают всю пагубность пьянства. Их тоже можно использовать, но для детей постарше. Такие сказки родители могут сочинить самостоятельно.

Ещё один важный момент — колыбельная. За день даже самый маленький ребёнок, который, казалось бы, увлечён только игрой со своими игрушками, накапливает целый комплекс опасных для психики состояний, эмоциональных переживаний. Ведь он видит и слышит много пугающего, огорчающего, да и просто неприятного для него. Возможно, ему зашла какая-то дурная мысль, да и вертится в голове, лишая покоя. Если малыш уснёт с этой мыслью, то ночью она «усвоится» и уйдёт в подсознание. Родители должны позаботиться, чтобы прежде, чем ребёнок уснёт, его мысли были полностью освобождены от всего плохого. Напротив, разговорами, колыбельными, ежедневно повторяемыми засыпающему малышу, можно дать огромное множество положительных установок на будущее.

Также хорошо посещать с ребёнком мероприятия, праздники, на которых утверждается трезвость, организовывать для ребёнка труд, досуг и просто общение с людьми, ведущими трезвый образ жизни.

Это самый простой и самый результативный способ приоб-

рести ребёнка к трезвому образу жизни. Человек, выросший в доброй, трезвой среде, имеет больше шансов остаться естественным трезвенником, чем тот, кто жил в среде, где приняты были ритуальные самоотравления.

Преподнося различные знания ребёнку по табачно-алкогольной проблеме, нужно помнить, что говорить об интоксикантах следует лишь в крайнем случае и только для того, чтобы противопоставить ложной, навязываемой извне информации правдивую. Нельзя долго и подробно говорить с ребёнком об алкоголе, табаке и других ядах как изделиях, применяемых некоторыми людьми внутрь. Нельзя описывать состояние так называемой эйфории, способы приготовления, применения ядов, поведение пьяного, так как то, что для взрослого кажется непристойным и отвратительным, ребёнку может представляться интересным и забавным.

Отец, вернувшись с работы, желая показать сыну всю мерзость пьянства, стал рассказывать о том, как только что на улице стал свидетелем отвратительной сцены: какой-то пьяный дядька упал в лужу. Слушавший рассказ отца сын вдруг вспомнил, как ему хотелось залезть в лужу, прыгать в ней, разбрызгивая воду, и топтать ногами, но ему категорически это запретили, а пьяному это делать можно, значит, алкоголь — это то, с помощью чего можно снять все запреты.

К тому же то, о чём часто говорят, вызывает интерес. Поэтому, даже желая блага своему ребёнку и рассказывая часто о табаке и алкоголе, можно получить обратный результат.

Если уж говорить, то о том,

- как замечательно жили, живут и будут жить трезвые люди;
- что алкоголь и табак — яды;
- что люди, которые пьют и курят, достойны жалости и сочувствия, потому что это обманутые люди.

Очень важно сформировать в ребёнке такое мироощущение, при котором информационным агрессором разных мастей будет трудно обмануть и через обман отнять у детей их естественную трезвость.

Третье. Надо формировать у ребёнка осознание себя как частицы великого целого, понимание того, что его жизнь зависит от того, как живут другие, и от его собственных поступков. Чаще ставьте ребёнка в положение, когда от его поступков будет зависеть благополучие родителей, семьи, коллектива детей, в котором он живёт, домашних животных и т. д.

Четвёртое. Надо создавать радостный настрой на всё, что происходит, окружает ребёнка. Любую, даже трудную для ребёнка ситуацию, любое происшествие дальновидные родители должны превратить в пустыню или смешную ситуацию, легко или не очень, но решаемую. А на реагирование слезами на неприятные для ребёнка моменты жизни родители должны отвечать сдержанным спокойствием. Тогда ребёнок поймёт, что, когда он горюет, жалуется, раздражается, то он помощи, сочувствия, поддержки не получит, а тем более желанного внимания. А тогда, когда он терпелив, сдержан и весел, ему придут на помощь, одобряют, будут охотно общаться, и он получит столько внимания, сколько ему нужно.

Родители всегда должны ве-

сти себя так, чтобы ребёнок понял: привлечь к себе внимание взрослых и добиться желаемого можно только хорошими поступками. На негативные проявления поведения ребёнка взрослые реагировать не должны ни хорошо, ни даже отрицательно, так как шлепок, порицание или какая-то другая негативная реакция взрослого — это также проявление внимания, то, чего ребёнок добивается.

В подростковом возрасте все дети в той или иной мере испытывают чувство одиночества и недостаточного признания, и тот, кто в раннем детстве привлекал к себе внимание взрослого отрицательным поведением, может потянуться к алкоголю, табаку, другим интоксикантам из-за неосознанного желания привлечь к себе пристальное внимание взрослых.

Особенно важно учить малыша искать маленькие радости в каждом моменте его жизни, в каждом окружающем его предмете. Очень ярко описывает это в своём рассказе «Радости» Л. Воронкова:

«Ребята сидели на брёвнах и разговаривали.

— А у меня радость, — сказала Алёнка, — у меня новая лента. Смотрите, какая блестящая!

— У меня тоже радость, — поделилась Таня, — мне цветные карандаши купили...

И дети наперебой стали хвастаться кто удочкой, кто рубашкой новой. Только Ваня слушал и ничего не говорил.

— А у Ванюшки никакой, хоть бы маленькой, радостинки нет, — прибавила Алёнка, — сидит и молчит.

— Нет, есть, — ответил Ваня, — я цветы видел, когда заблудился в лесу. Уже вечер, кругом темно, а цветы стоят белые, как будто светятся.

Ребята засмеялись:  
— Мало ли в лесу цветов! Тоже радость нашёл!

— А ещё я зимой крыши видел... Солнце светило, на них снег был. С одной стороны крыша синяя, а с другой — розовая и вся блестящая!

— Вот ещё, — сказал Петя, — будто мы снег на крыше не видели. А что он был синий да розовый, так это ты выдумал...

— Может, у тебя ещё какие радости есть? — спросила Таня.

— Есть, — вспомнил Ваня, — ещё я видел серебряных рыбок.

— Где? В пруду? В речке? — Петя даже вскочил.

— В луже, — ответил Ваня. — После дождя под яблоней была лужа. Голубая. А в ней солнце светило. И ветер был. Вода дрожала, и в ней серебряные рыбки играли.

— Вот болтун! — укорила Алёнка. — Никакой у него радости нет, так вот он и придумывает.

Алёнка смеялась, а Таня сказала задумчиво:

— А может, у него этих радостинок побольше, чем у нас. Ведь он их где хочешь найдёт...»

**Елена Васильевна БОГОСЛОВСКАЯ,**

педагог-психолог, председатель СГОО КУСТ «Трезвый Ставрополь», преподаватель курса сознательной трезвости в г. Ставрополе.  
Автор методики «От трезвости естественной к трезвости сознательной», [tresvstav@list.ru](mailto:tresvstav@list.ru), тел. 8-918-863-7867.

<https://vk.com/@trezvodonformirovanie-trezvnnicheskikh-ubezhdений-u-detei-doshkolnogo>

Окончание в следующем номере.

## Личный пример — лучший воспитатель

Дети склонны к подражанию. Они наблюдают за взрослыми, их поведением, разговорами, взаимоотношениями. Воспитание детей личным примером происходит ежедневно, и именно это влияние оказывается более сильным и действенным, чем эпизодические специальные воспитательные беседы, разговоры и нотации.

Если родители хотят видеть своих детей наделёнными определёнными личностными качествами и добродетелями, то самый эффективный путь — развить эти черты в самих себе в качестве образцов для подражания.

Ребёнок учится сравнивать, оценивать. Как талантливый актёр, он может повторить (и повторять) все поступки, слова и жесты взрослых людей, которые его окружают.

Если родители неизменно вежливы и добры по отношению к детям и друг к другу, в любой момент готовы прийти на помощь своим близким, то дети, как правило, учатся вести себя точно так же. Находясь в атмосфере взаимной любви, они учатся любить.

Если старшие имеют обычное благожелательное отношение друг к другу и выражают признательность за самые обычные вещи, дети тоже приобретают умение ценить простую доброту и уважение.

Если вы недостаточно терпеливы и постоянно кричите на детей, вместо того чтобы общаться уважительно, то они, вероятнее всего, также будут склонны терять терпение и стараться добиться своего при помощи крика, легко проявляя неуважение к окружающим.

Если мы хотим, чтобы ребёнок не курил и не употреблял спиртные напитки, тогда и сами не должны этого делать.

В повседневной жизни родители должны всегда поступать честно, а не только призывать к этому на словах. Привычка говорить неправду с целью избежать неприятностей или сгладить напряжённую ситуацию обычно приводит к тому, что дети тоже начинают вести себя нечестно. Попросив своего ребёнка сказать кому-либо по телефону, что вас нет дома, вы убеждаете его в том, что лгать не только можно, но и полезно.

Будьте щепетильны в отношении денег, никогда не приносите домой вещей, которые вам не принадлежат. Найдя потерянную вещь, всегда честно попытайтесь отыскать его владельца. Не нарушайте правил и не жульничайте в играх и состязаниях. Несоблюдение этих простых установок может научить вашего ребёнка обманывать и присваивать себе чужое.

Сделайте одним из основных жизненных принципов необходимость всегда держать своё слово и выполнять обещания. Нарушая данное вами слово, вы подаёте ребёнку пример безответственности и даже не порядочности по отношению к людям.

Всегда внимательно выслушайте своих детей и помогайте им разрешать возникающие проблемы. Этим вы увеличите вероятность того, что они в свою очередь с таким же вниманием и участием отнесутся к вам в тот момент, когда вы будете чем-либо расстроены. Любите своего ребёнка, и пусть он никогда не усомнится в этом.

Помните, что воспитывают не слова, а личный пример!

**Надежда МИРОНОВА**

**Ч**тобы тебя любили, не нужно быть крутой. Не нужны дорогие сумки, очки, модные вещи, машины, квартиры и «лабутены». Не помогут ни сленг, ни взгляд свысока, ни должность. Любовь не про это.

Чтобы тебя любили, не нужно быть такой же, как все. Не стоит предавать себя, свои мечты и цели, подстраиваясь под социум и его нормы. Отказавшись от себя и своей природы, можно набрать какие-то дополнительные баллы, но не любовь.

Чтобы тебя любили, не нужно быть идеальной во всём и всегда. Не стоит стремиться во всём получать пятёрки и десятки, выглядеть всегда безукоризненно, не поможет и идеальный порядок в доме, как в стерильной лаборатории. Можно ошибаться, можно делать неправильно — и на любви это не скажется.

Чтобы тебя любили, не нужно быть и суперженственной. Не стоит впихивать себя в узкие рамки любого понимания женственности — становиться художочной моделью или пытаться играть в мать Терезу. Даже если ты иногда носишь брюки и можешь ругнуться матом в сложной ситуации, работаешь, водишь машину — тебя всё равно можно любить.

Чтобы тебя любили, не нужно быть красивой или молодой. Красота — понятие относительное, а молодость слишком быстротечна. О внешности стоит заботиться, но любовь от внешности не зависит.

Чтобы тебя любили, не надо быть особенной или уникальной. Ты по умолчанию уникальна и единственная в своём роде, всё



# Чтобы тебя любили...

остальное — мелочи по сравнению с тем, какая ты на самом деле.

Чтобы тебя любили, не нужно быть успешной. От того, что ты получишь высокую должность, построишь свой бизнес, заработаешь кучу денег, ты получишь много разных бонусов, но не любовь.

Чтобы тебя любили, не нужно делать что-то. Любовь — не товар на рынке, который нужно выторговать или отработать. Любый шантаж по типу «сделай это, а я тебе любовь» к любви отношения не имеет.

Чтобы тебя любили, не обязательно быть умной. Не нужно и знать всё и обо всём, побеждать

в интеллектуальных поединках, иметь высокий IQ и несколько высших образований. Можно позволить себе чего-то не знать, не понимать и не переживать из-за этого. Любят не обязательно самых умных.

Чтобы тебя любили, не нужно быть и лучше всех. Не стоит пытаться кого-то обогнать, победить, прийти первой к финишу. На этом пьедестале тебя могут ждать слава, успех и другие вещи материального мира. Но любовь не измеряется пьедесталами.

Чтобы тебя любили, не обязательно быть правильной и делать всё правильно. Не обязательно и быть правой во всём и всегда.

Любви это не принесёт, можешь поверить мне на слово. Чтобы тебя любили, не нужно быть и хорошей. Не важно, что думают о тебе другие люди, что о тебе говорят и как тебя воспринимают.

Важно лишь то, что о тебе думают в Небесной Канцелярии, хотя там-то как раз не оценивают, а просто любят.

Любят не потому, что ты такая или этакая. Любят потому, что ты — это ты. Такая как есть. Пусть и не идеальная, не совершенная, с кучей недостатков и особенностей, но единственная в своём роде. Любят не за что-то, а чаще всего — вопреки чему-то. Просто любят и всё. Заслужить любовь невозможно.

Любовь можно только брать и отдавать, отдавать и брать. Если вам предлагают что-либо поменять на любовь, не верьте. Нет у такого человека любви, не сможет он вам её дать. Вы только зря потратите время и силы. Любовь не продаётся.

Любят душу. А душа не бывает неправильной, плохой или уродливой. Душа всегда прекрасна, счастлива и наполнена любовью. Она готова этой любовью делиться просто потому, что удержать любовь невозможно, она распространяется, как свет, не зная ни условностей, ни ярлыков, ни разных глупостей.

Любовь просто есть. Уже сейчас. Уже внутри тебя. В неограниченном количестве. В самой лучшей форме. Осталось только найти в своём собственном сердце этот источник.

Перестань верить в то, что любовь нужно заслужить, заработать, завоевать, найти где-то вовне и удержать. Она не какая-то дешёвка, которую можно купить, выторговать, обменять. Любовь — это свет твоего собственного сердца, и другие люди, словно зеркала, отражают для тебя же твой собственный свет.

И когда ты поймёшь, чей это свет живёт внутри тебя, почувствуешь, что он приходит к тебе всегда в неограниченном количестве и безкорыстно, ты найдёшь этот источник и уже никогда больше не поверишь в земные игры и манипуляции «любовью». Ты поймёшь, что любви в этом нет. Настоящая любовь другая, и попробовав её вкус, ты больше никогда не согласишься на суррогаты.

**Ольга ВАЛЯЕВА**

<https://vk.com/tobewoman>



## Единственной, о любви мечтающей

*Мыслил о встрече с одиноким, около 40 лет, женщиной для жизни в поместье, и стала она приходить в снах не одна, а с дочкой лет семи, стройная, светловолосая, в длинном платье. Зовёт меня.*

*К мистике не склонен, но письмо в газету решил написать.*

*Мне 52 года, по гороскопу Дева, романтик, трудолюб, веду здоровый образ жизни. Остался без жены, детей вырастил.*

*План — жить в поместье в Ярославской или Владимирской области.*

*Вредных привычек не имею, всё нужное движимое и*

*недвижимое имущество есть.*

*Жизненные ценности — любовь, нежность, верность; люблю природу, книги, музыку, путешествия; нравиться заниматься садом-огородом.*

**Игорь**

[igorasadba@ya.ru](mailto:igorasadba@ya.ru)

**Наталья Заря**  
Краснодарский край

### Мне женщиною повезло родиться

Мне женщиною повезло родиться:  
Любить, мечтать, творить, детей рожать!  
Любимому во снах земных явиться,  
Чтоб встретиться, любимой ему стать!  
Дарить тепло, любовь свою и нежность,  
Его в делах, твореньях вдохновлять,  
Чтобы душою ощутил он вечность!  
Подругой нежной, доброй феей стать!  
Мне женщиною повезло родиться,  
Благословенье получить с Небес!  
В любимом всей душою раствориться,  
Осуществить мечту Твою, Творец!

### Живая сказка

А у нас в поместье чудеса:  
Аисты гнездо родное свили!  
Нас благословили небеса,  
Счастье подарив и изобилье!  
Кружатся над ласковой землёй,  
Пядь за пядью быстро облетая...  
Так и мы идём свой Путь земной,  
Всё вокруг себя преображая.  
И поместье наше день за днём  
Всё милей становится и краше:  
Мы живую сказку создаём,  
И Любовь живёт в поместье нашем.  
Домик, пруд, цветущий вешний сад,  
Ягодники, цветники, лужайки  
Радуют своей красою взгляд,  
Складываясь в дивную мозаику.

Мы с тобой, как прежде, молоды:  
Ведь душа от счастья молодеет!  
Дети наши родом из Мечты —  
Нас любовь своим дыханьем греет!  
О любви поёт наш милый сад,  
О любви нам говорят берёзки...  
И с небес, как капельки, летят  
Нежные серебряные росы.

### Дарите женщинам цветы!

С Весною женщин поздравляйте,  
Дарите женщинам цветы,  
Их лепестками осыпайте,  
Ведь женщины и есть цветы!  
Они цветут для вас, мужчины,  
Как самый дивный райский сад!  
Душистой розы и жасмина,  
Ласкают душу, сердце, взгляд.  
И красотой своей небесной  
Вас поднимают в Небеса.  
И льётся чистой, нежной песней  
Святая женская душа!

### Святое назначение

— Ты есть цветок, — Творец сказал, —  
Благоухающий, как роза.  
Ты совершенство, идеал,  
Ты из мечты Моей и грёзы!  
Ты есть начало всех начал  
И жизни вечной продолженье.  
Кто женщиной однажды стал —  
Познал святое назначение!

## Мужчинам на заметку

**Е**сть одна форма судьбы, которую женщине одной никогда не преодолеть. Никогда. Это судьба, приходящая через тяжёлые эмоциональные состояния, то есть страдания, причиняемые собственным умом. У нас в собственном уме, говорят Веды, хранится память огромных страданий, нескончаемых страданий, жизнь за жизнью. На протяжении сотен тысяч лет.

Да, там и счастье хранится тоже. Но в этом материальном мире перевес всё-таки оказывают проблемы, как бы мы ни старались надевать розовые очки. И поэтому эта память иногда так сильно начинает тяготить женщину тем, что этот мир — страшное место, что ей очень нужно, чтобы кто-то сказал: «Да, это твоя память, но это не значит, что это твоё будущее».

Дело не в формах, а в эмоциях. Какие самые тяжёлые эмоции? Эмоции страха, одиночества, что счастье можно потерять. Поэтому самый дорогой подарок женщине, когда мужчина говорит: «С сегодняшнего дня тебе больше нечего бояться этого материального мира и той памяти, которая время от времени поднимается у тебя в сердце, делая тебя совершенно беспомощной перед этим миром. Я буду теперь рядом с тобой, и мы вместе будем преодолевать твою прошлую судьбу».

На самом деле это то, что подразумевается под фразой «Стань, пожалуйста, моей женой». Это самый дорогой подарок женщине с точки зрения современной психологии и с точки зрения Вед. Проблема только в том, что нам, мужчинам, очень трудно это оценить.

Нам это непонятно. Знаете почему? Потому что никого из нас карма никогда так в угол настроениями не зажимала.

У мужчины это бы называлось так: «Сейчас взял бы и вышел в окно». Это примерно нормальное плохое женское настроение, чтобы мужчинам было понятно. Попробую смоделировать вам это состояние. Представьте, что вы пили безпробудно три месяца и, проснувшись однажды утром, узнали, что от вас ушла жена и вас уволили. И ещё — что Бога нет. Если сложить все эти вещи вместе, вот это обычное женское плохое настроение.

Поэтому самым дорогим подарком женщине является сделать ей предложение — осознанный шаг в том, чтобы принять ответственность. Объявить ей: «Я хочу о тебе заботиться». Вот что такое ответственность. Ответственность означает: «Я буду заботиться о тебе, как бы ни складывалась жизнь моя и твоя. У меня, может быть, будет не получаться, но я не прекращу заботиться ни при каких обстоятельствах».

**Руслан НАРУШЕВИЧ**

[https://vk.com/ya\\_slavyanka](https://vk.com/ya_slavyanka)





# Образ женщины-воительницы в кино — это бомба замедленного действия

**В** кино, начиная с середины 90-х годов, на первый план начали выходить женщины доселе необычного типа. Это были не домохозяйки, не труженицы колхоза, не медсёстры, а агрессивные воительницы, имеющие суперсилу и способности. Ей их хватало не просто «коня на скаку остановить», а наравне сражаться с мужчинами и даже спасать их. Образ суперженщины по мановению волшебной палочки начинает присутствовать везде: от детских мультфильмов до сериалов и полнометражного кино.

Кто-то скажет, что такие женщины существовали всегда, приводя в пример древних амазонок или героинь-ветеранов Великой Отечественной войны. Но рассматриваемые нами персонажи при внешней схожести их силы и ловкости кардинально отличаются друг от друга.

Героини Великой Отечественной, работая медсёстрами, связистками, а иногда разведчицами, побеждали не столько за счёт мускулов, сколько за счёт ума и огромной силы духа. И это подтверждено временем. Что касается амазонок, известно, что они тренировались с самого своего рождения...

А сейчас маленькая точёная женская фигурка может одним ударом своего кулачка сбить с ног вдвое превосходящего её по комплекции мужчину, который при нападении не может её никак ударить, потому что... промахивается. При этом по современной героине зачастую совсем не заметно, чтобы она занималась в спортзале или полжизни провела в монастыре Шаолиня. То есть самая обычная с виду женщина, чуть что, сразу начинает драться, как Брюс Ли («Холодное сердце», «Мстители», «Семейка Крудс», «Мистер и Миссис Смит», «Эон Флак» и т.п.).

## Чем это опасно

Мы привыкли смотреть на зрелищность красивой картинки, но при этом нисколько не задумываемся о том, насколько она опасна. Так, девушка может неадекватно рассчитать свою физическую силу и попасть в откровенно неприятную ситуацию, а с юноши таким образом снимается вековое табу, что «прекрасный пол нельзя бить».

В фильмах не показывается, что удары женщины и мужчины имеют кардинальную разницу по степени нанесения вреда противнику. Хотя любому, кто имеет представление о физиологии человека, понятно, что на одно и то же воздействие мужчины и женщины реагируют по-разному в силу физиологических отличий.

Несмотря на это, во многих современных «сказках для взрослых» героиня наделяется мистической силой («Обитель Зла», «Баффи», «Древние», «Зачарованные», «Бладрейн» и т.п.), которая позволяет ей сбить противника с ног одним ударом руки или ноги. Чего только стоит знаменитая сцена из фильма «Мистер и Миссис Смит», когда герой Бреда Питта, сбив свою жену с ног, нано-

сит ей, лежащей, несколько ударов ногой по животу. Если для парочки шпионов эта сцена через несколько экранных минут заканчивается бурным примирением, а героиня Анджелины Джоли при этом мгновенно почувствовала себя здоровой, бодрой и счастливой женщиной, то в реальной жизни одного такого удара может хватить, чтобы причинить даже крепкому мужчине неслабую травму. Что уж говорить об анатомии хрупкого женского тела?

Если бы мы говорили только о данном фильме, то можно было расценить подобную сцену как чудовищный «ляп», но, к сожалению, речь идёт уже о наглядно себя проявившей тенденции в современном кино.

## Агрессивная — значит, красивая?

Помимо того, что женщины стали показываться эдакой помесяю Джеки Чана и волшебника

ша? Нет. У таких «леди» в их характере даже близко нет качеств, необходимых для того, чтобы быть настоящей в хорошем смысле слова женщиной. При этом именно такой тип популяризуется через кино — тип агрессивной женщины с жёстким взглядом и оружием (магией) в руках.

Аналогичные тенденции уже стали мейнстримом и в компьютерных играх, где женщина-воин всегда облачена в «бронелифчик» и подобные костюмы, которые совершенно не подходят для защиты и брони, зато отлично подчёркивают сексуально прорисованные формы героини, вызывая определённые ассоциации и чувства.

## Не агрессивная — значит, «клуша»?

Благодаря современному кино и подмене основных понятий о роли и назначении мужчин и женщин, сегодня агрессивная женщина-воин становится эталоном кра-

Не могут быть два лидера, два бойца, воителя в одной семье. Американское кино кроме образа сильной женщины являет ещё и образ слабого мужчины.

Можно вспомнить сериалы: «Зена — Королева Воинов», «Женщина-Кошка», «Бандитки», «Однажды в сказке» и пр., где рядом с физически и морально сильными женщинами присутствуют настолько же слабые мужчины, которые не могут не только защитить от опасности своих жен-

ло смелости становиться добровольной приманкой для убийцы, а у мужчины её не наблюдалось, чтобы во время борьбы со злодеем защищать покой своей прекрасной половины.

Можете себе представить, чтобы в старинных сказках принц отвлек дракона собственной невестой — красавицей-принцессой. Естественно, нет, поскольку в таком случае принц лишается своего главного качества архетипического героя — мужествен-



щин, но и сами нуждаются в крепком плече подруги.

Наглядный пример — телесериал «Баффи»: из четвёрки всегда действующих главных героев — две женщины и двое мужчин. Оба представителя сильного пола физически уступают дамам, ибо являются просто людьми, да и как личности гораздо проигрывают женщинам — ведьмам и истребительницам вампиров по совместительству.

Баффи — смелая, решительная, рискующая жизнью каждый день ради своего долга, верная подруга и сильная личность. Её друг Ксандер — труслив, что является частым поводом для шуток в сериале; способен на мелкие интриги, а также на то, чтобы бросить невесту у алтаря по причине надуманных страхов.

Аналогичная ситуация и в последних «Звёздных Войнах»: Рей — девушка с проснувшейся силой джедая, её возлюбленный — предатель, сбжавший с войны. Герой, откровенно прячущийся за женской юбкой от любых неприятностей, не только не осуждается остальными персонажами, но наоборот, его поведение показывается нормальным и естественным благодаря искусственному сюжету, где именно женщина обладает физической и моральной силой, а он — нет.

Для героя нового «Призрака Оперы» Рауля было нормально подставлять свою женщину, используя её как приманку для злодея, увлечённого ею. Так же поступил и Тайлер из «Дневников вампира». То есть женщине хвата-

ности. В такой испорченной сказке героем становится принцесса, готовая рискнуть головой ради любимого, а принцу нужно всего лишь тихо спрятаться и вовремя взмахнуть мечом.

## Мужчины и женщины меняются ролями. К чему это может привести?

Пугающее влияние образа суперсильной и агрессивной женщины очень велико. Во-первых, представительницам прекрасного пола внушается, что мужчинам доверять вовсе не нужно, сильному же — что нет ничего плохого в том, чтобы... быть слабее девушек. Таким образом, благодаря тенденциям в современном кино понятия женственности и мужественности меняются местами. Но если девушкам и юношам привить не свойственные им роли, тогда одни перестанут рожать детей, а другие не станут защищать Родину: а зачем?

Конечно, в неких экстремальных условиях и женщина может встать на защиту Родины с оружием в руках (таких исторических примеров тоже много), а мужчина какой-то период времени сидеть дома и воспитывать детей. Но это может быть только в качестве исключения из правил и вынужденной меры, а не навязываемой нормы.

Елизавета КВАСНЮК,  
Татьяна МАЛОВСКАЯ  
<https://whatisgood.ru>

# Путешествие в информационное поле

Имени этого человека я не назову. Скажу лишь, что во время боевых действий в Афганистане он служил в разведке, занимался выявлением намерений отрядов моджахедов. Был в его арсенале интересный метод получения информации, который иначе как мистическим не назовёшь. Внешне это выглядело до банальности просто. Он садился перед большой, во всю стену, картой Афганистана и начинал пристально в неё вглядываться. А через какое-то время сообщал: на таком-то участке через такое-то время «духи» предпримут попытку вторжения, численность отряда примерно такая-то.

Прогнозы в большинстве случаев сбывались, и «духи» нарывались на хорошо устроенную засаду... Вот о таком странном способе получения информации и хотелось бы поговорить.

Состояния сознания, в которых человек вдруг начинает улавливать информацию, недоступную нашим органам чувств, известны давно. Но только в последнее время они стали предметом пристального внимания учёных. Всё чаще их привлекают те редкие минуты, когда окружающее вдруг становится для человека неинтересным, неважным. Случается это, когда он целиком поглощён чем-то одним: решением жизненно важной проблемы, творческой задачей, созерцанием прекрасного... В эти мгновения сознание нередко переходит в особый режим работы. Обычно чёткая грань между человеком и тем, на чём было сосредоточено его внимание, вдруг стирается, исчезает. Стоит захотеть познать что-то — и он становится этим «другим»: будь то молекула, живая клетка или Вселенная.

Пережившие такой опыт рассказывают, что в эти «благословенные минуты» идеи, образы, слова приходят без усилий, сами собой, будто льются из какого-то неведомого источника. В одном из своих писем Моцарт признавался, что в те моменты, когда на него «снисходило вдохновение», ему надо было просто записывать готовые произведения. «Как и откуда они приходят? Я не знаю и никак не причастен к этому... Композиция приходит ко мне... во всей своей полноте, сразу — так, что моё воображение позволяет мне услышать её целиком». То же самое, хотя и другими словами, говорил наш современник Альфред Шнитке. Подобным же образом получено немало и научных идей. Прозрения Декарта, Эдисона, Гельмгольца, Менделеева. Психологи отмечают, что открытия в математике совершаются в форме озарений, где не участвуют ни слова, ни собственно математические символы. Лишь потом, когда уже всё понятно, учёный переводит новое знание в привычную знаковую систему.

О своём озарении, о том, как после многолетних неудач его вдруг осенило доказательство теоремы целых чисел, поведал знаменитый немецкий математик Карл Гаусс (1777–1855): «Решение

промелькнуло в моём мозгу как внезапная вспышка молнии. Я не могу сказать, что явилось связующей нитью, соединившей мои прошлые знания с мыслью, которая натолкнула меня на верное решение». В памяти людей остаётся ошеломляющее впечатление от погружения в какую-то бездну смыслов, а ещё потрясение от неизъяснимого восторга, блаженства. «В сравнении с этим Состоянием даже самое приятное наслаждение есть несчастье», — делится своим опытом американский профессор математики и философии Франклин Меррелл-Вольф. Именно такие состояния позволяют людям, далёким от науки, познать то, до чего ещё не додумались учёные мужи.



Так, в 1984 году известный английский физик-теоретик Пол Девис пришёл к выводу: «В дополнение к трём пространственным измерениям и одному временно-му, которые мы воспринимаем в повседневной жизни, существует ещё семь измерений, которые до сих пор никем замечены не были». Это заявление было сенсацией. Однако учёный ошибался: за четверть века до него шестимерное пространство Земли уже описал в «Розе мира» русский поэт Даниил Андреев. И это было не единственным «предзнаменованием» русского провидца. Пожалуй, одним из первых он рассказал и о многомерности времени.

## Идеи носят в воздухе

Вот как описывает свою методику разведчик, с которого мы начали рассказ: «От пристального вглядывания в карту устаёшь настолько, что глаза начинают слезиться. А через некоторое время карта вдруг начинает «оживать»: её отдельные участки как бы плывут, смещаются, на фоне нарисованных пустынь и горных рельефов появляются прозрачные энергетические сгустки, они пульсируют, двигаются... Я знаю, это скопления вооружённых людей. Я вижу, куда они направляются. Каким-то шестым чувством понимаю, какова их численность, как они вооружены, когда произойдёт их вторжение... Немного пере-

настраиваю мозг и вижу, есть ли поблизости наши подразделения, смогут ли они противостоять готовящейся акции...» В данном случае происходит вполне сознательное считывание информации. Но чаще всего подобные подключения происходят спонтанно и человеком вообще не осознаются: ему кажется, что он единственный автор своей идеи.

История знает массу примеров того, как к одному и тому же решению одновременно приходили люди в разных частях света. Хорошо известна тяжба двух изобретателей радио: Александра Степановича Попова и Гульельмо Маркони. А изобретатель телефона Александр Грейам Белл в 1876 году опередил своих конкурентов

и выяснил его местонахождение. Уникальность ситуации была в том, что ограбление ещё не произошло: оно было спланировано на завтра. Преступник его долго и тщательно продумывал, несколько раз побывал в той сберкассе, неоднократно мысленно проигрывал все детали...»

Откуда наш разведчик и другие визионеры черпают уникальные сведения? Возможно, это то самое информационное поле Земли (ноосфера, «тонкий» мир), о котором сегодня всё чаще говорят весьма солидные учёные.

Этот информационный мир нашей планеты на современном языке вполне можно назвать виртуальным, причём в прямом смысле этого слова. Ведь «виртуаль-

ного» — буквально с латинского «возможный», то есть содержащий различные варианты развития ситуаций, в том числе и тех, которые уже никогда не реализуются. В этом смысле наш физический мир — это тот участок единого энергоинформационного поля Вселенной, где происходит реализация того или иного варианта. Сегодня многие учёные исходят из того, что виртуальный (тонкий) мир реально существует и содержит колоссальные объёмы информации: о прошлом и настоящем, о возможных вариантах будущего, об идеях, творческих замыслах, тайных планах...

Они полагают, что в этот тонкий мир можно проникнуть. И как заманчиво было бы в совершенстве овладеть методами сознательного и «прицельного» проникновения туда!

Они полагают, что в этот тонкий мир можно проникнуть. И как заманчиво было бы в совершенстве овладеть методами сознательного и «прицельного» проникновения туда!

Они полагают, что в этот тонкий мир можно проникнуть. И как заманчиво было бы в совершенстве овладеть методами сознательного и «прицельного» проникновения туда!

## Кто заглянул за занавес?

Говорить, что с изменёнными состояниями сознания (ИСС) уже разобрались, преждевременно, но кое-что понемногу открывается. К примеру, что ИСС — не такое уж редкое явление. Исследования, проведённые профессором В.В. Налимовым, выявили, что 80–85% людей при определённых условиях входят в ИСС. В экспериментах доктора Чарльза Мак Грири (Институт психологических исследований Оксфордского университета) при блокировке всех

сенсорных раздражителей из 100 человек 80 погружались в ИСС. Уже выделен и описан целый ряд закономерностей, характерных для подобных состояний сознания: так называемый «выход из тела», сдвиг порогов восприятия, спонтанное появление визуальных образов, изменённое восприятие времени и другие трансперсональные (буквально «переходящие границы личности») явления.

Из рассказа руководителя Международного центра исследования сознания, академика О.И. Коёкиной: «Нами были выделены те общие признаки ИСС, при которых наблюдалось яркое, не менее очевидное, чем в обычной реальности, восприятие образов «иных» миров, «иных» пространственно-временных соотношений, как правило, с телепатическим общением с «иными» сущностями. В некоторых случаях «путешествия» в ИСС ограничивались как бы только пространственными перемещениями на несколько километров от места проведения исследования, например, в пределах Москвы. А иногда это были «перелёты» в другие города, находящиеся на удалении в тысячи километров. В других вариантах совершались «экскурсии во времени» к историческим событиям, происходившим несколько веков тому назад, которые воспроизводились в памяти и в последующих отчётах так же, как и текущая реальность... Все участники исследования по возвращении в обычное состояние сознания утверждали, что они не были в состоянии обычного сна и что они в действительности наблюдали иные реальности, общались с сущностями иных миров».

Конечно, у добросовестных исследователей остаётся много вопросов, ведь далеко не всю получаемую в ИСС информацию можно перепроверить. Что, если рассказы визионеров — лишь плод их фантазии, а их состояния — субъективные ощущения? Вот если бы ИСС подтверждались объективными данными...

О.И. Коёкина поставила под безстрастный контроль биоритмы мозга и точки акупунктурных меридианов. С помощью сверхчувствительной аппаратуры и новейших компьютерных методов обработки электроэнцефалограмм выяснилось, что в момент погружения человека в ИСС в глубинных структурах его мозга появляются необычные электрические волны. А в точках акупунктуры наблюдается быстрое скачкообразное изменение показателей, говорящее о «резком сдвиге физиологических процессов практически всех органов и систем».

Результаты, подтверждающие реальность ИСС, правда, иными методами, были получены и другими российскими учёными. Но это только начало пути. Исследователям предстоит ответить на массу вопросов. Где находится источник информации, которую черпает человек в ИСС? В каком виде она хранится, каким способом кодируется? Каким образом человек без участия привычных органов чувств воспринимает её и расшифровывает? Ответов ещё нет, уже есть гипотезы. Большинство из них сводится к тому, что в основе механизма сознания лежит полевое взаимодействие с некими информационными структурами. Полагают, что эти полевые фантомы — носители мыслеобразов, идей — после своего возникновения способны долгое время сохраняться в физическом вакууме.

Доктор медицинских наук



А.М. Степанов считает, что особенность этих структур — их чрезвычайная информационная ёмкость, а также то, что они могут исключительно быстро восприниматься и обрабатываться нашим сознанием. С этих позиций наше сознание выглядит как полевое образование, которое не только принимает информацию извне, но и само генерирует и транслирует её в окружающий мир. А нейронные сети мозга — «аппаратурная часть» этого приёмопередатчика, постоянно меняющая свою конфигурацию, динамичная...

## Проблемы и заголовки

На повестку дня уже ставятся практические вопросы. Во-первых, это разработка надёжных методов подключения к информационному полю. Ведь людей, умеющих сознательно делать это, не так уж много. И эти самородки, как правило, не являются специалистами в той области знаний, откуда требуется получить сведения. Даже если они что-то и «подсмотрят», то не смогут понять смысла увиденного: текста, схемы, формулы, конструкции. Нужны методы, позволяющие проникать в информационные «тайники» не только избранным уникам, но и обычным специалистам. Большая проблема — точность настройки. «Заброска» в информационное поле часто похожа на присказку: «Пойди туда, не знаю куда. Принеси то, не знаю что». Приносят. Правда, «подсмотренные» события часто невозможно привязать ни ко времени, ни к конкретному месту. И потому их информационная ценность нередко близка к нулю.

Есть и другие проблемы. В частности, помехоустойчивость и оценка достоверности полученной информации. Ведь запустить «дезу» в информационное поле совсем несложно. Важно очень правильно истолковать символы, воспринятые визионером из «банка смыслов».

Есть ещё одна заголовка. Даже когда человек смог понять смысл увиденного, ему не всегда удаётся перевести его в понятную для других людей форму. Знание, полученное в «иных мирах», — особого рода. Это знание-переживание. Его невозможно точно перевести в словесную форму даже тем, кто обладает литературным даром. Как сказал в своё время Виктор Шкловский, «трудно объяснить человеку вкус дыни, если он всю жизнь жевал обувные шнурки...»

И ещё одна преграда, стоящая перед исследователями ИСС. Несмотря на то, что наука трансперсональные состояния сознания уже не рассматривает как нечто патологическое и даже считает необходимым условием творчества, осторожное отношение к «мистическим» формам познания остаётся. Оно имеет исторические, почти генетические корни. А ведь если удастся понять, каким образом человек улавливает недостижимую информацию и обрабатывает её, могут произойти кардинальные прорывы во всех областях жизни и, конечно же, в компьютерных технологиях. Кроме того, можно было бы предвидеть природные и техногенные катаклизмы, проникать в тайные замыслы противника. Это важно для сегодняшнего мира.

**Виталий ПРАВДИЦЕВ,**  
кандидат технических наук  
в области искусственного  
интеллекта  
<https://nowimir.ru>

# Где живёт душа



Чтобы понять, где живёт душа, надо многое рассказать-объяснить. И начать нужно издалека...

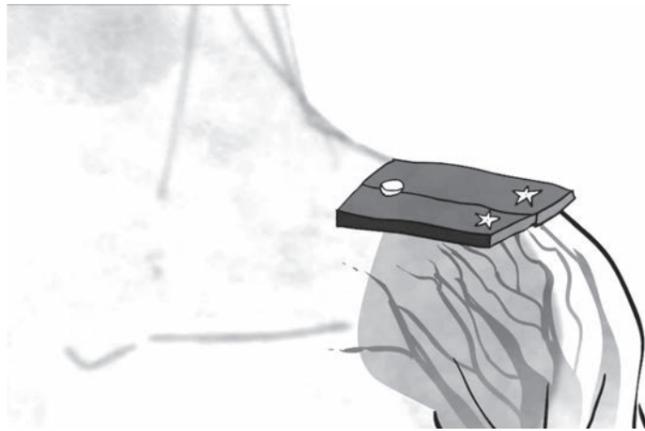
Слово «балык» в русском языке — это не просто рыба, а солёная и вяленая рыба. Бывает, так ещё называют копчёную рыбу.

Русские слова «балык» и «вялить» есть слова одного извода. Балыком в русском языке называют не любую солёную и вяленую рыбу, а только вяленую белугу, севрюгу, горбушу и ещё некоторые рыбы. Причём балыком называется не вся рыба, а только её хребет-позвоночник и всё мясо, что находится рядом с ним, только спинка крупных рыб.

Спина хребта рыбы и любого животного есть её несущая балка.

Напомним, что в русском языке не было слов, начинающихся на букву «б». Перед ней во всех сло-

ренняя часть головного мозга. И к позвоночнику относятся все пустоты в лицевых костях черепа: так называемые лицевые пазухи — лобные, клиновидные, гайморовы... Эти пазухи имеют немного разные назначения, но все они помимо



вах обязательно стоят ещё какие-то буквы, которые по разным причинам не читаются. Чаще всего в словах перед ней стоят буквы «м» или «е».

Соединение букв «мб» может читаться как буква «пха», которая во многих словах упростилась в букву «п». По этой причине слова «балка» и «палка» есть слова одного извода. И слово «балык» может быть словом «пхалык», а слово «пхалык» — удивляйтесь, сколько хотите, сколько сможете — есть сокращение длинного слова «позвоночник»!

Слово «позвоночник» происходит от слова «звоночник» с приставкой «по», а это значит, что часть тела, которая называется позвоночник, следует прямо за частью, которая называется звоночник...

Да, вот такое слово — «звоночник», которым почти не пользовались. Слово «звоночник» связано со словами «звено», «звонить», «звон» и со многими другими словами этого извода.

В Ясне звоночник есть внут-

на. К ней относятся небо во рту, шея и ...думаете плечи? Нет, не плечи! Сейчас мы часто называем плечами те места, где люди военные носят погоны. Но нет, эти места плечами не называются. Настоящее их название и есть... погоны!

Плечами же называются самые начальные части рук. Да, обычно плечом мы называем не верхнюю часть руки, а часть туловища от шеи до руки. Но если идти от шеи к руке, то сначала следует погон, затем — плечо, плечевая часть руки, затем следует предплечье, а дальше — кисть руки.

Кстати, наши предки руку человека считали рекой. И в другую сторону по руке эта река течёт так: пальцы — это маленькие горные ручьи и ручейки. Эти все ручейки и ручьи стекаются-сливаются в ладонь-ладугу, и затем эта река течёт к телу. Дальше она течёт предплечьем, ещё дальше — плечом и, наконец, притекает к погону.



Река впадает в море своей треугольной дельтой, а рука впадает в тело своей треугольной дельтовидной мышцей. Дельтовидная мышца находится перед погоном, а дельта — это такая буква греческого, то есть жреческого, алфавита, которая имеет вид треугольника. Если же в слове «дельта» русскую букву «д» читать как состав букв «пл», то получится слово «плельта». Вот от слова «плельта» и происходит слово «плечо».

Сейчас в слове «плечо» не пишется и не читается пропущенная буква «л». Исходно в более полном виде это слово есть слово «плельчо».

Так получается: за частью, которая может называться звоночник и по-другому называется душой, следует часть тела, состав которой есть небо во рту, шея и погоны. И к погонам ещё прилежит самый верх лопаток. По правилам русского языка, часть тела шея с погонами может получить название от предыдущей части с помощью приставки «по». В связи с этим часть тела, следующая за ду-

шой-звоночком, получила название позвоночник. Позвоночником исходно называется шея. По-другому сказать, именно состав позвонков шеи и есть позвоночник.

Сейчас, однако, мы позвоночником называем всю цепь позвонков от головы до копчика. Так мы говорим оттого, что следующая часть тела — спина — на самом деле исходно называлась не позвоночник, а пропозвоночник. То есть спина держится на пропозвоночнике. Но слово «пропозвоночник» — это слишком длинно, и все говорят просто «позвоночник».

И вообще позвоночником у нас стала называться вся цепь позвонков от головы до ног. Да, вот такое у нас в языке есть положение: если какой-то части тела нужно дать название от названия предыдущей части, то для этого к названию предыдущей части нужно добавить приставку «по», а если от неё же нужно назвать ещё и более далёкую следующую часть, то к её названию нужны уже две приставки — «про» и «по». Проще сказать, следующая часть называется с приставкой «по», а следующая за следующей часть — с приставкой «пропо».

Значит, если за звоночком следует шея, то она есть позвоночник, а дальше, за шеей, спина — это уже пропозвоночник.

Мы очень подробно объясняем положение вещей, но это необходимо для того, чтобы стало понятным сказанное далее.

Со словом «звоночник» связаны не только слова «звон» и «звонить», а ещё «звать» и «звание». Дело в том, что имя человека содержится в его душе. Так говорит Ясна. И это очень важное обстоятельство. Именно душа знает, каково имя человека, в теле которого она находится. И именно она на имя откликается.

Так живут и все животные. Имя, которое животному дал человек, оно носит в своей душе. Только душой все отзываются на своё имя. Именно в душе живёт «Я».

В древние времена, когда новорождённому давали имя, вместе с ним дарили особое белое украшенное расшитое полотенце, которое называлось рушник. Слово «рушник» происходит от слова «рухъа». Слово «рухъа» есть сокращение слова «идухъа», которое по некоторым правилам читается «душа». И слово «идухъа» в свою очередь есть сокращение слова «иманухъа», которое в другом сокращении читается как «ИМЯ».

Таким образом, русские слова «рушник», «рухъа», «душа» и «ИМЯ» есть слова одного извода. И слово «рушник» можно читать как «душник».

На рушнике вышивали полное имя, которое получал новорождённый и которое носил всю свою жизнь.

Я отчётливо вспомнил, как это было... Как громко и задорно заиграл канкан, как свет прожекторов ударил в сторону саркофага, как крышка гроба радушно распахнулась, и на ситцевой обивке мигающими лампочками вырисовалась надпись: «Вход свободен!». Откуда ни возьмись, вокруг стали собираться толпы зевак.

— Что там? Что? — срывалось с любопытных уст.

— Я слышала, там сегодня выступает какой-то модный диджей.

— А мне сказали, что всем пришедшим в подарок дают бутылку пива.

— Обещали стриптиз и призы!

— Каждому ребёнку чупа-чупс и колу!

— Кино про супермена!

— Мультки!

— Гамбургеры!

— Жвачки!

— Ток-шоу!

— Компьютерные игры!

— Акции!

— Казино!

— Распродажа!

— Здесь вы найдёте всё! — слышался изнутри ласковый женский голос. О, этот голос! Он был одновременно сладкий, липкий, заискивающий и в то же время с лёгкими, но отчётливыми командирскими нотками.

Толпа бросилась ко входу. Мне хотелось немедленно уйти прочь, но было уже слишком поздно, я недооценил силу рекламы. Слово маленького мальчика, меня подхватил живой поток из людей, мечтавших поскорее попасть в ящик. Поток этот сделался настолько огромным, что, как я ни сопротивлялся, уже через минуту общим течением оказался внутри.

К моему удивлению, там было довольно просторно. Почему-то в тот момент мне подумалось, что здесь мог бы вместиться весь мир. Из полумрака по мере привыкания мои глаза стали замечать растущие ряды зрительских кресел, как в кино или театре, только именные, с табличками и маленькими крестами на вершине. Каждое было украшено пышным венком: «От друзей», «От коллег» или «От родных».

— Расслабьтесь и ни о чём не переживайте, места хватит всем! — на большом стереоэкране приветливо встречала вошедших симпатичная девушка-утилизатор, в чёрном балахоне и с неестественной модельной худобой. — Тут всё только для вас: секс, наркотики и рок-н-ролл. Живи ярко — умри быстро. Жизнь слишком коротка, и нужно оторваться по максимуму. Рассаживайтесь по местам, мои дорогие, и наслаждайтесь!

— Скажите, а клоуны будут?

— А футбол?

— Какой же геноцид без клоунов и футбола?.. Эй, мужчина, а вы куда пришли?! Ай-ай-ай, посмотрите-ка на него!

В зале раздался общий смех, все обернулись на какого-то смутившегося интеллигента, резко отличавшегося внешним видом от основной публики.

— Ещё и книги в сумке, какой стыд! Вот что значит быть не в тренде! Выведите его вон! — приказала утилизатор. — Это приличное место! Здесь нужно соблюдать дресскод. Вставьте наушники, возьмите жвачку, наденьте рваные джинсы и мини-юбки. Будьте как все. Побольше иностранных надписей на одежде, а лучше на коже. Вот так! «Никакой гигиены, для славян только табак и водка», да не толкайтесь вы так, все поместится... Сначала толпа продвигалась медленно. Многие, как и я, были

затащены сюда общим скопом и недовольно озирались по сторонам. Чтобы мы не смотрели в сторону выхода, утилизаторы нам, как домашним животным, стали кидать колу, пиво, чипсы, жвачку, сладости, показывали глупые фокусы и рассказывали пошлые анекдоты. Скучившим тут же в руки совали глянцево-журналы с обнажёнными девицами. Сонные рожи довольно расплзались в развратных улыбках. На экране в одном неменяющемся кадре носились супермены, бэтмены, челоуеки-пауки, по-прежнему громко играл канкан, невероятно реалистично взрывали, убивали, резали и насиловали.

После очередного киношно-

— С радостью, — улыбнулась девица ослепительно-белыми зубами и протянула длиннющий преискуртант. — Расслабьтесь, просто будьте как все. Для начала выберите свою марку сигарет. Большинство начинает именно так. Вот от этих вы умрёте очень быстро. А вот от этих... от этих вы умрёте тоже быстро, но у них сияющая коробочка. А эти, ментоловые, для девочек.

— И мне синенькую! — нетерпеливо закричал кто-то рядом.

— И мне ментоловую! — слышался капризный женский голос.

— Поторопитесь, видите, сколько уже желающих, — предупредила утилизатор.

час жертвы платят нам сами.

После этих слов девушка захотела ещё громче таким звонким и заразительным смехом, что невольно в ответ засмеялся и я сам, и, пока я глупо хихикал непонятно чему, утилизатор ловким движением достала из недр своего балахона розовые видеоочки с широкодюймовым виртуальным 3D-экраном. Наушники уже были вмонтированы прямо в них. Надев на меня окуляры, она вставила в боковой разъем банковскую карту. Перед глазами быстро замелькали цифры. «Наслаждайтесь шоу!» — последнее, что я услышал, прежде чем окончательно потерял связь с действительностью.

Уже через минуту я увидел не-

— То ли ещё будет, — улыбка пропала с бледного лица продавщицы, голос принял деловой тон. — Так, с телом решили. Процесс уже запущен. Алгоритм следующий, значит, смотрите: в 16 — пиво и сигареты, в 20 — водка, в 30 — боярышник. Очень скоро вам понадобятся наши разнообразнейшие таблеточки. Не беспокойтесь, их у нас тоже хватает. Итак, ваш заказ: алкоголь, сигареты, таблетки, отравленная пища, сахар, малоподвижный образ жизни. Довольно стандартный пакет услуг. Кредит брать будете?

— Нет, спасибо.

— У нас сегодня акция!

— Я воздержусь.

— Тогда дожидайтесь. Цирроз, диабет, панкреатит или рак, — девушка бегло взглянула на наручные часы. — Ваша смерть будет предположительно в 37. Возможно, даже раньше, если постараетесь. Статистика несчастных случаев, а также вероятность умереть в пьяной драке возросла в сотни раз. Вот смотрите график. У вас хорошие показатели. В общем, с телом решено. Что будем делать с душой?

— А вы и душу будете... того?

— Естественно! — удивилась утилизатор. — В первую очередь будем! Дело это небыстрое, поэтому с неё и начнём. И потом, как мы, по-вашему, будем всё время направлять вас по спланированному пути? Как показывает практика, по мере приближения недобросовестные клиенты начинают всячески сопротивляться утилизации. Без души будет гораздо легче и вам, и нам. Никаких лишних чувств: ни боли, ни страдания, ни любви, ни мук угрызений совести и всего того, что всю жизнь мешало вам получать удовольствия и быть счастливым. Ведь в жизни главное — быть счастливым, не так ли?..

— Извините, — увлечённо перебил девушку мой сосед по креслу, он был так же, как и я, в розовых 3D-очках и связан, но измождённый вид указывал на то, что находился он тут явно дольше других. — Здесь всё так дорого, у меня совсем не осталось денег, — посетовал он. — Не могли бы вы утилизировать меня в долг?

— Конечно! Специально для вас у нас разработана целая кредитно-финансовая система.

— А гарантии какие?

— Ещё никто не жаловался, такие проценты убивают в считанные годы любую экономику и даже самую тяжёлую промышленность. Ссудами мы утилизируем целые государства, что уж говорить о каком-то... ха-ха-ха... Вас! — Ух ты, где подписать!

— Не двигайтесь, бригада наших юристов уже направляется к вам.

Человек успокоился и откинулся в кресле.

— А вы? — девица вопросительно посмотрела на меня. — Кредит сократит вам жизнь даже сильнее, чем боярышник. А в совокупности...

— Я подумаю.

— Ну-ну...

Работница достала из своего балахона пульт от телевизора и нажала на кнопку. Утилизация души началась. От такой скорости я вжался в кресло, не в силах пошевелиться.

— Мы подключили вам ТНТ, криминальные передачи, ток-шоу, сериалы, убийства, насилие, измены, пошлость... Наслаждайтесь!

— Знаете... как-то мне не по нраву всё это... — я сделал попытку встать, но уже слишком «влип».

— Так только поначалу, это бы-

# Утилизаторы

## Современные технологии сокращения населения



го взрыва зал ярко озарился, и я вдруг увидел своё кресло. Ошибки быть не могло. Даты и фото совпадали.

«Свободная касса!» — не успел я присесть, как ко мне подбежала шустрая девушка, работник утилизации. На её треугольном бейдже был изображён знак компании: заточенная коса. Слово стюардесса перед полётом, консультант торопливо затараторила заученный наизуток текст:

— Уважаемый пассажир, сядьте ровно и пристегните ремни. Во время утилизации запрещается пользоваться созидательной литературой, критически мыслить, выключать телевизор и покидать кресло. Спасибо.

Меня тут же крепко привязали к сидению телевизионным кабелем, шнурами от компьютера, от зарядного устройства и многим чем ещё.

— Итак, начнём, — сказала утилизатор. — Как предпочитаете умереть?

— Не знаю, я в первый раз... Может быть, вы что-нибудь посоветуете?

Я в спешке тыкал, почти не глядя по сенсорному экрану, выбирая «свои» любимые сигареты, пиво, сухарики, одежду, журналы, актёров, набор шуток, фраз, музыку, фильмы, сериалы, мнения, убеждения, веру — всё, что я так люблю, всё, что мне дорого, всё, ради чего жил и за что готов был отдать здоровье и даже пойти на смерть.

— Отличный выбор! — механически, сквозь улыбку шипела утилизатор всякий раз, когда я делал очередной заказ.

— Какой замечательный сервис! — поразился я, закончив оформление. — Признаться, я, грешным делом, думал, что тут будут расстрелы, газовые камеры, пытки, виселицы... А здесь все такие милые!

— Ну что вы! — рассмеялась моя новая подруга. — Мы же не в прошлом веке. Мы идём в ногу со временем. Сегодня от одного только алкоголя в вашей стране утилизируется около миллиона человек в год. Газовые камеры в наше время слишком неэффективные и затратные средства, сей-

вероятно красивую картинку, буд-то живу в какой-то прекрасной независимой стране, где все заботились обо мне и желали только блага. В этой онлайн-реальности все работали исключительно на меня: корпорации видеоигр, разработчики айфон, эппл, алкогольные, табачные и фармацевтические компании, Голливуд, телевидение, интернет, доставка готовой вкусной и сладкой еды в ярких упаковках, супермаркеты, которые были повсюду. И я, я, я — был центром этого торгово-развлекательного мира! Я словно попал в сказку, и я был в ней королём. Все наперебой вежливо здоровались со мной: «Добрый день! Что желаете заказать?», «Отличный выбор!», «Спасибо за покупку, удачного дня!», «Приходите ещё!». Всё буквально светилось в заискивающих улыбочках. В одной из них я угадал знакомую девушку-утилизатора. Она сидела на кассе Макдоналдса.

— Ну как, понравилось?

— Да! — восторженно прошептал я и вдруг снова обнаружил себя привязанным в кресле.



# Краеугольные горы

стро пройдёт, — ласково успокоила консультант. — Чтобы не мучила совесть, наши профессиональные СМИ убедят вас, что это нормально.

— А это нормально?

На экране появилась женщина в медицинском халате: «Это — норма!» — компетентно подтвердила она.

— Ну... Тогда ладно...

— Чтобы у вас не болела душа, мы сделаем анестезию тройной дозой быдло-юмористических передач, под них рекомендуется пиво с чипсами, и вы даже не заметите, как утилизируетесь. Сладких снов!

— Может, ну его?.. — я всё ещё сомневался.

— Оставайтесь с нами, не переключайтесь! — пригрозил кулаком какой-то тип в экране.

Очень скоро я от него узнал, что вокруг меня одни негодяи, враги, коррупционеры, аферисты, изменники, извращенцы, канныбалы, сектанты, больные дети, нищие старики, террористы...

— Хватит! — закричал я... — Хватит! Хватит! — Но даже сам не расслышал себя в шуме этого балагана.

— Не переключайтесь!.. Не переключайтесь!.. Не переключайтесь!!! — снова и снова повторял со всех телеканалов ведущий с разными голосами и внешностями, и, хоть каждый раз он представлялся новым именем, на уровне подсознания я был уверен — это был один и тот же хитрый тип. Многоликий обычно появлялся в деловом пиджаке и галстуке. Очень культурный! Он и всех нас взялся учить по чуть-чуть культуре. Сначала по его примеру чуть-чуть культурно мы стали травить себя алкоголем. Затем часть публики пустилась по чуть-чуть обманывать, изменять и воровать. Некоторые под его воздействием даже начали культурно убивать друг друга. «Это — норма!» — тысячи раз повторялось с экрана. Потом оказалось, что мат и жаргон — это тоже такая особая культура, равно как и татуировки, рваньё, извращения и прочие «культурные» веяния. Скоро мы стали очень культурными людьми.

А многоликий по-прежнему рассказывал нам, что модно, а что фу-фу-фу, что правильно, а что нетолерантно, во что и как нам верить. «Не переключайтесь!» От него мы узнали свои предпочтения, взгляды и мнения. «Не переключайтесь!» С каждым ток-шоу он создавал новых нас. «Не переключайтесь!» Разбирал и заново собирал. Играл нашими мозгами, как кубиком Рубика. «Не переключайтесь!» Вскоре мы отказались от своей культуры и истории. Классическая музыка и литература для нас больше не существовали. Слово «Родина» больше не вызывало трепетных чувств. Далее мы массово перестали заводить семьи. Нет. Нам об этом не говорилось прямо (утилизаторы вообще редко говорят прямо). Но есть же вещи, которые понятны сами по себе. Страшно растить детей, когда всё так дорого и нестабильно, когда вокруг нищета, наркомания, криминал, вооружённые конфликты, эпидемии и прочие утиль-шоу. Достаточно хоть раз посмотреть новости, чтобы уяснить эти очевидности. Дети — капризные, жестокие, неблагодарные. Куда лучше спокойно попить пивка после работы или резаться в танчики до самого утра.

Нескончаемые сериалы, игры и мемчики стали нашей настоящей семьёй.

**Отрывок из рассказа  
Тоха Ха «Утилизаторы»**

**К**огда мы говорим о северо-восточно-европейских возвышенностях, входящих в систему широтных поднятий, делящих реки на текущие к северу и текущие к югу, во II веке Клавдием Птолемеем названных Гиперборейскими, мы должны отчётливо представлять себе, что это весьма многочисленные географические объекты. На Кольском полуострове и в Карелии это Пахты, Хибини, Кандалакские горы, Колвицкие горы, Терские Кейвы, Кейвы, Дивья, Муромская гора, Белая гора, Земляные горы, Земной пояс (Манселька). От Карелии до Мезени — Беломорские, Летние, Шемоховские, Ветренный пояс, Кийская сопка, Поклонная, Мани-горы, Пермгорье, Гиманская гора, Дятловы горы, Жары, Красная гора, Пильи горы, Кульские горы, Зимние горы, Орлецкие горы, Андомская гора, Турьи горы, Святые горы, Синие горы, Лов-гора, Канинский Камень.

На востоке: Карповский камень, Осминский, Лялинский камень, Нарато-Итвинский кряж, Хребет Неро-Хой, Харнес, Хара, Харага, Чувальский камень, Убышкин камень, Тиманский камень, Шудинский, Когринский, Золотой, Железный камень, Кваркуш, Печорский камень, Денежкин камень, Цепины горы, Хайминский камень, Вятский Увал, Сибирские горы (Земной камень), Пай-Хой, Шемаханские горы, Брусняные горы, Пармы. И это ещё не весь список названий.

Именно на широтах этих возвышенностей помещал Клавдий Птолемей во II веке н. э. Рипейские, Гиперборейские или Алаунские горы, аналогичные священным горам Меру и Хара арийской древности. Он писал: «Внутри Сарматии живут алаунские скифы, они составляют ветвь сильных сарматов и называются алаунянами». Здесь имеет смысл обратиться к описанию ландшафтов Вологодской губернии, сделанному в 1890 году Н. А. Иваницким: «По южной границе губернии тянется так называемая Урало-Алаунская гряда, захватывающая уезды Усть-Усольский, Никольский, Тотемский, Вологодский и Грязовецкий. Это не горы, а отлогие холмы или плоские возвышенности, служащие водоразделом двинской и волжской систем». Надо полагать, что вологодские крестьяне, называвшие эти возвышенности (как их отцы, деды и прадеды) Алаунскими горами, в основной своей массе Птолема не читали и едва ли подозревали о такой древности этого названия.

Сообщение Н. А. Иваницкого подтверждается и данными 1909 года («Материалы для оценки земель Вологодской губернии, Тотемский уезд»), где отмечается, что «на водораздельном участке высоты достигают 100–120 сажень и входят в состав гряды, носившей прежде название Алауно-Уральской или Шемаханской». Интересно и то, что на востоке Вологодской губернии, в Никольском уезде, все горы вообще носили название Шемаханские. Здесь, конечно, можно было бы предположить, что это название — Шемаханские или Шемаханские горы



— принесено с Кавказа, где ещё в первых веках нашей эры существовало Шемаханское княжество. Но археологические исследования уже давно подтвердили, что именно через побережье Кавказа шло продвижение воинственных индоевропейских всадников на юг, в Переднюю и Малую Азию. И следы этого продвижения остались не только в виде археологических находок (оружия, керамики, украшений), но и в географических названиях по пути их следования. Так, Х. И. Алишина отмечает, что: «Данные ономастики при строго научном подходе относятся к числу важных и надёжных источников для установления этнического состава населения в древности и для выяснения его движения».

Топонимы во многих случаях являются единственными дошедшими до нас языковыми фактами, характерными для древнейшего населения данной территории».

Известно, что в середине II тыс. до н.э. в Ассинском ущелье (современная Чеченская Республика) жили люди, оставившие подкурганые захоронения с бронзовыми украшениями. Орнаменты, там выбитые пунсоном на диадемах, бляшках, браслетах, совершенно идентичны тем, что до сих пор ткутся и вышиваются женщинами на Русском Севере. А истоки этих орнаментов уходят в глубины тысячелетий и известны уже в палеолите Русской равнины.

Древнейшие костные останки домашнего (одомашненного) коня найдены на Среднем Урале (поселение Давлеканово) в слоях рубежа 6–5 тыс. до н.э.

На территории современной Чеченской Республики, население которой называет себя вайнахами (т.е. вайнаками — воинами), есть населённый пункт Аргун, который находится рядом с рекой Аргун, в месте её ответвления от реки Сунжи. Но на территории Вологодской губернии, в Никольском уезде (где все горы назывались Шемаханскими) есть река Аргуновка, на которой стоит село Аргуново. Сама река Аргуновка является притоком реки Сунжи. А.П. Дульзон считал, что «сохранение старых названий на территории возможно только при условии, что старое население целиком или в значительной своей части остаётся на этой своей старой территории, обеспечивая тем самым преемственность в передаче топонимов, хотя бы оно само (население) и претерпело полную этнографическую трансформацию и в том числе полную смену языка».

Заметим, что село Аргуново на реке Аргуновке, притоке реки Сунжи, находится в районе Северных увалов или Шемаханских гор — Рипейских или Гиперборейских гор древности.

Кроме того, есть Аргунский хребет в Забайкалье на границе с Монголией. Здесь также течёт река Аргунь и есть населённые пункты Аргун и Аргунск. Есть река Аргун, приток реки Катунь, на Алтае (на границе с Китаем). И, наконец, на самом юге Хабаровского края, в бассейне реки Уссури, между реками Кия и Хор, рядом со Святогорьем, есть населённый пункт Аргунское (граница с Китаем). Так отмечены продвижения на юг и на восток индоевропейских всадни-

ков ещё в эпоху бронзы, то есть в III–II тысячелетиях до нашей эры.

Кстати, чеченские Сунжа, Сулак, Ардон имеют дельту у Каспийского моря, то есть в его низменной береговой линии, а это прямой путь в Азербайджан. Кроме того, в Вологодской губернии (по данным конца XIX века) на картах были отмечены такие реки: Унжа, Кунжа, Сунжа, Сулла, Сулак.

Исходя из всего этого, мы можем утверждать определённо, что именно северо-восточно-европейские Шемаханские (Шемаханские) горы первичны, а кавказская «Шемаха» — вторична. Доказательством тому является также широкая распространённость названий такого типа по всей протяжённости северо-восточно-европейских возвышенностей: от Шемаханских гор на крайнем востоке до Шемоховских гор на крайнем западе, рек Шемокса (приток Северной Двины), Шемакса (приток Северной Двины), Шамокша (в Ладейнопольском районе Ленинградской области) и, наконец, села Шомокша рядом с Кожозером в Онежском районе Архангельской области.

«Ша» — на санскрите это вечный покой, рай, счастье, «мокша» — избавление, освобождение, окончательное спасение души; «акс» — достигать, наполнять, проникать, глаз; «шама» — спокойствие, мир, владение чувствами.

В «Археометре» Сент-Ив Дальвейдер указывал на то, что термин «шемах» — это своего рода «знак начала, краеугольного камня».

Возможно, из этого смысла произведено и древнее название Шемаханских гор — Гиперборейских гор древних эллинов и Птолема, как основных, первых, изначальных. Именно такими считал их и выдающийся советский геоморфолог Ю.А. Мещеряков, который в своём основополагающем труде «Рельеф СССР» указывал на то, что более высокие возвышенности Среднерусская и Приволжская «возникли лишь в новейшее время, когда Северные Увалы уже существовали и были водоразделом бассейнов Северных и Южных морей». Он считал субширотные поднятия севера Восточной Европы чрезвычайными древними и подчёркивал, что ещё в каменноугольном периоде, когда на месте будущего Урала плескалось древнее море, Северные Увалы уже были горами.

В этом контексте имеет смысл припомнить, что как в древнеиранской, так и в древнеиндийской традиции утверждалось, что при сотворении мира первыми были созданы хребты Меру, протянувшиеся по всему северу Земли с запада на восток, а все остальные горы Земли выросли из них потом (в индийской традиции), и что первыми из всех гор Земли были созданы горы Хара Берзайти, тоже протянувшиеся по всему северу с запада на восток (в иранской традиции). Таким образом, Шемаханские (или Шемаханские) горы — это действительно «первые, изначальные, краеугольные, основополагающие» горы.

**С. В. ЖАРНИКОВА**

«Сборник статей»

[https://vk.com/s\\_jarnikova](https://vk.com/s_jarnikova)

# 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

**СКАТАЮ ВАЛЕНКИ-САМОКАТКИ** на заказ. Всё делается вручную, без кислоты, без краски.

Любые размеры:  
женские — 4000 руб.;  
взрослые с заворотом — 5000 руб.;  
короткий вариант с заворотом (калошики) — от 2500 руб.;  
детские — от 1300 руб. (от размера).



Тел. 8-391-382-3442, Иван Петрович Плахута, мастер-пимокат.  
<https://vk.com/id364880907>.  
Красноярский край, Ермаковский район, п. Большая речка.

**НАТУРАЛЬНАЯ ПРОДУКЦИЯ РОДОВОГО ПОМЕСТЬЯ ИБАТУЛЛИНЫХ.**



**КЕДРОВАЯ:** масло кедровое, жимка, живица, настоящая на кедровом и растительных маслах, орешки в скорлупе и очищенные ядрышки.

ЖимкоМёд – суперфуд жимка с мёдом. Шишки семенные кедровые и кедрового стланика.

**Мука цельнозерновая, смолота на мельнице с каменными жерновами из зерна класса ОРГАНИК (БИО):** пшеничная и ржаная. Крупа. Зерно.

**Натуральная косметика ручной работы:** мыло домашнее, кремы-бальзамы, шампуни и гели.

**Пихтовое масло и пихтовый водный экстракт.**

**Башкирский мёд.**

**Доски поварские разделочные и декоративные из массива доски.**

Для жителей Родовых поместий — специальное предложение.

Альберт Ибатуллин, ПРП Чик-Елга, Башкортостан.

Тел. 8-905-351-3125. Полный перечень продукции с описанием и фото: [vk.com/ibatullin3000](https://vk.com/ibatullin3000).

**НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛОНОВО-ВОСКОВЫЕ СОСТАВЫ** для защиты древесины от влаги, плесени и УФ-лучей.

ИП Сальков А. В., Респ. Хакасия, ПРП Родники.  
Sallkov@mail.ru.  
Тел. 8-983-152-8490, Артём.

Родовое поместье Котышевых предлагает: **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный, гранулированный, собранный вручную с любовью — 200 руб./100 г.

Целебный, очень вкусный **МЁД** (консистенции «масло»). Основные медоносы: ива, иван-чай, донник, липа, лесное разнотравие. Забираем мёд один раз в год после медового спаса (400 руб. за 1 кг).

**МЁД В СОТАХ** (в ограниченном кол-ве) — 1000 руб. за 1 кг.  
Тел.: 8-920-235-8544, 8-915-672-5124, Владислав; 8-920-236-5124, Ольга. Эл. адрес: [vladvk1950@gmail.com](mailto:vladvk1950@gmail.com). Тамбовская область, ПРП Радостное.

Друзья, предлагаем вкусный, полезный, качественный **ИВАН-ЧАЙ СЕМЬИ АЛЕКСАНДРОВЫХ** — 1000 руб./1 кг, 100 руб./100 г.

Иван-чай **витаминовый** с ягодами рябины и листьями смородины — 120 руб./100 г, 1200 руб./1 кг. Иван-чай **с цветами** — 150 руб./100 г, 1500 руб./1 кг. Упаковка — крафт-пакеты.

Также в наличии **весь ассортимент фирмы «Яндар»:** пакетированный иван-чай, упаковка 40 г, 20 пакетиков (с душицей, липовым цветом, листом смородины, мелиссой, мятой, таволгой, чабрецом) — по 100 руб. каждого вида; земляничный — 130 руб., в пирамидках — 140 руб.

**Упакованный иван-чай** (фольга, картонная коробка, красивая этикетка) — 150 руб./100 г.

**Старинный русский** — 150 руб., с корнем девясила, боярышником, черёмухой — по 200 руб. каждого вида; с листом смородины, липовым цветом, берёзовыми почками, таволгой, чабрецом, мятой, мелиссой — по 160 руб. каждого вида; с черникой — 300 руб.

**Иван-чай:** «Малиновый» — 250 руб.; «Земляничный» — 350 руб.; «Брусничный» — 200 руб.; «Вишнёвый» — 200 руб.; цветочный (с цветами) — 250 руб.; майский — 150 руб.; солнечный (сборан 21–22 июня) — 200 руб.; с имбирём — 200 руб.; с красным корнем — 200 руб.

Можете заказать в группе в ВКонтате <https://vk.com/alexandrovtea>, а также по тел.: 8-912-982-9839, 8-919-482-1034; эл. почта [polina-uchta@mail.ru](mailto:polina-uchta@mail.ru).  
Денис и Полина Александровы.

**МАСЛО КЕДРОВОЕ** из Бурятии, отжим на деревянном прессе;

**ЖМЫХ** кедрового ореха;  
**ЖИВИЦА** кедрового сибирского:  
10% на рыжиковом масле,  
110 мл — 200 руб.,  
10% на кедровом масле,  
100 мл — 450 руб.;

**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** на рыжиковом масле,  
**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** с вытяжкой саган-дали и чабреца;

**МАЗЬ ЖИВИЧНО-ПРОПОЛИСНАЯ** на облепиховом масле,  
30 г — 150 руб.  
**МАЗЬ КЕДРОВО-ПИХТОВАЯ.**  
**МАЗЬ СУСТАВНАЯ** с багульником болотным.

**ЖИВИЦА-СМОЛА**, 900 руб./кг.  
**ИВАН-ЧАЙ** ферментированный: листовой, гранулированный.  
**САЖЕНЦЫ кедрового стланика**, 220 руб./шт. Саженцы с хорошим комом, заказ от 10 шт., отправка ТК.

**САГАН-ДАЙЛЯ**, 400 руб./100 г, 3000 руб./кг.  
Отправляю по предоплате на карту СБ или с наложенным платежом. Заказы по СМС или на почту: [tsupran76@mail.ru](mailto:tsupran76@mail.ru).  
Сделать заказ и посмотреть всю продукцию также можно на сайте [eco-trapeza.ru](http://eco-trapeza.ru).

Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

## Участки, дома

**ПРОДАЁТСЯ ЭКОБАЗА** площадью 3200 м<sup>2</sup> в Ростовской области, Белокалитвинском районе, хуторе Дубовом, рядом с поселением Родовых поместий Росток. Участок пригоден для сельского экотуризма, проведения выездных мероприятий, тренингов, семинаров, ретритов, детских и семейных лагерей, квестовых программ, туров выходного дня, отдыха для семьи, мастер-классов и т. п. На участке имеются:

- 1) блок из трёх шестигранных домиков (по четыре спальных места, оборудованных кухней) с купольной крышей и выходом в общую веранду, далее — в сад;
- 2) блок, состоящий из кухни и комнаты на шесть спальных мест с общей верандой;
- 3) блок из двух комнат по шесть спальных мест с общей верандой;
- 4) беседка площадью 80 м<sup>2</sup>;
- 5) беседка 30 м<sup>2</sup>;
- 6) блок, состоящий из комнаты для тренера 16 м<sup>2</sup> (на 4 места) и аудитории 30 м<sup>2</sup>;
- 7) четыре душевых с бойлерами;
- 8) старый каменный дом, жилой, с печкой, топится углём. В хутор заведён газ (готовится проект газификации хутора);
- 9) хозпостройки;
- 10) колодец;
- 11) скважина глубиной 60 м;
- 12) стоянка для машин;
- 13) плодоносящий сад (яблони, груши, абрикосы, вишни, черешни, смородина, сливы);
- 14) участок огорожен, по периметру посажены туи, сосны, можжевельники, ясени, осины;

15) санузел с унитазами — 2 шт., раковины для умывания — 3 шт. (на улице одним блоком).

16) пирамида каменная с основанием 4,7 м;

17) спортивный комплекс и площадка под большой каркасный бассейн, батут, место для кошища.

Обустроен берег реки, мост через реку в рощу.

При желании можно приобрести участок под поместье рядом с экобазой площадью 63 сотки, прямо на берегу реки.

Место экологичное, красивое: скалы, холмы с разнотравьем, огромный массив донской степи, с трёх сторон поселение огибает река Кундрючья. Подъездная дорога асфальтирована. От Ростова — 100 км, от Белой Калитвы — 65 км, от города Шахты — 40 км.

Цена 2,5 млн. руб.  
Тел.: 8-928-162-3239 — Елена, 8-961-439-3464 — Владимир.

**ПРОДАЮ САД** в живописном месте Республики Хакасия, Таштыпском районе, с. Нижний Имек, поселении Родники, в 150 км от Абакана.

Земельный участок общей площадью 1 га. Подтаёжная зона. Вид права — собственность. На участке имеются жилой двухэтажный дом площадью 112,2 м<sup>2</sup>, жилая времянка, в которую входит баня, комната отдыха 14 м<sup>2</sup>, большая веранда. Вокруг лес, сосны, берёзы, кедр, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина, всё плодоносит. Разработан огород 10 соток, есть две теплицы, хозяйственные постройки, погреб, личная скважина воды, электричество. Рядом горная река Таштып. В лесу много грибов, ягод. Есть места для отдыха, охоты и рыбалки.

Тел.: 8-950-302-9688 (Whats App), доп. тел. 8-983-257-1008.

**СДАДИМ НА ДЛИТЕЛЬНЫЙ СРОК** небольшой дом рядом с центром; две комнаты, кухня, имеются газ, вода, свет, гараж, хозпостройки; огород более 15 соток, плодовые деревья, виноград. Можно завести подсобное хозяйство, коз, кур, водоплавающую птицу.

Условие: приглаживать за домом, ежемесячно своевременно платить коммунальные услуги за своё проживание (коммуналка незначительная, по муниципальным сельским тарифам). Данное предложение для русскоязычной семьи, проживать самостоятельно (хозяева живут в другом регионе). В посёлке имеется вся инфраструктура, а также ж/д станция, элеватор, фермерские хозяйства.

Адрес: Ставропольский край, Изобильненский район, пос. Передовой.

Тел. 8-900-252-5070.

**ПРОДАЁТСЯ РОДОВОЕ ПОМЕСТЬЕ:** Краснодарский край, Северский район, поселение Водруссия, поляна Южная, 4. Вынуждена это сделать по причине преклонного возраста (77 лет), проблем со здоровьем.

Живу в РП 15 лет, с самого начала его основания. Пл. участка 1,5 га. Есть дом (каркасно-щитовой), баня (каркасно-щитовая), погреб, выкопан пруд. Огород (10 соток), сад (20 соток, плодоносит), имеются посадки деревьев по периметру участка. Территория огорожена забором, есть ворота и калитка. Земля и постройки оформлены в собственность.

Цена 2 млн. рублей.

Горохова Галина Максимовна,

тел. 8-918-160-0696; телефон дочери 8-918-332-6961 (Татьяна Михайловна); домашний телефон в Краснодаре 8(861) 258-50-47.

**ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,45 ГА** с домом в центре РП Благодарный Ярославской области. Дом двухэтажный, обшит внутри кедром, с печью, погребом и баней внутри. Есть посадки. Подведено электричество. На территории есть летний домик, колодец, дровница, навес на въезде.

Документы оформлены.  
Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

**ПРОДАЮТСЯ** в связи с переездом в другое поселение **ПРОДАЁТСЯ ДВУХЭТАЖНЫЙ БРЕВЕНЧАТЫЙ ДОМ** 8x8 м, общ. пл. 112 м<sup>2</sup>, со всеми удобствами (водоснабжение, электричество, канализация, горячая вода, отопление — дровяной котёл и радиаторные батареи, два санузла). Дому 5 лет, готов к круглогодичному использованию. Остаётся вся сантехника, мебель, холодильник, стиральная машина, солнечные коллекторы.



Дом расположен в действующем Родовом поселении Богатырское (Ивановская обл.), на участке 1 га, который в аренде. Земля с/х назначения, целевое использование: «выращивание сельскохозяйственной продукции». На участке 2-этажная баня, две теплицы, сад, огород, большой пруд.

Цена 1,8 млн. руб. Тел. 8-915-845-0792, Дмитрий.

**ПРОДАЮТСЯ УЧАСТКИ** земли с/х назначения по 40, 60, 112 га в Калужской области Мосальского района. Стоимость 1 га — 10 тыс. руб. Хорошие дороги. Деревня газифицирована. Рядом протекает река, есть пруд. От Москвы — 226 км, от Калуги — 99 км.  
Тел. 8-926-765-63-76. Эл. адрес [allat30@mail.ru](mailto:allat30@mail.ru).

**ПРОДАЮ УЧАСТОК** земли 6 га под Родовое поместье в 3 км от села Гайворон Спасского района Приморского края. Земля в собственности (чернозём).

Дочь с внуком на 1,5 га уже делали посадки. Так случилось, что в селе Гайворон, где жили мои дети, сгорел дом, дочь моя погибла, внук пострадал.

В селе есть магазин, школа (девятилетка). Из г. Спасска ходит автобус три раза в день, расстояние — 17 км по трассе. От участка до трассы примерно 1,5 км, от речки — 500 м.

Стоимость — 200 тыс. рублей. Звоните!  
Тел. дом. (842372)6-91-71; моб. 8-908-979-9714.

**СДАМ В АРЕНДУ ИЛИ ПРОДАМ** домик в деревне, в поселении Любоисток! Срочно нужны добрые, порядочные соседи-единомышленники! Всё есть — рыбалка, грибы, ягоды. Воздух просто обалденный, кругом лес...

Дом в хорошем состоянии, печь новая, только сложили по новым технологиям, очень быстро нагревает дом(!), начато покрытие крыши.

Участок отличный. Отсыпана новая дорога, в 300 м река Каспля, за рекой птичий заказник. От г. Смоленска всего 60 км.



Стоимость дома для продажи 170 000 руб.

**ОСМОТР ДОМА ТОЛЬКО ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ДОГОВОРЁННОСТИ!**

Для прописки и материнского капитала не подойдёт, просьба по этим вопросам не звонить.

Оформление в собственность делаете сами.

Тел.: 8-960-592-4325, 8-950-704-3411. Если не дозвонитесь, пишите СМС (связь иногда прерывается, а СМС доходят всегда).

**ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Растёт достаточно быстро, морозостоек и засухоустойчив.

Все части этого растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, для укрепления иммунитета и очищения организма. Ценная древесина.

1 орех — 20 руб.  
Тел. 8-920-215-3052 — Михаил.  
sotvorenje.ra@gmail.com.

## Семена и саженцы

**ВЫШЛЮ СЕМЕНА ЛОФАНТА АНИСОВОГО** в вашем конверте. Эта трава — многолетник, медонос, вкусный, целебный чай. Выращиваю лобант уже 60 лет и постоянно пью из него чай, поэтому здоров, а мне скоро исполнится 83 года.

Звоните по тел. 8-962-755-3349 после 19:00 (мск).

Адрес: 414057, г. Астрахань, ул. Звёздная, д. 25, кв. 22. Прошакову Юрию Игнатьевичу.

Друзья, с радостью предлагаем вам: **СЕМЕНА ЧЁРНОГО**

## Разное

**ПЕРЕДЕЛКА ПЕЧИ ЗА ТРИ ДНЯ.** (От печника Александра Самофала).

Здравствуйтесь, друзья! Предлагаю свои услуги по реконструкции проблемных кирпичных печей, значительно улучшающие их характеристики. Если ваша печь плохо прогревается, имеет неудовлетворительную тягу, прожорлива на дрова, дымит в помещении и проч. — обращайтесь. Не успею остыть, ваша печь заработает так, что вы её не узнаете.

Подробности по тел. 8-928-161-2429.

## «Родовая Земля» в вашем городе

**Абакан.** Перминова Антонина Фёдоровна, 8-913-449-6837.

**Абинск, Краснодарский край.** Орлов Василий Иванович, 8-918-165-1645.

**Алтай,** с. Паспаул. Мысак Людмила Анатольевна, 8-913-996-6278.

**Анапа,** ул. Ленина, 71 (киоск «Родовые поместья»). Матвеев Анатолий, 8-952-855-5104, matveev555@inbox.ru.

**Белгород.** Наталья Васильева, 8-904-088-8615.

**Волгоград.** Сафронов Михаил Юрьевич, 8-906-407-8001.

**Дзержинск, Нижегородская область.** Степкина Наталья Дмитриевна, 8-909-294-8570.

**Екатеринбург.** Колькопф Валерий Давыдович, 8-953-004-0413.

**Иваново.** Крайнер Якуб Михайлович, 8-909-246-1994, 8-930-352-9659.

**Иркутск.** Тужилина Ульяна Сергеевна, bdsib@yandex.ru.

**Кемеровская область, д. Иткара,** пер. Речной, 1а, Кинжеев Т. А., 8-923-607-6546.

**Ковров, Владимирская область.** Аверина Ольга Константиновна, 8-900-473-5219, 8 (49232) 4-19-24.

**Краснодарский край,** пос. Ильский, СНП «Ведруссия», Лунёва Лидия Викторовна, 8-918-082-4515.

**Красноярск,** ул. Ферганская, д. 9, цоколь. Валентина Михайловна Гугасян, 8-913-173-1934.

**Москва.** «Уголок «Анастасия», Калинин А. Н., 8-905-510-1027.

**Пенза.** Куделькин Владимир Владимирович, 8-937-412-0554.

**Пермь.** «Экомир», г. Пермь, ул. Екатеринбургская, 180, тел. 8(342) 236-26-87 (книги и газеты), www.ecomir.perm.ru, ecomir@perm.ru.

**Ростов-на-Дону.** Доставка (книги и газеты) в Шахты, Новочеркасск. Самофал Александр Александрович, 8-928-161-2429, zv-poselenie@ukr.net.

**Салехард.** Коновалова Земфира, 8-902-829-6269.

**Санкт-Петербург.** «Ладоград», ул. Гончарная, 11. Тел. (812) 717-7441.

**Смоленск.** Немыткин Виктор Петрович, 8-960-592-4325.

**Смоленская обл., г. Духовщина.** Буренкова Валентина Васильевна, 8-910-716-0291.

**Челябинск.** Шпак Эльвира Рафаиловна, 8-922-633-9266.

**Ярославская область,** Переславский район, ПРП Благодать, Ковалёва Анастасия, тел. 8-961-027-4139.

## Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

### Новинки



«Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2». 136 с., ил. — 220 (190) руб.

\* \* \*

«Живые Духи из дольменов». Шершуква Т. 104 с., ил. — 180 (160) руб.

«Орлиного цвета крылья». Крестьева Е., 240 с. — 200 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., ил., — 150 (130) руб.

«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слётов). Донцов А., 168 с. — 150 (135) руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., ил. — 180 (150) руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 360 руб.

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., ил. — 150 (135) руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльникова А. 100 с., ил. — 277 (250) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., ил. — 300 (260) руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 120 (100) руб.

«Тайны, поведанные волховом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 80 (65) руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:  
• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., ил. — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Геленджикский район Красно-

дарского края». 144 с., ил. — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 2». 144 с., ил. — 220 (190) руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., ил. — 220 (190) руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 2-е изд., 88 с., ил. — 220 (190) руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 стр. № 1 и № 2 — по 140 (120) руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., ил., № 1, № 2, № 3 — по 200 (180) руб.

«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.

«Пали звезды росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., ил. — 180 (160) руб.

«Тропинка. Рассказы». Максеев Н. 96 с. — 60 (50) руб.

«Зарянка». Перьков А. А. 32 с., ил. — 140 (125) руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Перьков А. 56 стр., цв. ил. — 180 (160) руб.

«Севкины героисты. Побывальщины для детей». Перьков А. 80 стр., цв. ил. — 150 (130) руб.

«Сквозь лабиринт времён. Остров Веры». Юнязова О., Бояринцев И. 296 с. — 250 (235) руб.

«Часть 5. Сквозь лабиринт времён. Легенда о бабке». 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. Обретенная целостности». — 155 (140) руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 (120) руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Земли» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 (40) руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 80 (65) руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте: **КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕТИК: 8-960-650-9990**

— форма заказа в интернет-магазине издательства [www.zeninasvet.ru](http://www.zeninasvet.ru);  
— письмо на адрес редакции с указанием названия, количества экземпляров, адреса, контактного телефона;  
— факс (4862) 75-27-46;  
— (4862) 41-34-22 (автоответчик);  
— e-mail: [zakaz@zeninasvet.ru](mailto:zakaz@zeninasvet.ru)  
Заказы отправляются почтой по предоплате или с наложенным платежом.

## Добробаня

С добробанями мы познакомились этим летом. К нам приехали ребята из Кудымкара, чтобы перенять опыт производства иван-чая. В ответ они рассказали о своём производстве добробань.

Мы сразу поняли, что это очень хороший вариант для тех, кто начинает создавать Родовые поместья: недорого, тепло, красиво. Поставил добробаньку на поместье — и есть уже, где жить и помыться после работы.

В сентябре-октябре с соратниками построили в Марий Эл первые добробани, запустили работу цеха.

Теперь рассказываем людям о нас, чтобы те, кому нужны такие домики и баньки, знали, где можно недорого заказать хорошую баню.

### Плюсы добробань:

1. Никакого мусора, шума, пыли. Не надо нанимать рабочих. Вам привозят и устанавливают готовую баньку на участок.

2. Каждая добрая банька оснащена электричеством, остаётся только подключить к основной сети, что тоже сразу делают мастера.

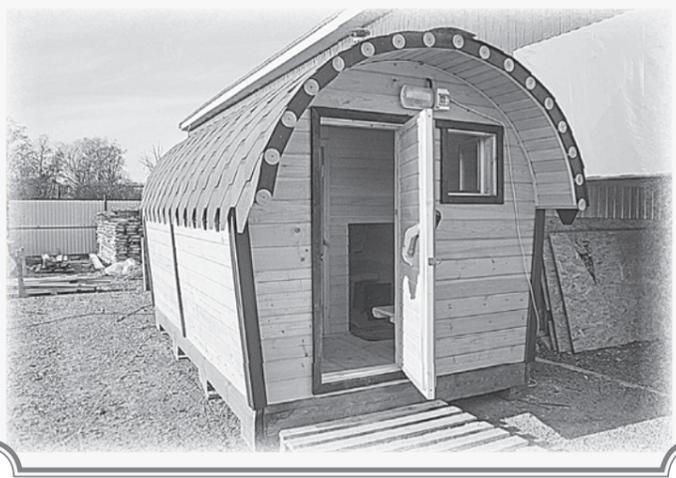
3. В каждой баньке уже оборудован сток воды.

4. Быстро топят и медленно остывают за счёт утеплённого каркаса. Им не страшны холода.

5. Не требуют большого расхода дров за счёт быстрой растопки.

6. Благодаря арочной форме крыши снег не скапливается на поверхности в большом количестве, а значит, крыша не просядет и не покосится от тяжести.

**ЗАКАЖИТЕ СЕБЕ НОВУЮ БАНЬКУ ПРЯМО СЕЙЧАС ПО САМЫМ ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ (ОТ 79 000 РУБЛЕЙ — ПАРНАЯ (2,5 x 2 м). ЗВОНИТЕ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8-919-482-1034, 8-962-590-0304 или пишите [rolina-uchta@mail.ru](mailto:rolina-uchta@mail.ru). Группа ВКонтакте <https://vk.com/novayadobrayabanya>.**



Учредитель и издатель — Светлана Васильевна Зенина  
И. о. главного редактора — Д. Ю. Зенин  
Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:  
Россия, 302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36-168.  
Тел./факс: (4862) 75-27-46, 41-34-22, 78-08-62.  
Эл. адрес: [book@zeninasvet.ru](mailto:book@zeninasvet.ru),  
[rod-zem@zeninasvet.ru](mailto:rod-zem@zeninasvet.ru) — материалы для публикации, письма,  
[yarmarka@zeninasvet.ru](mailto:yarmarka@zeninasvet.ru) — объявления в рубрику «Ярмарка».  
Сайт: [zeninasvet.ru/rodzem](http://zeninasvet.ru/rodzem), [http://vk.com/rodovaya\\_zemlya](http://vk.com/rodovaya_zemlya)

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна. Редакция может не разделять мнение авторов. Редакция сохраняет за собой право редактирования материалов, поступающих в газету. Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на использование произведения в любой форме и любым способом, если иное не оговорено. За содержание материалов рекламного характера редакция ответственности не несёт. Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-22608. ISSN 1999-2726. © «Родовая Земля», 2021.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

Подписной индекс: **ПР602** по электронному каталогу «Почта России» и на сайте <https://www.pochta.ru>.



Отпечатано в ЗАО «Полиграф-Сервис». 241020, г. Брянск, пр-д Московский, д. 15-а. Объём: 8 п. л. Заказ № 315.  
Подписано в печать 3.03.2021 г.  
По графику — 18.00, фактически — 18.00.  
Выход в свет 4.03.2021 г.  
Тираж 2000 экз.  
Цена свободная.

# Узорами старинными да шерстяными нитями...

**В**язание — одно из самых красивых ремёсел — известно не одну тысячу лет.

Сегодня яркие варежки редко встретишь на улице, а ведь совсем недавно богато украшенные рукавички служили дарами. Девушка готовила приданое в большом количестве и дарила родственникам и близким жениха, в некоторых регионах одна мастерица могла заготовить более трёхсот пар.

Мастерицы из Санкт-Петербурга Ирина Трефилова и Юлия Машьянова вяжут вручную изделия из натуральной шерсти, гармонично украшенные традиционными узорами и орнаментами Русского Севера. В них рукодельницы вкладывают не только частичку своей души, но и знакомят их счастливых обладателей с традиционными орнаментами, тем самым передавая знания по народной культуре.

Вот как мастерицы рассказывают о своём увлечении.

## Юлия МАШЬЯНОВА:

— Три года назад решила связать себе варежки. Уже тогда я занималась традиционной вышивкой и, конечно же, искала уроки по вязанию не просто однотонных моделей, мне хотелось связать рукавички именно со старинными узорами. Закончила курсы по вя-



<https://vk.com/rukavichky>

занию рукавиц и чулок у народного мастера Архангельской области.

Увлечение выросло в постоянное занятие этим прекрасным ремеслом.

Когда надеваешь рукавички, украшенные старинными орнаментами, в душе рождается целая гамма чувств: и радость от созерцания ярких красок и узоров, несущих в себе глубокий смысл; и спокойствие от осознания того, что чудесные орнаменты оберегают тебя и придают сил двигаться вперёд; да и просто шерстяное тепло согревает тебя даже в самые сильные морозы.

Приятно слышать слова благодарности от счастливых обладателей наших рукавичек.

## Ирина ТРЕФИЛОВА:

— Я в то время тоже была увлечена старинной вышивкой (так мы с Юлей и познакомились). Когда Юля предложила мне вместе поучиться на курсах вязания, я отказалась и с громким, эмоциональным «Нет!!! Я хочу вышивать!!!» принялась за очередной рушник. Но что-то пошло не так, учиться мы стали вместе.

Узорное вязание давалось мне нелегко, я вязала туго, рукавички получались маленькими, становились чехлами для телефонов, кошельками, распухали, многократно перевязывались.

Меня неудачи стимулируют, хочется сделать хорошо, и в конце концов это удаётся.

Идея создать группу тоже пришла от Юли. У нас обеих прежде



были попытки с кем-то что-то вместе создавать, у обеих неудачные, но мы всё равно решили объединиться. И ни разу об этом не пожалели. У нас нет разделения обязанностей, нет бизнес-плана, мы всё делаем по вдохновению, интуитивно, но в результате всё получается.

Создавая группу, мы просто хотели, чтобы наши узорные рукавички находились в одном месте, чтобы группа была копилкой старинных узоров, музейных образцов, материалов по узорному вязанию. Но со временем мы стали замечать, что узорным вязанием интересуются и другие люди. Количество подписчиков возросло. Стали появляться комментарии и вопросы о приобретении связанных нами вещей.

Среди наших покупателей и подписчиков много молодёжи, а это значит, что вопреки устойчивому мнению о «поросшей

мхом» традиционной культуре, старинные узоры живут, заставляют думать и пробуждают родовую память.

Кроме вязания мы вышиваем старинными узорами полотенца, салфетки, лакомники и другие полезные и красивые вещи. Также участвуем в ярмарках, фестивалях и мастер-классах, таким образом способствуя распространению русской традиции.

— Мы считаем, что старинным узорам надо давать жить в современном мире. Люди должны иметь возможность видеть и носить красивые вещи, которые радовали наших бабушек, — говорят мастерицы. — Так сохраняется связь с нашими корнями и передаётся дальше нашим детям и внукам. Старинные узоры вплетаются в нашу современную жизнь, расширяют кругозор, достают из глубин памяти воспоминания, и постукивают друг о друга спицы уже не просто так, а со смыслом.

**Творческая группа мастериц  
УЗОРНЫЕ РУКАВИЧКИ**

# Тонкие сны кубенских гончаров

**К**огда-то в селе Кубенском (Вологодская область) была гончарная мастерская, там трудилась моя тётя Ольга Фёдоровна. В советское время, когда о бытовых излишествах никто и не помышлял, мы ехали в гости к родне, как в сказку, потому что там, где живут мастера, художники, добрые чудачки, сама собой вершится сказка. А здесь такое сочетание: муж — резчик по дереву, жена — гончар!

Дымковская игрушка царила в доме, как расписные облака. Там

были барыни с коромыслами, поросятами, собачками и младенцами. На головах у них кокошники, на фартуках — рюшечки. Все яркие, праздничные. И мужики при них статные, бородатые.

Помню, на подоконнике, выгнув изящные шеи, стоял целый табун коней-свистулков с яркими цветными кругами по центру груди. Разве можно пройти мимо и не узнать, какой голос у каждого коника? Дети резвились, кони оживали, начиналась игра.

Но прекраснее всех в этом

дымковском царстве был огромный белый павлин. Он смотрел на нас с покрытого зелёным сукном телевизора, как с волшебного трона. На мощных лапах — алые кружева, на распростёртых крыльях — круги и оборки, под клювом — водопад капель, на голове — гребень короной. Только у павлина на короне и на бородушке сверкали ромбы из золотой фольги. Вся посуда в доме у тёти имела цвет обожжённой глины и особенную роспись. С этой посудой, осыпанной белыми цветочками, горошками, выющимися зелёными стебельками, связаны у меня самые тёплые, самые ароматные воспоминания детства.

Я думала, что кубенская глина и в земле лежит вот такая — цвета гречишного мёда или беленькая, бери и твори! Но однажды Ольга Фёдоровна взяла нас с Надюшкой в гончарный цех. Мастерицы, румяные, в белых косынках, месили холодную, синевато-серую жирную массу. «Новорождённые» кувшины, тарелочки, вазочки имели мертвенно-отрешённый вид, совсем не звучали и казались тяжёлыми и ворсистыми, пока их не коснётся огонь. Вот в этом и проявлялось волшебство мастерства. В печке посуда обретала тонкость, лёгкость, звонкость, неповторимый домашний и добрый цвет. Но бывало и другое — громкий звук взрыва неравномерно просушенного изделия. Мастерицы спокойно обменивались взглядами: «Бывает!..»

Атмосфера в гончарном це-

хе царил строго сосредоточенная — минимум слов, недопустимость всяческой суеты. С одинаковой скоростью вращались гончарные круги. На них из хаоса вытягивались разной формы предметы искусства и быта; на них же с помощью тонконосых флакончиков наносился узор в виде полосок, змеек, зигзагов. Пышные розанчики дамы рисовали кистью. Уже много лет спустя я узнала от Ольги Фёдоровны, что эти самые белые розочки были фирменной росписью Кубенской мастерской. Да и сам этот женский цех был похож на белую розу в венке славы села Кубенского.

Когда цеха не стало, мастерицы продолжали трудиться дома. С присущей им фантазией они ловили модные веяния, главным из которых стал китайский Новый год с его символами-зверями.

Появились ящики с глазурованными свистульками-поросятами благородного оттенка «пепел розы»; зелёные узорчатые собачки, приятные на ощупь; весёлые чёрные драконы, гладкие, как леденцы, лениво пошвыстывающие дырочкой в брюшке. Всё это возлилось на ярмарки и торжки, дарилось родне и друзьям.

Заказы на посуду тоже бывали. И тут появилось новое волшебство — глазурь. Невозможно предсказать, как она поведёт себя во время обжига. Помню нарядный сервиз, который Ольга Фёдоровна делала для заказчика, но оставила себе, потому что сиреневая глазурь после обжига покрылась мельчайшей сеточкой — краке-

люром, из-под которого нежно смотрели знакомые белые розы Кубенской мастерской.

Игрушки дымковские — старосоветские и современные — глазурованные, посуда кое-какая домашняя всё ещё по квартирам живы, а дела гончарные нет. Последний разговор по поводу глины у нас был с тётушкой Ольгой Фёдоровной, и то лет 15 назад, наверное.

— Иногда я во сне вижу, как горшок леплю, — сказала тогда Ольга Фёдоровна. — Тоненько-тоненько так стеночки выглаживаю и проснуться боюсь с незаконченным — кажется, день не задался! Далепо, глаза открою — готов! Во сне готов-то! А я счастлива!

Жизнь наша в снах наукой пока не разгадана. Там, в этом тонком, сияющем мире, живёт своей жизнью Кубенская гончарная мастерская, жужжат, вращаясь, круги; из суеты и хаоса наносного с молитвой тянется своё, родное, душеспасительное. Там раскрывается белая роза — символ нежности и чистоты.

В каждом бы окошке  
Да свои горошки!  
Под цветы-то благодать  
Не за морем покупать!  
Чай, не без таланта —  
Слепим под герань-то!  
Кубенские глины  
Ладны для лепнины.  
Комнатному садiku —  
Звонкую керамику!  
Пишут мастерицы  
Сахар по корице,  
Мармеладны краски  
Для оконной сказки!  
Глян, горшок-то сколь удал!  
И кошель не исхудал!

**Елена АНДРЕЕВА  
г. Вологда**

