

Родовая Земля

ПЕРВАЯ
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 11 (208), ноябрь 2021 г.

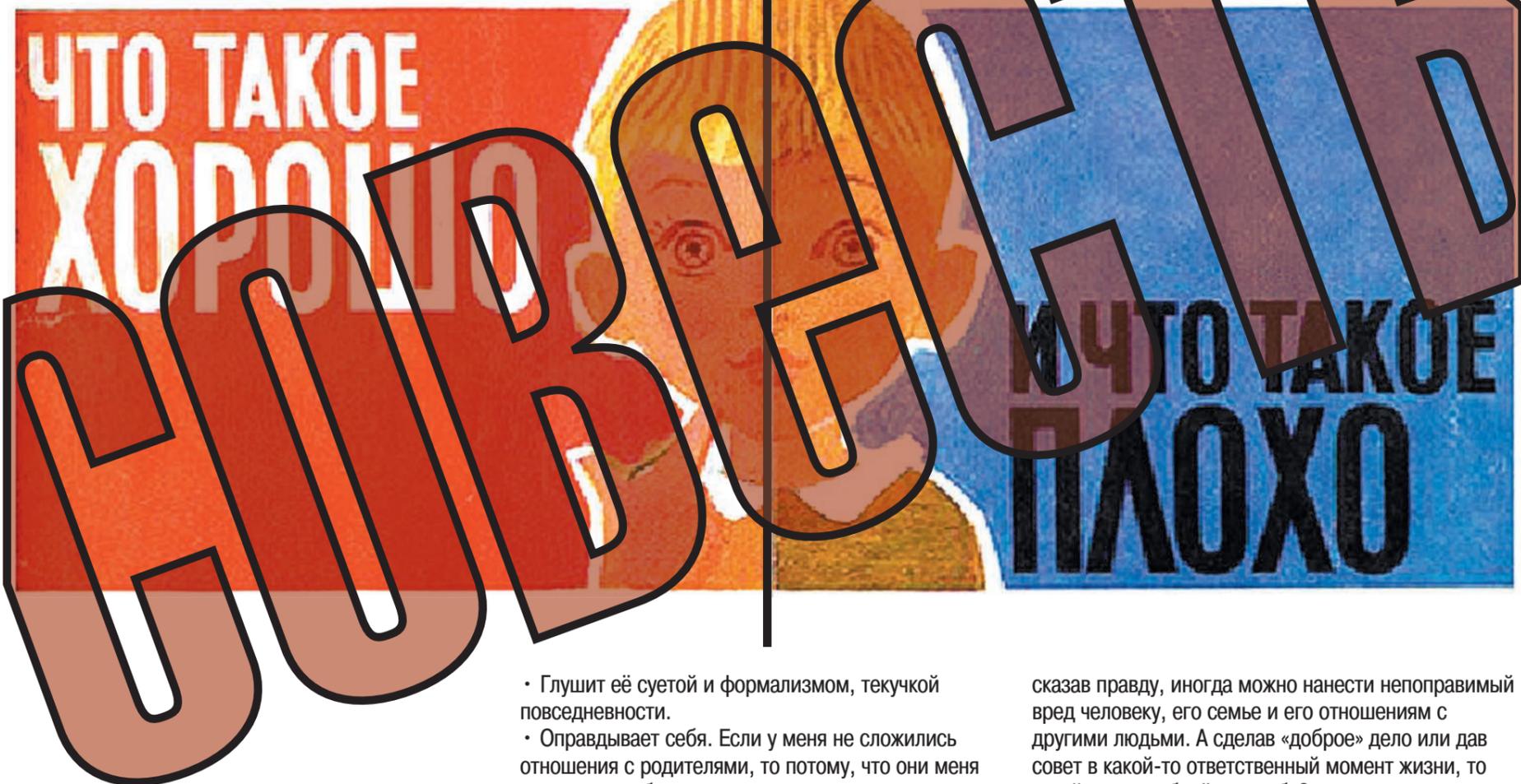
Газета издаётся с февраля 2002 года. Подписной индекс ПР602 по каталогу «Почта России».
Подписка через Интернет — <https://www.pochta.ru>. Электронная версия — <http://pressa.ru/magazines/rodovaya-zemlya/>
Выходит один раз в месяц. <http://zeninasvet.ru/rodzem>, [VK: http://vk.com/rodovaya_zemlya](http://vk.com/rodovaya_zemlya)



Настоящая свобода выбора 4	Сообщество «Счастливые люди» 8	Шедевры украшают нашу жизнь 16	Принципы управления реальностью 20	Освобождение от прошлых связей 24	Задачи Духов Рода 26
----------------------------	--------------------------------	--------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	----------------------

Что такое совесть? Это осознание своей ответственности, способность принимать решения и действовать, исходя из соображений нравственности и морали. Это искусство самого себя оценивать и воспитывать, наказывать и хвалить. Для чего дан человеку этот неподкупный судья и контролёр всех его деяний, терзающий и обличающий его? Если бы люди не обладали совестью, то каждому из нас требовался бы надзиратель, который направлял бы наши шаги, учил, воспитывал и следил за каждым нашим поступком. Над нами нет этого постоянного внешнего контроля, но есть другой, внутренний, — наша совесть. Мы чувствуем её, когда гордимся собой или мучаемся от осознания собственной вины. Мы прибегаем к ней, когда совершаем выбор. Её голос направляет нас, когда мы идём по дороге жизни к своей цели. Вот зачем человеку совесть — чтобы он сам мог разобраться в том, что происходит с ним и вокруг

него, и руководствовался верными ориентирами. Как направляющий, контролирующий фактор совесть неотделима от морали и нравственности. В ней, как в зеркале, отражаются доброта и честность человека, его мотивы и ценности, убеждения, воля и характер. И если он поступает против совести — значит, и против себя тоже, изменяя себе и попирая всё самое важное и дорогое. Совесть бывает жестока. Суд совести беспощаден. Можно обманывать других, но не себя: перед собой мы всегда предельно откровенны. Переступая черту, мы мучаемся и переживаем безнравственность своих поступков.



В переживаниях рождаются раскаяние, понимание своего долга и принятие правильного решения. При этом совесть снисходительна. Если бы в жизни каждого человека совесть имела такое значение, была бы всегда безпристрастной, наше общество не знало бы лжи и предательства и было добрее и счастливее. Значит, с собственной совестью можно договориться? Если не обмануть, то усыпить её бдительность, оправдаться, пойти на компромисс? Человек, чтобы облегчить себе жизнь и уменьшить муки совести, придумал немало способов:

- Он топит совесть в вине, развлечениях и наркотиках, полном безразличии ко всему.

- Глушит её суетой и формализмом, текучкой повседневности.
- Оправдывает себя. Если у меня не сложились отношения с родителями, то потому, что они меня совсем не любят.
- Если мои знания поверхностны и ограничены, я плохо образован и не стремлюсь развиваться, так я и не учёный, и самым умным становиться не собираюсь.
- А если я нечестен, жаден или жесток, так все такие, все врут, воруют и обижают других. И не так страшны эти попытки оправдаться и спрятаться от переживаний, как само отсутствие этих переживаний. Отсутствие внутренней силы, нравственного стержня. Отсутствие совести. Совесть должна быть доброй. Но слепо следовать морали не менее опасно, чем игнорировать её. Ведь моральные нормы не даются нам готовыми, нравственные поступки всегда вдумчивые, добрые, проникнутые уважением к окружающим и заботой о них. Поступив по совести и

сказав правду, иногда можно нанести непоправимый вред человеку, его семье и его отношениям с другими людьми. А сделав «доброе» дело или дав совет в какой-то ответственный момент жизни, то какой риск мы берём на себя? Вот так сложна и неоднозначна роль совести в жизни человека. Формируясь под влиянием воспитания и самовоспитания, эмоций и впечатлений, укрепляясь вместе с развитием воли и личностной позиции, она должна быть тверда и неусыпна, но в то же время добра и отзывчива. И это качество нужно возвращать в себе, измеряя правильность своих поступков внутренними принципами и интересами других, прислушиваясь к голосу своей совести. Порой этот голос тих и плохо различим, он тонет в шумных столпотворениях, заглушается звуками радио и телевизора, перебивается газетами, журналами и пустой болтовнёй. Но, оставшись наедине с собой, мы можем услышать его и остаться верными себе и своей совести.

<https://vk.com/obsheedelorf>

Рождение кедровой рощи

Ура! Мы заложили начало кедровой рощи! В октябре посадили два ряда сосен-«нянек» и первый кедр на берегу озера Чёрного, между д. Черноозерье и п. Имбирень. Сосны подрастут и будут создавать микроклимат для кедров, которые уже проросли из отборных таёжных орешков и ждут своего часа в горшочках.

Очень быстро и дружно упрямились, и несмотря на временами морозящий дождик, всё прошло хорошо! А может, дождик нас и подгонял...

Такие мероприятия для нас, как посадка деревьев, — норма жизни, действия уже отработанные и слаженные, процесс приносит удовольствие!

Инициатором посадки кедровой рощи выступила Маргарита Коньшина, депутат д. Черноозерье и секретарь Владимирского некоммерческого Фонда культуры и поддержки творчества «Анастасия». Вместе с мужем Виктором они провели долгую подготовительную работу: выбрали место, выкосили и убрали траву, спланировали и разметили посадки, нашли и привезли саженцы сосны, организовали мероприятие. Они же выращивают у



себя в «школке» кедры для будущей рощи.

Кроме того, Маргарита представила свой проект главе Андреевского сельского поселения, Сергею Георгиевичу Ефимову, и заручилась его поддержкой в том, чтобы узаконить землю под посадки. Сейчас эта земля находится на стадии оформления администрацией Андреевского сельского поселения под «благоустройство территории».

На посадки позвали корреспондента саргатской газеты «К новым рубежам» Наталью Сермус и,



как почётному гостю, предложили ей посадить первый кедр в роще.

Посадка кедровой рощи проходила в рамках акции «Миллион кедров тебе, Родина!», проводимой Фондом «Анастасия». Ак-



ция призвана при помощи увеличения числа кедров улучшить экологическую ситуацию на планете. Также акция приурочена к 60-летию первого полёта человека в космос — Юрия Гагарина, позывной «Кедр».

Вестник родовых поместий
<https://vk.com/@vestnikrp-kedrovauarosha>



«Родовая Земля»: в потоке безструктурного управления...



Сточки зрения теории управления Концепции общественной безопасности (КОБ), есть два способа воздействия на людей — структурный и безструктурный. Структурный — название говорит само за себя: есть физическая структура, например, госаппарат, и решение вышестоящих в иерархическом списке доносится до нижестоящих и подлежит выполнению. При этом исполнитель знает явно, чьё задание он выполняет.

Безструктурный способ не доносит информацию исполнителю о заказчике процесса, но создаёт условия, информационную среду, которая воздействует так, что исполнитель как бы сам принимает нужное заказчику решение. Этот способ более сложный в реализации и требует больше времени на донесение информации, но результат превосходит все ожидания.

Пример. Возле вашего дома успешный бизнесмен открыл винный магазин и известил об этом все соседние улицы. В рекламе своего зелья он рассказал о том, что умеренно пьющие люди живут дольше, веселятся больше и т.д. Молодой самоопределяющийся человек под воздействием рекламы и подогретый мнением сверстников примет для себя решение зайти и купить зелье. Таким образом, он будет в иллюзии о том, что это его решение, но мы знаем, что это решение является реализацией плана

успешного бизнесмена, которому нужны «клиенты». Таким образом, исполнитель не знает, кто является реальным заказчиком принятого им решения.

Другой пример. Начиная блогер-ютубер сделал несколько видеороликов про то, о чём думал в тот момент. Один из роликов о том, что в России всё плохо. И о чудо! Этот ролик набрал просмотров больше, чем другие. Молодой человек, окрылённый творческим успехом, сделал ещё несколько подобных роликов, которые тоже набрали много просмотров. Так как ютуб принадлежит Сами Знаете Кому (как сказал В. В. Путин — «американским партнёрам»), то нарисовать нужную цифру количества просмотров очень легко. Но доказать, что цифра реальная, простые пользователи не имеют возможности. Таким образом, блогер-ютубер приобрёл «направление» на то, что для самореализации надо говорить, что в России всё плохо. И ему не придёт в голову мысль, что его подвели старшие товарищи к этому решению.

Технология безструктурного управления работает в любом направлении. Например, дети воспитываются не словами родителей, а моделью поведения, которую используют родители. Слова забываются, а вот образ жизни родителей закладывает основу на всю жизнь. Это тоже безструктурное управление.

Средства массовой информации воспитывают общественное мнение. Вы держите в руках маленькую (по тиражу), но честную (по совести) газету «Родовая Земля». Мы, коллектив редакции, читатели, собирающие подшивки выпусков, участники разных проектов, инициированных газетой, таким же образом формируем информационное пространство и осуществляем безструктурное управление. Сфера нашего воздействия — наше окружение, соседи-чужаки, наблюдающие госорганы (вспомните посылки с письмами в администрацию президента с Декларациями своего поместья) и так далее. Мы — часть большого дома, в котором хотим видеть порядок, мир и место для процветания. Наш дом — планета Земля с одним из богоизбранных мест — Россией.

Мы понимаем, что по сравнению с другими СМИ наш вклад зримо невелик. Но поверьте, он есть и его масштаб не измеряется только количеством отпечатанной бумаги. Чтобы так было и далее, нужна осознанная поддержка каждого. Мы приглашаем всех неравнодушных к участию в безструктурном управлении нашей страны через один из механизмов этого — газету «Родовая Земля»!

Ждём читателей в новом году в большом составе, в здравии, счастье и процветании!

Дан ЗЕНИН, редакция «РЗ»



**ЭКО ВЕСНА
2021 ЯЗ**

#ЧистыйДомЧистаяПланета
#ЯЗачистоту

**Будущее
Земли
зависит
от каждого
из нас**

В 2021 году Министерство экологии вручило сертификат на 100000 рублей семье Рафиковых. Они заняли первое место по Татарстану как экосемья, высадившая более 200 га леса.

Я — деревенский житель, научилась любить и охранять природу. И ясно осознаю, в какой стадии сейчас находится наша природа даже вдали от города. Территории лесов сократились, поэтому появляются ураганные ветры, родники высыхают, жители города вынуждены покупать чистую воду.

Воду хоть как-то можно купить, а ведь свежий воздух за деньги не купишь. Народ болеет. Птицы и звери исчезают. Окружающая нас среда постепенно превращается в степь.

Чтобы выйти из этого страшного положения, вокруг городов и сёл необходимо начинать сажать леса!

1. Если сажать лес около городов и деревень, то люди всю жизнь будут пить чистую родниковую воду, дышать целебным лесным воздухом, насыщенным ароматами цветов и мёда!

2. Лес — это защита от ураганных ветров, размыва почв.

3. Где есть лес, там всегда идут дожди.

4. Чем больше леса, тем больше птиц и диких животных, ягод и грибов. За рябиной и калиной, за боярышником, за вишней, облепихой далеко ходить не надо!

5. Кроме того, посадки зелёных поясов вокруг сельских поселений позволяют экономить расходы на отопление на 30%.

Будем жить как в раю, вдыхая свежий лесной воздух! Мы не должны ждать от кого-то помощи, что кто-то придет и всё посадит за нас когда-нибудь. Поэтому предлагаю каждому жителю городов и деревень подключиться к посадке леса. Думаю, каждая семья должна участвовать в посадке леса. Мы ответственны перед своими детьми и внуками за то, что оставим после себя. И начинать нужно с себя, быть примером для будущего поколения!

Предлагаю каждую весну на один день организовывать посадку леса. Это мероприятие необходимо превратить в настоящий праздник. Приобщить к этому святому делу нашу молодёжь из школ и других учебных заведений.

В нашем технократическом мире необходимо приобщать детей к природе. И делать это с по-

мощью реальных действий, а не только в виде поучительных лекций о природе. Один саженец сосны стоит 2,50 руб. Всего лишь за 100 руб. можно купить 40 саженцев, которые в будущем станут величавыми деревьями, посаженными своими руками.

В 2014 году в Азнакаевском районе, возле деревни Ирекле мы посадили 20 га леса с помощью администрации города Азнакаево. В этом мероприятии участвовали администрация города и главы 20 сельских поселений Азнакаевского района.

После посадки мы собрались за большим обеденным столом и угощались вкусной едой. На душе было очень радостно! Не сложно своими силами высадить лес и вместе превратить всю землю в цветущий рай!

В первую очередь, руководствуясь законами РФ, необходимо сажать леса на карьерах и в оврагах, а также на неиспользуемых пастбищах и пашнях, особенно рядом с водоёмами и по берегам мелких рек.

Всего на территории РТ более 1000 га заброшенных карьеров и более 10000 га оврагов, не говоря о склонах гор, которые подвергаются сильной эрозии из-за отсутствия леса. Мы сажаем лес всего на протяжении шести лет, и за это время уже было посажено более 100 га леса.

Призываем глав районов и, конечно, руководство нашей республики помочь организовать ежегодные посадки леса, хотя бы 200–500 га в год в каждом районе, с привлечением школ, волонтеров и народных активистов.

Самые необходимые породы деревьев для посадки — это дуб, сосна, ель, берёза, лиственница, клёны (наши, не американские) и особенно липа. Также крайне необходимо сажать кустарники лесных и плодовых пород (спирея, акация, вишня, боярышник, облепиха), чтобы формировалась целая экосистема и даже лесосад (в будущем это может принести экономический эффект).

Необходимо в каждом районе восстановить и создать новые питомники площадью хотя бы 5 га. Это также дополнительные рабочие места, где будет возможность выращивать не только рас-

пространённые, но и редкие виды деревьев и кустарников (например, чёрный орех, излечивающий от онкологических заболеваний, и др.).

Предложить создавать питомники субъектам малого предпринимательства. Это будет более рационально, так как предприниматели обеспечат полную сохранность (от лесей, например), а также ответственно проконтролируют всхожесть и качество своих саженцев.

В последние 10–15 лет происходит изменение климата. Наиболее острая проблема — это вытеснение леса степью. Уровень грунтовых вод понижается, что приводит к обмелению водоёмов, исчезновению родников. Например, на юго-востоке Татарстана он понизился на 2 м. В Азнакаевском и Бавлинском районах несколько деревень остались без источника воды, и исчезли почти полностью водоёмы. Появляются вредители, характерные для степей, — например, саранча, степной сверчок.

Земля или пашня, покрытые травой, зимой промерзают. Весной под воздействием солнца начинается интенсивное таяние снега. Талая вода не может впитаться в мерзлую землю, стекает. Летом поверхность земли на открытых площадях нагревается, температура поверхности земли больше, чем температура дождевой воды, вода опять стекает, не впитываясь.

Происходит смыв поверхностного слоя почвы, что приводит к заилению водоёмов, к сильной эрозии склонов, образованию оврагов.

Совсем другая картина в лесу: земля покрыта подстилкой, листьями, зимой снег не выдувается, земля сильно не промерзает. Весной снег тает позже, когда воздух прогреется, талая вода впитывается, подпитывая грунтовые воды.

Над массивом леса образуются облака из-за испарения воды лиственной поверхностью, и часто дожди выпадают тут же, над лесом. Ещё в XIX веке Василий Докучаев пришёл к выводу о разумном, безопасном соотношении площадей сельхозугодий и леса.

Мы можем увеличить площади, покрытые лесом, посадкой деревьев.

Во-первых, на неудобьях, эро-

зионноопасных участках, на землях, где плодородие почв низкое, не обеспечивает получение урожая — деградированных землях. В Азнакаевском районе 15 диких карьеров не используются, заросли травой, берёзой и соснами, рябиной — древесно-кустарниковой растительностью — пионерами. Эти площади не вернуть в сельхозпроизводство, содержание гумуса низкое. По сравнению с другими приёмами лесомелиорация дешевле раз в двадцать.

Во-вторых, на землях водоохранного режима использования земли ограничен, поэтому в целях обеспечения водой водоёмов, как уже говорили, необходимо эти площади засадить деревьями. На водоохранных лесах рубка запрещена, поэтому целесообразно сажать плодовые деревья, например орехи (манчжурский, серый и т.д.), медоносы — липу, клёны (наши, не американские), бархат амурский.

Общеизвестно, что вода родника, обсаженного дубами, очень вкусная.

Для оптимизации экологической ситуации в РТ крайне необходимо увеличить площади лесов, создаваемых на деградированных землях и вокруг сельских поселений, в достижении показателя 25% от общей площади земель РТ. Кроме того, посадки зелёных поясов вокруг сельских поселений позволяют экономить расходы на отопление на 30%.

Организовывать посадки нужно прежде всего на государственном уровне и параллельно начинать работу на общественных началах, привлекая для посадки леса школы, учебные заведения, волонтеров — молодое поколение, которое берёт образец со взрослого поколения.

Организовать массовые посадки не так сложно. С участием всего лишь 100 человек и привлечением всего одной единицы техники (трактор с плугом) можно посадить за 1–2 дня до 50 га леса. Необходимо лишь наличие саженцев, желательна с закрытой корневой системой.

Если каждый район будет осенью и весной выполнять при помощи общественности посадку леса вокруг городов, сёл и пашен объёмом в 500–1000 га в год, то в скором времени мы полностью поменяем экологическую ситуацию в степных районах России. Всего за 10 лет совместного и не затратного труда мы сможем изменить мир.

Наша семья шесть лет назад начала сажать лес до 5 га в год, привлекая друзей и единомышленников. За четыре года мы посадили 30–35 га леса вокруг деревни, на холмах и оврагах.

А при помощи администрации нашего района и с привлечением близлежащих школ за три последних года мы довели эту цифру до 30 га в год и на сегодняшний день посадили более 100 га леса. Прodelав этот труд, сделали вывод, что организовать такую посадку вполне возможно и нужно сажать в каждом районе, и это не так сложно, как кажется.

Современный человек своим детям в наследство оставляет дом, машину, деньги на сберкнижке — всё это переходящее, через 50 лет всё сломается, износится, израсходуется. А дерево может жить до 500 лет. Так давайте своим потомкам на память оставим леса и чистую воду, родники и чистый воздух!

Семья РАФИКОВЫХ

Республика Татарстан, с. Ирекле
<https://vk.com/vestnikrp>



**Музыкальная
посадка деревьев**

В начале октября на территории экологического проекта «Земун», расположенного в селе Курки Артинского района Свердловской области, состоялась ежегодная музыкальная посадка деревьев.

Добровольцы сажали деревья под музыку и без неё (на территории Священной рощи не пели и не играли, когда сажали). Высадили приблизительно 500 деревьев.

Этномузыканты поддержали посадку деревьев вечерним концертом. В программе были эстрадные и русские народные инструменты — диджериду, ситар, варган, калimba, барабан, гусли. Было исполнение и горловым пением. Завершился концерт этноджемом, который объединил звучание инструментов профессиональных музыкантов и не только.

Событие организовано СРОО «Доброкруг» при поддержке АНО «Ассоциация музыкантов Урала» и Министерства образования и молодёжной политики Свердловской области, а также профсоюза Сбербанка России в Екатеринбурге. Саженцы и семена предоставлены Уральским государственным лесотехническим университетом, УСЛК им Л. И. Вигорова и общественным движением «Родной лес».

Саженцы также были взяты из питомника самого экопроекта «Земун», который был заложен в 2014 году совместно с Анатолием Орловым, специальным гостем. Я участвовала в закладке этого питомника.

Было очень приятно и здорово осознавать, что это всё может происходить рядом с моим родным селом, в соседней деревне.

Я рада тому, что мне удалось поучаствовать в закладке Священной рощи на горе и высадке саженцев из питомника.

Благодарю экопроект «Земун» за такую возможность и за благо дело!

Алина БИКМУХАМЕТОВА

Свердловская область



Где обучаются дети Радосвета

Поселение Родовых поместий Радосвет находится в Краснодарском крае, между двух морей — Чёрным и Азовским, в 120 км от Краснодара, до ближайшей крупной станции Варениковской — 5 км. Площадь поселения — 600 га. Инфраструктура поселения: более 20 водоёмов; отсыпано 18 км дорог твёрдым покрытием; проводится электричество; ведётся строительство гостевого комплекса; есть образовательный центр и детские площадки, также спортивная площадка; обустроены фестивальная территория и зона-кемпинг; работает строительный цех; высажен питомник растений.

Чаще всего в Радосвет переезжают семьи с детьми, ведь им хочется дать всё лучшее, что может быть в этой жизни. А когда есть дети, возникают разумные вопросы о садиках, школах, поликлиниках, секциях и кружках.

Какие детские сады посещают дети Радосвета?

Чаще всего малыши находятся дома вместе с родителями или собираются у кого-то из соседей. Ближайшие детские сады находятся в станицах Варениковская и Гостагаевская, а также в Анапе.

Где обучаются дети Радосвета?

Можно выделить несколько вариантов:

- на домашнем обучении, дистанционный формат;
- в муниципальной школе на хуторе Школьном, в селе Фадеево, в станице Варениковская (около 15–20 минут на машине от Радосвета);
- в частных школах в Анапе (около 30 минут на машине от Радосвета);
- в Радосвете уже построено здание, в котором будет школа, но образовательный процесс в этом году ещё не запущен.

Какие дополнительные занятия, кружки и секции могут посещать дети?

Периодически родители Радосвета самостоятельно организуют творческие и спортивные занятия для детишек. Также возят в станицу Варениковская, где есть спортивная школа и школа искусств, где ребёнок может получить изобразительное, музыкальное или хореографическое образование. В Доме культуры проходит много дополнительных занятий.

Где дети в случае необходимости получают медицинскую помощь?

Ближайшие поликлиники находятся в станице Варениковской, но большинство жителей Радосвета обращаются в частные клиники в Анапе и передают друг другу контакты хороших врачей. Также многие предпочитают лечиться народными методами, травами, цветами и ягодами, собранными на своей земле.



Земля не терпит хайпа



Хайп — модное английское словечко, которое стало ключевым понятием современности. Переводится как создание шумихи, раздувание сенсаций, агрессивная массовая реклама. На хайпе делаются миллионы карьер, создаются сумасшедшие новости в СМИ, накручиваются безумные прибыли. Заметьте, как похоже на русское слово «хапнуть» по звучанию и по смыслу.

Наверное, основная задача тёмных сил — это выстроить для нас длинный-предлинный путь от человека-созидающего до человека-хайпающего. А проще говоря, хапуги — бессмысленного, жадного потребителя, пожирающего мир и самого себя. Причём это относится не только и не столько к материальным благам, тут и так всё понятно. Страшно, что хайп становится меркой души.

Больше не нужно куда-то стремиться, к чему-то тянуться, выдвигать из себя раба. Нужно просто «быть собой» и «брать от жизни всё». Если ты — бездарь, тем лучше: какой будет хайп, если вылезешь на сцену знаменитого театра и потрясёшь сиськами.

Если ты «голубой» или «розовая», тебе и флаг в руки: выходи на площадь в трусах и лифчике и смакуй на публике своё извращение. Благодаря ему ты уже готовая звезда. Если у тебя нет крупной суммы, зачем учиться приумножать средства, искать новые источники дохода, что-то создавать, инвестировать? Вот же он, кредит, вот она, крутая тачка, вот она, клетка в 20-этажке с видом на 30-этажку.

Людям не нужны долгие результаты. Мы всё больше становимся похожи на подёнок: есть такое насекомое, которое во взрослой стадии живёт только один день, танцуя над поверхностью воды. А после нас — хоть потоп.

Подёнки хоть яйца успевают отложить, нам же всё по барабану. Рожать уже не модно: ведь один ребёнок съедает 60% семейного бюджета, как прочитала я недавно в одном материале...

Нашим бы дедам и прадедам, бабушкам и прабабушкам, прошедшим войны, революции, репрессии, нищету и голод, такое



сказать — за сердце бы схватились, наверное, или за ремень.

Не будет никакой третьей мировой, что вы! Отрицательная рождаемость даже в Китае. Города-призраки, опустыненные, обезлюдившие территории по всей планете. Не «корона» нас губит, а хайп, ставший образом мыслей и образом жизни...

Вернувшись домой после традиционной ежегодной поездки к бабушке и на море, я ощутила эту сущность технократического мира сполна. Контраст с миром, который мы год за годом растим, разителен.

Думаю, со мной согласятся все, кто живёт на земле или постоянно соприкасается с ней — не важно, в поместье, на даче... Ты вернулся, а Пространство обняло тебя, уставшую, замученную, и, несмотря на засуху, выросло тебе вёшеночек на пенёчке к твоему приезду, распустилось цветочками... И в сердце разливается благодать. Я дома...

Жизнь и труд на земле — это полная противоположность хай-

па, такая же, как долгосрочная инвестиция — противоположность кредиту.

Но это инвестиция длиною в жизнь, а если речь идёт о Родовом поместье, то это инвестиция в поколения, в Род, в Вечность. Это не просто вложение труда и средств.

Это вложение всего себя, готовность жертвовать собой, готовность к постоянному набиванию шишек, причём зачастую весьма и весьма глупых, потому что, положив руку на сердце, большинство людей совершенно разучились любить и понимать землю, природу и труд на ней воспринимают как каторгу.

Но при всей своей лености и истинно городской нелюбви к труду на земле, которую приходится искоренять до сих пор, скажу с чистой совестью: только такой созидательный труд укрепляет волю и дух, развивает, учит, лечит, заставляет мудреть и приносит резуль-

таты, которые радуют глаз, душу и тело годы и годы, переходя к детям и внукам. Это и есть настоящая жизнь и настоящее честное и чистое счастье.

Я читаю много материалов переехавших на землю людей, под ними всегда очень много противоречивых комментариев, но суть сводится к одному — не хотим работать!

Трудиться честно не хотим! Хотим денег, денег, денег! Всё в магазинах есть! Учиться не хотим, желаем волшебную таблетку и английский за месяц! Воспитывать не хотим, хотим чудо-школы с чудосадиками и мега-педагогами! Развивашки-мультики-гаджеты нам в помощь. Создавать и осмысливать ничего не хотим — есть телевизоры с умной Алисой, которая разве что кофе ещё не научилась варить... Да и рожать не хотим, лучше котика заведём или йоркшира за тысячу баксов. Бюджетная такая собачка. На пляже их больше, чем детей. Ребята, это путь в никуда.

Хайп умирает, едва родившись, в следующую секунду уже рождается новый, и миллионы глаз уже устремлены туда, миллионы рук уже качают новую звездочку. Метеор — это всего лишь вспышка...

Планета меняется на глазах, и на ней вершится тихий и незримый Божий суд. Каждое мгновение. На глазах рушатся старые образы, бьётся в агонии зло, утачивая в бездну тысячи жизней — вирусы, фашизм, прививки, ГМО, разврат, упакованный в фантик «свободы выбора», всё это его длинные руки, до последнего цепляющиеся за господство над Человеком, сыном Творца.

Но на фоне этого чёрного покрывала, окутавшего весь мир, уже видны островки-светлячки нового мира. Там, где люди выбрали правильно. Там, где по-настоящему любят своих детей, где учатся понимать Бога, Землю и Любовь.

Вот она, настоящая свобода выбора — между Вечностью и хайпом. Другой попросту нет...

Елизавета КРЕСТЬЕВА,

хозяйка Родового поместья
Славное, Приморский край





Проводница помогла Зоя Петровне спуститься с подножки вагона. Два года она не была в родном селе.

Раннее весеннее утро. Свежий воздух буквально опьянил её. О нём она мечтала, пока жила в городе у дочери. Здесь воздух — прозрачный, там — настоящий смог.

Два года назад дочь увезла её к себе в городскую квартиру, считая, что старенькой матери трудно жить в сельской местности одной. Зять и двое внуков относились к ней хорошо. Но всё это время она скучала по своему домику, огороду, где каждая пригоршня земли прошла через её руки. А когда мылась в ванне, то вспоминала свою баньку с веничком.

Недавно ей позвонила знакомая из села и сказала, что Зоин сосед, Архип, после смерти жены очень сдал, что не поддаётся на уговоры своих детей переехать к ним в город. И решила Зоя Петровна вернуться обратно. Два дня обдумывала она своё решение, прежде чем сказать о нём дочери. Та приняла его сначала в штыки, но старушка была непреклонна.



Какие наши годы!

Здесь кое-где лежит снег, а в городе его давно уже нет, женщины ходят по асфальту в туфлях.

Зоя Петровна дошла до скверика. На этом месте раньше была танцплощадка, а рядом — деревянный клуб. Сейчас тут растут деревья, поставлены скамейки. До дома — рукой подать. Присев на скамейку, она прикрыла глаза и как

будто наяву увидела танцующие пары. Много лет назад здесь звучала музыка — душевная, лирическая. Девочки приходили нарядные. Тогда в моде были медленные танцы. Архип пользовался особой популярностью, он лучше всех танцевал вальс, чаще всего — со своей будущей женой Лушей. Как давно это было, а всё словно наяву.

Услышав шаги, Зоя Петровна открыла глаза. Кто идёт в столь ранний час? Архип!

— Плохо сплю. Проснулся, вышел из дома, смотрю, кто-то сидит на скамейке. Решил посмотреть, кому ещё не спится. Ты как, Зоя, здесь оказалась, ведь в город уезжала?

— А я из-за тебя приехала, чтоб к себе жить позвать, если не будешь против.

— В город я не поеду, здесь помереть хочу. Я и к детям своим не еду.

— Не так ты меня понял, Ар-

хип. Я ведь тоже в городе не прижилась. Всё хорошо у меня было: почёт, уважение, комната своя. Да не нравится мне там. Знал бы ты, как я соскучилась по селу, по своему дому. Я, Архип, хочу предложить тебе вместе век доживать в моём доме.

— А почему в твоём?

— У меня вода проведена, по-

легче нам будет.
— А дочь твоя не против будет?

— Нет, у неё дача возле города. А в твой дом пусть твои дети приезжают.

— Помнишь, как мы тут, молодые, танцевали? Я сюда часто прихожу, вспоминаю, — вздохнул Архип.

— Помню, — прикрыла глаза Зоя, — ты и меня на вальс приглашал... Так ты согласен?

— Как-то всё неожиданно это. А молодые над нами не посмеются?

— Мы в их возрасте были, а им в нашем — только предстоит. Не известно, что и как у них в старости сложится.

— И то верно.

— Ну что, пойдём? Поможешь мне замок открыть. Потом твои вещи, какие нужны для жизни, ко мне перенесём.

И тут Архип окончательно понял происходящее, улыбнулся светло:
— Спасибо тебе, Зоя! А я ведь уже помирать собрался. Пойдём! Какие наши годы!

Татьяна ЛОНСКАЯ

О рекламе и распространении идеи образа жизни в Родовых поместьях



за участок земли?» Это значит, что человек готов, планирует и делает конкретные дела в этом месте, получает результаты, которые облагораживают участок. При этом создаётся на таком участке гармоничная, многообразная, стабильная, самовосстанавливающаяся среда обитания для всего живого, что может человек охватить своей мыслью и делами.

Как маленький пример и опыт был уже на «дачках» по 6 соток, которые человек обустроивал на неудобных, заросших бурьяном, где было вложено много сил и средств каждой семьи в каждый квадратный метр участка. И потом, через несколько лет, уже такой квадратный метр давал и радость, и урожай тому, кто обустроивал его, семье и потомкам.

То есть человек получает всё необходимое для себя и своей семьи, рекламируемое от жизни на своей земле, уже как следствие своих дел, конкретных действий, многолетнего кропотливого, вдумчивого труда, осознаний, безконечных экспериментов с посадками и пересадками многообразных растений, где человек становится гармоничным звеном в этой длинной цепочке сотворчества с Природой и Богом.

Когда руки человека становятся «руками Бога на земле», действующими для «...совместного творения и радости для всех от созерцания этого творения...», вот тогда и проявляется суть Родового поместья в жизни человека в этом месте на Земле.

На самом деле важно, приоритетно, что именно вследствие вложенного физического труда (например, посадка нужного растения) вырастает результат в виде физического плода от растения или его части. Такие действия надо многократно освещать и везде подчёркивать. Обязательно вовлекать детей в этот процесс.

И нужно осознать, что решение о смене места жительства че-

ловека, переезд из города на землю — это всего лишь маленькое звено. Но сейчас рекламируется такое решение как суперважное и якобы сразу дающее приоритетные права на дары Природы.

Когда человек клюёт на такую наживку, вот тогда неизбежны и разочарования через несколько лет, и усталость, и отрицание идеи Родовых поместий, и депрессия, и возвращение в город и т.д. Отсюда встречаются и такие объявления как «продам Родовое поместье в связи с...».

Также нужно понять, что именно потребительская жизнь по западному образцу — это жизнь паразита, жизнь в кредит. Пока есть хозяин, на котором можно паразитировать, сам паразит живёт. А помрёт хозяин — паразит помирает тоже или сбегает и ищет другого хозяина. И это прямая аналогия с настоящим нашим обществом.

Пока хотя бы критическая масса людей не поймёт, что нужно начинать с того, чтобы вложить свой труд, энергию, сделать дела, получить позитивный результат на своей земле в виде растущих деревьев, кустарников, овощей, ягод, цветов и т.д., наше общество будет оставаться в роли паразитов на Земле. Пока ещё очень мало что поменялось, несмотря на то, что пошёл третий десяток лет с момента озвучивания идеи жизни в Родовых поместьях.

Понимаете, когда изначально не расставляются верные ценности и приоритеты, то получают поселения потребителей, которых сейчас уже великое множество. Но такие поселения ничего по своей сути и в целом нашем обществе не изменяют и не изменят, потому что в такие поселения едут люди, чтобы просто «убежать из города, от всего, что там грузит», а, по сути, просто в потребительских поселениях копируется безответственная городская жизнь. Эту ошибку уже хорошо видно

среди нас, тех, кто начал обустроить свои Родовые поместья уже с десяток лет назад.

А ещё, так как сейчас это освещается в том числе и самими жителями Родовых поместий, то на самом деле совсем не понятно со стороны, чем поселение Родовых поместий отличается от любого другого сейчас уже просто массово используемого бренда «эко-агро-поселений» во многих местах России.

Обычно в них рекламируется просто производство какой-то сельхозпродукции, а на деле выясняется, что нужны безвыездные рабочие руки. Условия «отличные» — живи на этом месте, вот тебе работа (на дядю), дом (на ферме), инфраструктура (как в городе), всё рядом. В итоге очередной обычный пригород, который скорее всего в недалёком будущем станет стандартной окраиной ближайшего города.

Потому такие поселения интересны для системы только с точки зрения производства сельхозтоваров, которые город с радостью подешевле «скушает». И навряд ли жизнь человека в таком поселении приведёт человека к гармоничной жизни в сотворчестве с Природой.

Грань достаточно тонкая, но она уже высветилась за последние десять лет. А потому обращаясь ко всем, кого «зацепила» идея Родовых поместий.

Подумайте, как вы освещаете свою жизнь в Родовом поместье. Что рассказываете о себе? Как вам просто «классно», какие у вас весёлые и интересные праздники? Это тоже нужно, но это должно быть вторично.

Может, стоит намного больше делать что-то на своём участке и рассказывать о своих действиях, о своих наблюдениях, о том, что сделали и что получили в результате? К сожалению, разных теорий, идей, предложений, фэйков сейчас везде масса, а вот реаль-

ных дел и результатов очень мало, и не только в Родовых поместьях.

Когда множество семей в своих Родовых поместьях станут получать стабильно и в изобилии плоды своего труда в виде здоровья, позитива, материальных благ и таким образом начнут выходить на самосознание себя как Человека в окружающем мире, независимо от чуждых догм и предубеждений, вот только тогда и начнут меняться наше общество, наша страна.

Сколько времени потребуются на эту трансформацию? Это зависит только от нас, тех, кто уже обустроивает свои Родовые поместья и вольно или невольно становится «примером для подражания».

Советы для тех, кто сейчас ищет свой участок земли

Сейчас, после обустройства своего Родового поместья (с 2010 года), мы бы обращали внимание на такие приглашения в поселения, волонтерские проекты и Родовые поместья, как например:

1. У вас есть желание принять участие в посадках и уходе за кедрами, цветами, орехами...? Приезжайте к нам! Возьмите с собой, если сможете, любые семена, растения и саженцы в наш парк-дендрарий! Мы сможем вместе облагородить наш участок земли — поселение... Мы будем вам предоставлять фото, видеотчёт о росте и развитии вашего саженца у нас. Будем рады вашему визиту и помощи в будущем.

2. У вас есть желание принять участие в волонтерском проекте по...? Приезжайте к нам на помощь.

Когда человек готов безкорыстно трудиться на благо общего дела, тогда есть у этого дела шанс на будущее. Очень ценно выявлять и аккумулировать позитивные устремления и таких людей в одном месте. И важно, чтобы таких мест становилось больше.

Мысли Вячеслава МОРОЗОВА
записала Юлия МОРОЗОВА
Родовое поместье Морозовых
Краснодарский край
Вестник Родовых поместий

Живая культура в печах, избах и ремесле

Во время пандемии режиссёры Илья Желтяков и Настя Полухина купили избу в 300 км от Петербурга и запустили туры по вепским деревням «Лес и ветер». Впервые они побывали там около 10 лет назад, когда снимали фильм, и с тех пор полюбили эти живописные места, заинтересовавшись историей вепсов — коренного народа Ленинградской области, которых осталось всего около 6 тысяч.

Режиссёры сами отремонтировали избу и обставили её мебелью, которую купили у местных или нашли в заброшенных домах. Они хотят популяризировать вепскую культуру и возрождать деревню, давая людям работу, но не нарушая местный уклад. В этих краях всё ещё говорят по-вепски, помнят старинные обряды, общаются с духами леса и умеют «заговаривать» огонь.

Чем уникальны вепские деревни

— Впервые мы оказались в Вепском краю, когда приехали туда снимать кино, — рассказывает Илья Желтяков. — Это был игровой фильм по Платонову, где действие происходит в послевоенной деревне. Мы искали места, где нет признаков цивилизации, например, пластиковых окон, но при этом есть деревянная церковь. И нашли деревню Гимрека в Подпорожском районе.

Это очень красивые места: Онежское озеро, леса, деревянные церкви, глушь. Всё это захватывало дух, у меня прямо воображение играло: представляешь себе, как 400 лет назад люди здесь что-то строили, собирались вместе. Эти места запали нам в душу, и мы стали приезжать где-то раз в полгода просто отдохнуть.

Потом мы снова снимали фильм, теперь уже документальный про сельскую школу в Липецкой области, для которого нужны были жители деревни. И так мы нашли Татьяну Цветкову — жительницу деревни Лашково, которой больше 90 лет. Здесь нам помогла система деревенских старост. Мы знали старосту Гимреки, он как-то проникся нашей ситуацией. Старосты передавали нас друг другу, и в конце концов мы оказались в Ярославичах.

Уже тогда появилась первая мысль, что было бы неплохо сделать в этих местах какой-то проект. Мы занимаемся кино, но всегда делали что-то ещё, потому что семье документальными фильмами не прокормишь. У нас была своя сеть хостелов «Петя и волк» в Петербурге, но потом мы их продали, нам это наскучило.

Около года думали, чем бы заняться. Тут вдруг пандемия, и мы вспомнили про вепские деревни. Поскольку у нас уже были знакомые в Ярославичах, то сразу начали узнавать, какие дома продаются. Изучили экономику будущего бизнеса и начали делать.

Замысел был не просто возить людей в деревню, важен был смысл помимо личного — чтобы эта история продолжала наше мировоззрение. За эти семь лет, что мы периодически приезжали сюда, прошли определённый путь: сначала увидели красоту и уют, потом познакомились с местным населением. Узнали, кто такие вепсы и их трагическую историю, которая продолжается и поныне.

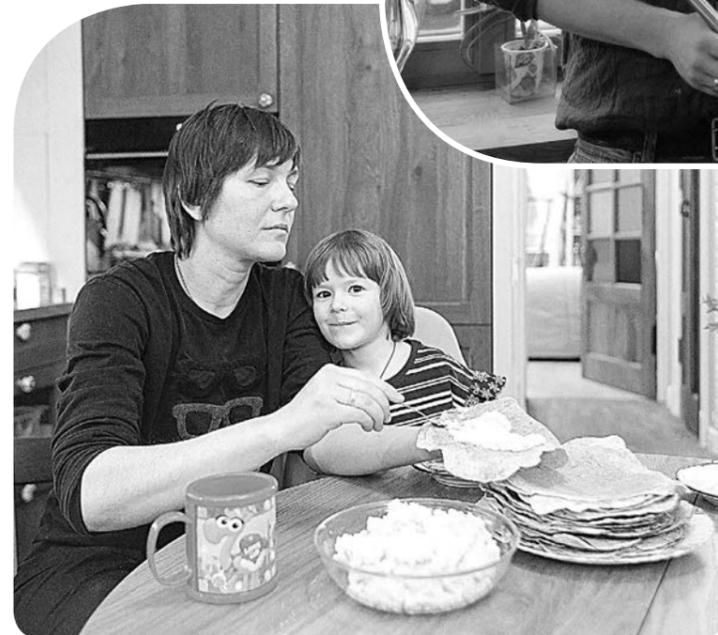
на знакомствах с деревенскими людьми. Это даже не путешествие, а фактически проживание. Мы (с гостями) живём в избе, едим еду, приготовленную в печи, моемся в бане по-чёрному и не видим никаких других туристов на сотни километров вокруг. Больше восьми человек с собой не берём.

С самого начала был замысел полностью отказаться от лубка, от туристического продукта. Поэтому мы часто минуем официальные достопримечательности и музеи. Нам важно погрузить человека в настоящий контекст. Пожить деревенской жизнью, встретить-

У этих земель особая история. Совершенная оставленность, как будто забытость, но при этом — самобытность и красота. Когда мы с ней познакомились, то нашли для себя что-то более важное, чем просто визуальные красоты. Не хочется пафосных речей, но знакомство с этими местами существенно нас обогатило.

Мы чувствовали себя в определённом долгу, как, в принципе, и многие люди, которые сюда приезжают и остаются. Здесь большая диаспора людей из города: творческая интеллигенция, научная. Очень много современных художников из Москвы, Петербурга. Наша соседка, например, — Ирина Актунганова (куратор, директор «Галереи 21», руководительница проекта «Новая антропология»).

Я сам родом из Мурманской области, и мне нравится бывать в



деревне. В идеальном мире мы хотели бы там жить и решили действовать так, чтобы приблизить эту свою возможность. То есть мы сами получаем удовольствие от того, что там находимся, это приносит достаток, а ещё, как оказалось, это важно не только нам, но и тем людям, которые к нам приезжают.

Путешествия по деревням

— Мы изначально приняли решение не строить новых зданий, а интегрироваться в среду. Хотели найти настоящую избу, в которой можно сделать более-менее комфортные условия для проживания. Но при этом не рассматривали никаких вариантов с коттеджами, чтобы дом не портил архитектурный стиль деревни.

Наши путешествия построены



жалко с этим расставаться? Это же такая реликвия, семейная вещь». Она говорит: «У нас просто лежит, мы поняли, что вам нужнее». Точно так же одна женщина отдала нам кружевное одеяло, которое тоже делала её мама. Бабушка из Ярославичей подарила кружевные подзоры для кровати, говорит: «Я на нём замуж выходила».

Что-то мы нашли в заброшен-

ных избах: сундук, кружевные салфетки. Но, конечно, всегда спрашивали разрешения, можно ли это взять. Находили родственников или, если это невозможно, обращались к старостам деревни. Всё это — вещи с историей, и у каждой какая-то энергетика.

Когда мы делали ремонт, деревенские бабушки приходили к нам и говорили: «Ой, ребята, вы прямо делаете, как было у нас». Но вообще удивлялись, что какие-то чудики приехали. Думали, кто вообще сюда поедет, кому это надо?

Отношение местных жителей к путешествиям

— В нашем маленьком предпринятии занято около 15 человек местных, а это четверть населения, если считать, что зимой в Ярославском кусте деревень живёт около 60 человек, — уточняет Илья. — Для кого-то это основная доход, для кого-то — маленькая прибавка. Кто-то помогает топить печь, кто-то рассказывает историю, кто-то печёт калитки. Это важно с экономической точки зрения, а ещё люди чувствуют, что они нужны, что есть какая-то движуха, и потихоньку втягиваются.

Вепсы вообще народ закрытый. Они, с одной стороны, очень гостеприимные, но в свой маленький мир посторонних не пускают. В общем-то они язычники, и это неотъемлемая часть их жизни и образа мышления. Есть нойды (шаманы), есть заветные места, куда ходят и оставляют заветы, обещания духам леса.

Когда местные увидели, что мы хотим не просто приехать, привезти туристов и получить деньги, а для нас это продолжение души, то отношение к нам изменилось, хотя оно и так было доброжелательное.

Местное руководство к нам тоже относится нормально. Сначала неформально предложили нам любую помощь. Потом даже посоветовали податься на грант на развитие туризма, но мы не стали участвовать. Там нужно соответствовать определённым стандартам, а это бы деформировало наш замысел.

рополя. Есть масса запросов из Европы. По большей части это люди, так или иначе имеющие отношение к России.

Как ремонтировали вепскую избу

— Дом в Ярославичах, который мы выкупили, принадлежал вепской семье, — говорит Настя Полухина. — Они построили его своими руками: сами сложили печь, даже кирпичи сделали сами. Когда мы туда приехали, дом, конечно, был забит всякими вещами советской эпохи: мебелью, коврами. Мы всё убрали, оставив только самое необходимое, и решили вернуть дом к первозданному облику.

Ремонт делали своими руками, кроме всяких сложных плотницких работ. Забелили стены, покрасили. С дизайном нам помог знакомый художник-постановщик, который тоже работает в кино. Сама переделывали элементы декора, Илья отреставрировал столик в маленькой комнате.

Мебель мы искали у местных. Написали объявление на бумаге, мол, с большой радостью купим такие-то предметы. Развесили его в магазинах, и нам стали звонить люди: у кого-то кровать, у кого-то матрас. Спрашивали: «Вы что там, музей, что ли, делаете?» Предлагали много всего: горшки, веретёна, что лежали по чердакам.

Две бабушки подарили нам лоскутные покрывала. Рассказали, что их делала ещё их мама вручную, то есть ему не знаю, сколько лет! Я говорю: «Да вы что! Вам не



Возрождение деревенской культуры

— Мы хотим купить ещё один дом на Онежском озере, — продолжает Илья. — Ту, дальнюю часть вепских земель, ближе к Архангельску, пока не можем охватить, а там много интересного. В отличие от Винницкого района, там детей до сих пор учат вепскому языку. И если говорить про активистов, которые стараются сохранять культуру, таких людей больше у северных вепсов. Так что мы решили масштабироваться: нашли двухэтажный купеческий дом, сейчас на стадии переговоров.

Мы хотим развивать территорию, привлекать больше местного населения. Я общался с молодыми ребятами, которые уехали в город, потому что нет работы. Спросил их: сколько вам нужно зарабатывать, чтобы остаться в деревне? Они ответили, что хотя бы 20 тысяч. Мне кажется, это вполне возможно.

Конечно, это история не одного-двух лет. Но потихоньку, я уверен, абсолютно всё реально. Оказалось, достаточно двух-трёх людей, и маленькая деревня уже чувствует себя иначе. Не сказать, что она кардинально изменилась, но всё же. Есть также идея сделать фонд возрождения вепской культуры, но это пока планы.

Ещё мы сейчас делаем путешествия по побережью Кольского полуострова. Там тоже места, куда очень сложно добраться: мы едем на военных грузовиках. Замысел такой же: работать с местным населением и рассказывать об этих территориях. Есть идея сделать то же самое в деревне в центре Кольского, куда можно попасть только на вертолёте.

— В деревне люди настоящие, и жизнь какая-то настоящая, — дополняет Настя. — Очень простая: пойти принести воду, печку затопить, чтобы было тепло, еду приготовить. В этом заложен огромный смысл. Я абсолютно убеждена, что деревенские люди знают, зачем живут. Хотя, если их спросить, они, скорее всего, скажут: «Что за глупости!»

Эта «настоящность» притягивает. Безумно интересно с ними общаться. Безумно нравится, что они начинают доверять тебе. И ни в коем случае не хочешь их обмануть или подвести.

— Здесь люди живут очень узким кругом, поэтому, когда они встречаются, общаются, у них нет какой-то маски, нет двойного дна, — говорит Илья. — Они никак не прикидываются. Даже если общаешься с ними впервые, то относятся по-честному. Когда они видят, что и ты так, происходит важная коммуникация.

Деревня умирает. И это, конечно, проблема не только вепских земель, но и всей страны. Я много где катался, по разным весям нашей Родины, и в Архангельской, Смоленской областях всё то же самое. Молодые уезжают, в деревнях остаются пожилые. Исчезает население, а вместе с ним и культура. Это, конечно, большая проблема и беда.

Программа, которая есть у государства, не работает в поддержку культуры. Точнее, она работает только на её сохранение, чтобы было в музее. Чтобы что-то на плёночку записали, и детишки на праздниках могли спеть песню на вепском языке. Но живая культура — она в печах, в морщинках людей, в этих серых избах, в полочках, в ремесле. Она живёт только в деревнях.

Александра ШАРГОРОДСКАЯ
Фото: Егор ЦВЕТКОВ

Семья восстанавливает старинную карельскую деревню

Поток туристов в Карелию этим летом вырос на 40% по сравнению с сезоном прошлого года. Из-за закрытых границ жители России побывали в главных туристических точках региона: в музее-заповеднике Кижии, на Валааме, в горном парке Рускеала. Заезжают они и в старинную карельскую деревню Кинерму.

Семья Калмыковых — Надежда, Игорь и двое их сыновей, Иван и Егор — здешние «гении места». 15 лет назад, после рождения своего первенца Ивана, Надежда и Игорь переехали в Кинерму, где стоит родовый дом Надежды, в нём родились и выросли её мама, дед, прадед. Сама Надежда жила в Петрозаводске, но каждое лето приезжала в Кинерму на каникулы, а в 2005 году решила, что нужно поддерживать и восстанавливать старинную карельскую деревню не наездами, а постоянно, и переехала насовсем.

Жизнь среди ветшающих памятников

— «Кинерма» в переводе с карельского означает гора с пологим склоном, — рассказывает младший сын Калмыковых десятиклассник Егор, открытый и общительный парень. Историю деревни он знает наизусть, уже много лет проводит экскурсии по деревне. Говорит, что во время карантина скучает без туристов, хотя обычно летом жалуется, что их слишком много.

Точная дата основания Кинермы не известна: считается, что деревня больше 520 лет. Из 17 деревенских домов 10 — памятники истории и архитектуры. Сердце деревни, часовня Смоленской иконы Божией Матери, была построена во второй половине XVIII века. Рядом с Кинермой нет озера или реки, возможно, поэтому она не превратилась в дачный посёлок и в ней сохранился в нетронутом виде традиционный уклад карельской деревни с её домами, сараями, банями, часовней и вековой рошей.

С переездом семьи Калмыковых в деревню её население выросло в пять раз. Коренной житель, 87-летний Иван Ершов, или дядя Ваня, как его все называют, в те годы был единственным постоянным жителем Кинермы. Ершов — хозяин самого старого в деревне дома, которому 265 лет. Остальные большие красивые карельские дома, хоть и на сто лет «моложе», но к концу 1990-х остались без жильцов, ветшали и быстро разрушались.

Один из таких «обветшалых» домов и купили Калмыковы, живут и восстанавливают его. Потом купили ещё один и сделали в нём гостевой дом для туристов, организовали музей. Вскоре сестра Надежды Ольга Гоккоева взялась за восстановление родового дома их семьи, параллельно они иска-



Новый дом Притупов в Кинерме

ли гранты для финансирования работы с другими домами. Через созданный фонд «Друзья Кинермы» удалось выиграть несколько международных проектов: деньги из Финляндии и Евросоюза пошли на восстановление нескольких домов.

— Когда-то нам дирекция Центра по охране памятников истории и культуры очень помогла: мы вместе с ними реализовали несколько проектов, которые нам помогли начать реставрацию и восстановление деревни. Правительство в своё время присвоило нам статус особо охраняемой территории. Благодаря этому у нас, например, запрещено строить новые дома не по карельским традициям, — говорит Надежда Калмыкова.

О реставрации всех памятников деревянного зодчества в Кинерме семья Надежды только мечтает, но просить о помощи у государства не собирается. «Не мешают и ладно», — говорит она. Боятся Калмыковы, что чрезмерное внимание властей превратит Кинерму в музей или этнопарк, а им важен вовсе не туристический лоск, а самобытность и уникальность деревни. Поэтому и работают Калмыковы круглые сутки: принимают туристов, чтобы на жизнь хватало да было на что старинные дома ремонтировать. «Моя задача — сохранить деревню», — говорит Надежда.

«В Кинерму надо погружаться»

Сегодня Кинерма — один из туристических брендов Карелии, а от желающих увидеть живую старинную карельскую деревню нет отбоя ни летом, ни зимой: по подсчётам Надежды Калмыковой, только тех туристов, что приезжают к ним с организованной экскурсией, около четырёх тысяч в год. А приезжающих просто полюбоваться красотой древней деревни здесь давно перестали считать.

В интернете можно встретить много отзывов о Кинерме: большинство восторженных, но есть и критические. Мол, приехали мы, походили по деревне, посмотрели на полтора полуразвалившихся дома и уехали, совершенно не поняв, где должна быть «самая красивая деревня России» (признана в 2016 году Ассоциацией самых красивых деревень страны). На такие отзывы Надежда не обижается: всем не угодишь. Но каждый раз повторяет: «В Кинерму надо погружаться, иначе её не понять».

Погружаться в Кинерму — это не только посмотреть на дома снаружи, а зайти в часовню, зажечь свечку и постоять в полутьме под

иконами, переночевать в старом доме, сходить в баню по-чёрному, посидеть на лавочке и насладиться тишиной, отведать простой, но вкусной домашней карельской еды, пообщаться с хозяевами. И только после этого делать выводы. У тех, кому повезло «погрузиться», эмоции и отзывы совсем другие. Кто-то благодарит хозяев коротко и эмоционально: «Благодаря вам и вашей семье продолжает жить удивительная Кинерма! Благодаря вам Карелия навсегда в наших сердцах!» Кто-то посвящает Кинерме длинные подробные блоги: «Да, здесь нет вайфая и магазинов, здесь не будет привычных современных условий быта с люксовыми номерами, но здесь есть душа и тепло, которым обволакивает с первых шагов по кинермским тропинкам. Здесь что-то настоящее и искреннее».

В этом году старший Иван, победитель республиканских олимпиад по карельскому языку, учится в 11-м классе. Он уже решил, что после школы будет изучать карельский язык в одном из финских университетов. Свою жизнь после получения высшего образования намерен связать с Кинермой.

— Мы с Игорем, конечно, надеемся, что Ваня и Егор вернутся после университетов и будут дальше нам помогать, продолжат наше дело. Причём вернуться не одни, а с жёнами, — надеется Надежда. На ней вся женская часть работы по приёму гостей, и она уже давно не справляется без постоянной помощницы.

Живая деревня

В августе 2020 года население Кинермы резко выросло: в деревню из соседнего Ведлозера переехала многодетная семья Притупов. В Ведлозере Притупы были своего рода феноменом: у Павла и Бэси семеро детей, шесть парней и младшая Марфа.

11 лет назад Притупы переехали в Ведлозеро из США, родины Бэси, где Павел в общей сложности прожил 10 лет: отучился в университете и даже успел поработать в одной из гуманитарных организаций. Там же Притупы поженились, родили двоих детей, Никиту и Илью, и решили переехать в Карелию. О Кинерме узнали из интернета, стали переписываться с семьёй Калмыковых, поружились. Правда, с момента переезда дом Притупы успели построить только в Ведлозере, а в Кинерме решили купить уже готовый. Павел признаётся, что это решение для него, профессионального плотника, который много лет проводит мастер-классы по строительству деревянных домов, было непростым, но время уходит,

дети растут, а новое строительство могло бы занять ещё несколько лет.

— Сейчас такой важный, критический момент: нам надо дать детям возможность выбрать себе занятие по душе, воплотить в жизнь их интересы. А в Кинерме огромный потенциал для разнообразной жизни. И каждому из нас найдётся применение, — уверен Павел.

В большой семье Притупов у всех разные интересы. Павел видит, что кто-то из детей больше любит работать руками, кто-то — общаться с людьми, кто-то — заниматься творчеством или возиться в огороде.

— Бэси пока занимается детьми и огородом. У нас своя образовательная программа, дети в основном на домашнем обучении. Мы их готовим не к ЕГЭ, а к реальной жизни, учим детей тому, как остаться здесь и жить здесь. Жить со смыслом, с миром с самим собой, быть довольным тем, что имеешь, и понимать перспективы. Для нас Кинерма — это на всю жизнь, — говорит Павел.

Переезд в Кинерму для Притупов — исполнение давней мечты, как когда-то это было для Калмыковых.

— Есть большое желание дальше восстанавливать деревню. К примеру, сейчас мне интересно не столько само строительство, сколько функционал хозяйственных построек, как ими пользовались в повседневной жизни, всеми этими сараями, амбарами. Кинерма даёт прекрасную возможность это изучать не в теории, а на практике и делиться этим с другими людьми, которым это интересно, — считает Притупов.

Впрочем, в планах у Притупов и животноводство. Куры, утки, гуси, свиньи, козы, овцы и даже молочные коровы и мясные бычки. Две семьи вместе смогут совладать с большим хозяйством и прокормить не только себя, но и туристов, уверен Павел.

— Надо делать семейную ферму. Ведь ситуация идеальная: люди к тебе едут сами, не надо за ними гоняться, чтобы продавать свою продукцию. Если мы будем выращивать еду для себя, то почему бы ей же не накормить наших гостей, туристов? А туристам будет гораздо приятнее есть традиционную еду, выращенную традиционным способом, а не из покупных продуктов, — поясняет Павел. — К тому же Кинерма — не глушь. Это не музей, это живая деревня. Надо вернуть сюда частичку той удивительной жизни, которая тут всегда была.

Глеб ЯРОВОЙ
www.severreal.org

Чтобы что-то изменить, нужно полюбить...

«Чтобы что-то изменить, нужно, чтобы люди, которые здесь живут, полюбили это место», — раскрывает секрет успешного развития городов и сёл бизнесмен Борис Акимов. Несколько лет назад он вместе с семьёй переехал из Москвы в деревню Княжево под Переславлем-Залесским в Ярославской области. Там он не только открыл своё фермерское хозяйство, Борис стал объединять жителей в сообществе «Счастливые люди».



приезжал из Москвы на выходные. Единственным минусом было то, что приходилось несколько раз в месяц ездить из столицы в Княжево и обратно. И если большинство людей, устав от таких поездок, в итоге перебираются в столицу, Акимов решил сделать наоборот — обосноваться в деревне. Семья осталась в Княжеве, занялась фермерским хозяйством, а свои планы на жизнь Борис связал с Переславлем-Залесским. В Москву он периодически ездит по делам, но вне деревен-

Из Москвы — в деревню

Первое, на что обращает внимание в Княжеве, — отсутствие заборов. С одной стороны, они там не нужны, потому что в деревне постоянно живут только три семьи, с другой, это отражение главной идеи Бориса Акимова — сплотиться, а не отгораживаться друг от друга.

Дом, где он живёт с женой и четырьмя детьми, находится возле небольшого пруда с утками. Неподалёку — дома его сестры и тещи. За ограждением — ферма, там построены отдельные загоны для разных животных — коз, ослов, свиней, овец, поросят, но они могут гулять и за их пределами. Следить за хозяйством Борис помогают два сотрудника.

Одна из дорог ведёт с фермы в лес, к семейному ресторану Акимовых — деревянному дому с русской печью и верандой недалеко от фермы. Борис с женой Ольгой сами готовят еду, встречают и угощают гостей. Они не хотят превращать это удовольствие в классический ресторанный бизнес. Обычно ресторан открыт два дня в неделю (в пятницу и субботу), чаще всего сюда приезжают гости из Москвы (до Переславля около 150 км) или туристы, путешествующие по городам Золотого кольца. Ресторану почти три года, у него уже есть постоянные клиенты, и работает он только по предварительному бронированию.

Во время локдауна ресторан был закрыт, вместо него Акимовы придумали безконтактный бар на дереве, который сделали из деревянного детского домика. Гости оплачивали заказ онлайн, приезжали на такси в лес, а там их ждала почти избушка на курьих ножках с пристроенной к ней лестницей. В баре уже стояли готовые закуски и напитки. Разместиться в нём могли максимум пять человек, по-



этому Акимовы заранее уточняли, сколько времени люди хотят провести в лесном баре, чтобы успеть подготовиться к встрече с другими гостями.

Интерес к фермерской еде появился у Бориса ещё в Москве. В 2009 году он вместе с двумя партнёрами организовал кооператив «ЛавкаЛавка» и открыл в Москве кафе, где все блюда готовились из продукции фермеров. Главная идея кооператива — возродить интерес к сельскому хозяйству и добиться взаимодействия фермера с потребителем. Сейчас «ЛавкаЛавка» — это два кафе-магазина в Москве, где можно купить натуральные продукты — от фермерских овощей до полуфабрикатов собственного производства. Спрос на эту продукцию особенно вырос после введения санкций на ввоз некоторых иностранных товаров. Это вдохновило Бориса заняться собственной фермой.

— Оказалось, что все фермеры, с которыми мы работали, очень интересные люди, которые когда-то уехали из города в деревню. Я понял, что тоже так смогу.

Искать место для фермы Акимовым не пришлось: дом в Княжеве — фамильная собственность, Борис проводил здесь каникулы, когда был школьником и студентом, а позже уже со своей семьёй

ромная страна, есть центры, мегаполисы, а между ними нет никакой жизни, потому что людям там нечего делать.

В российскую глубинку за возможностями

Борис Акимов уверен, что ничто так не объединяет, как праздник, поэтому в 2019 году Борис организовал около своего лесного ресторана ярмарку, куда пригласил жителей Переславля, занимающихся ремёслами. Там они познакомились, обменялись контактами, стали придумывать совместные проекты. Так появился общий чат в WhatsApp, а позже и вторая ярмарка — «Праздник сообщества „Счастливые люди“».

— Чтобы что-то изменить, нужно, чтобы люди, которые здесь живут, полюбили это место, и тогда его полюбят другие, — объясняет Борис.

Сейчас в сообществе «Счастливые» около 200 человек. По словам Бориса, главное, что их связывает, — им всем нравится здесь жить и делать что-то полезное для развития этого места. При этом в Переславле только 20% местных жителей, 80% — переехавшие из других городов и даже стран. Среди них есть семьи, которые уехали из Москвы во время карантина и решили остаться в Переславле. Например, ставшие частью сообщества «Счастливые» Денис Петров и Анна Кожетева играют джаз и поют на французском языке.

Из Москвы переехал и Андрей Будасси, он организовал в Переславле два сообщества: сноупарк «Снегирь» и летний велопарк. Андрей разрабатывает веломаршруты для туристов и спортсменов.

Анна Гришина тоже переехала в Переславль из столицы и теперь преподаёт математику взрослым и детям по собственной методике. Ещё она занялась в Переславле флористикой: составляет букеты из сухоцветов, оформляет свадьбы и другие мероприятия живыми цветами. Говорит, на переезд её вдохновило

сообщество «Счастливых»:

— Присматривалась к нему (Переславлю) три года, бывала наездами, постепенно влюбилась в город. А потом произошло знакомство с сообществом «Счастливых», что и смотивировало на окончательный переезд.

Андрей и Анна Панихины описывают свой переезд так: «Бросили всё и уехали в глушь». Они арендуют в Переславле столярную мастерскую и принимают онлайн-заказы на мебель из разных регионов страны.

Благодаря возможности общаться с клиентами и покупателями онлайн в Переславле комфортно живётся юристам и тем, кто решил отказаться от офисной работы в Москве, чтобы открыть свою сыроварню.

Некоторые жители Переславля переехали сюда из европейских стран. Так, здесь работают два француза-кондитера: у одного из них, Максима Колайтиса, кофейня, в которую люди специально приезжают из соседних городов, у второго, Фредерика Андриё, собственное производство круассанов и десертов. В Переславском районе живут пасечник из Швейцарии Беньямин Форрестер, англичанин Стивен Уильямс, открывший цветочную ферму, немка Гудрун Пфлугхаупт, которая «мечтала жить в России всю жизнь» и сейчас обустроивает экокемпинг.

— Все они приезжают сюда за возможностями. Стать первым сыроваром в Переславле — это феномен. Возможность творить новую реальность — значимое явление. Кроме того, людям приятно жить, когда вокруг большие пространства. Я понимаю, что когда люди уезжали из деревни в город, они ехали за каким-то шансом, преимуществами, которые город давал по сравнению с деревней: работа, карьера, образование, медицинские услуги, горячая вода. Но сейчас мы живём в такую эпоху, когда технологии и возможности очень сильно изменили жизнь, — поясняет Борис Акимов.

Однако не всё так гладко. Пока переехавшие в Переславль восторгаются просторами и находят для себя новые возможности, местные жители критикуют сообщество. В частности, не одобряют название «Счастливые», потому что счастья не наблюдают, в отличие от плохих дорог и грязных водоёмов. Борис реагирует на это спокойно. По его словам, есть проблемы, которые сообщество решить не в силах, а тратить время на пустые разговоры нет смысла. Если что-то им по силам,





участники сообщества приходят на помощь.

Люди переезжают не только в Переславский район, но и в другие города Ярославской области. Француз Бенуа Ларди и его супруга Елена живут под Ростовом Великим и привозят в Россию иностранцев, чтобы показать им страну. Иллюстратор Руслан Трофименко переехал из Москвы в Тутаев, потому что его тянуло «к настоящей России», а художник Вася Ложкин почти 10 лет живёт в Ярославле. У Ложкина есть своя музыкальная группа, с которой выступает на разных мероприятиях.

— Мы — ремесленники и предприниматели, дизайнеры и фермеры, художники и строители, рестораторы и программисты. И вообще все те, кому не сидится на месте! Мы живём и работаем в разных районах Ярославской области и хотим, чтобы жизнь здесь с каждым годом становилась лучше и интереснее и чтобы всё больше счастливых людей появлялось в наших ярославских местах, — приглашают всех желающих Борис Акимов и другие участники сообщества.

Как работает сообщество «Счастливые люди»

Все WhatsApp-чаты «Счастливых» поделены по районам области: Переславль, Ростов, Тутаев. Помимо них есть тематические чаты, где жители обсуждают различные идеи. Однажды кто-то предложил обновить фасады на центральной улице Переславля. Начали с частного дома в центре города: сделали проект, собрали деньги, нашли добровольцев и за два дня восстановили фасад. Жители собираются продолжить обновление фасадов на этой улице.

Когда появляется идея, дальше всё работает по схеме: есть человек, который руководит проектом, и люди, готовые ему помогать. Для каждой идеи создаётся отдельный чат, и уже там заинтересованные жители планируют свою работу.

— Наш принцип такой: нельзя взяться, а потом бросить. Если кто-то берётся, он несёт ответственность за это. Конечно, его никто не накажет, если он не выполнит того, что обещал, но в следующий раз никто его идеи обсуждать не будет, потому что репутация уже пострадала, — говорит Борис.

Акимов сейчас координирует две инициативы: ремонт дороги в деревне Княжево, которую после

дождя сильно размывает, и создание площадки для игры в крокет в Переславле. Ремонта дороги Борис пытается добиться от чиновников уже несколько лет. Часть пути отремонтировали, на остальное, говорят, пока нет денег, поэтому Акимов ходит на встречи в мэрии и обсуждает, как можно ускорить решение этого вопроса. Что касается крокета, то Акимов уже договорился с администрацией о выделении площадки. В деревне Горки живут два чемпиона России по крокету, которые хотят развивать этот вид спорта, они сами будут набирать группы и учить игре желающих.

Земство XXI века

До недавнего времени Борис Акимов сам вёл все группы сообщества и чаты в соцсетях и занимался сайтом «Счастливых», но времени на всё стало не хватать. Кроме того, он считает, что успешное сообщество должны развивать все его участники. Сейчас соцсетями вместе с Борисом занимается его племянница, а чтобы освободить время от чатов, он заказал разработчикам приложение сообщества «Счастливые».

Акимову хотелось сделать приложение с кем-то, кто сам заинтересован в развитии «Счастливых». Во время поездки в Ярославль он познакомился на экскурсии с Леонидом, который занимается мобильными приложениями, ему близка тема развития Ярославской области. Он стал младшим партнёром, поэтому приложение обошлось Акимову намного дешевле рыночной цены.

— Цель приложения — создать земство нового типа. Через приложение можно вносить идеи, голосовать за них. У каждого в сообществе есть право голоса. Кроме того, там же можно собирать деньги на наши новые проекты. Это абсолютно прозрачная система, — рассказывает Борис.

Стать участником сообщества может любой житель Ярославской области, который готов делиться своими умениями и навыками с другими людьми. Это может быть юрист, учитель музыки, сантехник — любой, кто готов оказать услугу по своей специальности и к кому можно обратиться за ней напрямую.

Для тех, кто ищет услугу или продукт, приложение работает бесплатно. Те, кто через приложение рассказывают о своём продукте, платят 199 рублей в месяц за подписку. Эти деньги Акимов планирует направить на поддержку и развитие приложения.

Борис поддерживает создание земства, потому что это позволяет развивать город независимо от чиновников. Но с ними он тоже взаимодействует. Раз в несколько месяцев Борис обсуждает идеи сообщества с мэром Переславля Ириной Строкиновой. На последней встрече, в апреле 2021 г., они затронули тему с обновлением фасадов: активисты не хотели, чтобы их работу воспринимали как партизанскую, поэтому Борис договорился обсудить эту инициативу с мэром. Ирина Строкинова идею поддержала и спросила, нужна ли какая-то помощь. К тому времени активисты уже собрали деньги на ремонт фасадов, поэтому Борис предложил ей просто приехать и при желании присоединиться к добровольцам, красящим фасад. На этом встреча завершилась. Мэр не приехала.

Борис Акимов говорит, что чиновники и простые граждане живут в параллельной реальности. Но все они ходят по улицам Переславля и радуются, когда видят красивый дом, поэтому тратить время и силы на противостояние бессмысленно, считает Акимов.

Он называет себя человеком, который «может видеть не завтрашний, а послезавтрашний день». Политолог и философ по образованию, Борис напоминает, что земства в России когда-то создавались для того, чтобы люди сами участвовали в развитии территорий, где они жили. По его мнению, жители сами знают, как лучше развивать их города и сёла, а государство должно делать так, чтобы у людей была эта возможность:

— Политика — паразитирующая сфера деятельности. Цель политика-профессионала — прийти к власти и удерживать её максимальное время. Улучшение или ухудшение окружающего мира — это только инструмент удержания власти. Сторонники идеи земства (в Российской империи) не воевали с государством, не устраивали революций. Они делали то, что считали нужным, что им самим нравилось. Мне кажется, идеальное мироустройство — это местные сообщества, развивающие территории так, как они считают нужным, ведь они лучше знают, как нужно, потому что живут здесь. Государство доверяет им эти вопросы и обеспечивает их безопасность от внутренних и внешних угроз.

Юлия ТАРКОВСКАЯ

Фото Александра КРАСУЛИНА

<https://7x7-journal.ru>



Деревня ещё болеет, но помирать уже передумала

Уже пару десятков лет ежегодно езжу по одним и тем же местам: к маме в Мордовию и к тёще на Вологодчину. В нулевых гонял по федеральным трассам, потому что съехать с «федералки» было не самым разумным поступком.

Но потом стал осторожно пробовать другие маршруты. Нырять, как в омут, в ту самую Русь. В атласе, а потом в навигаторе появились другие названия, тревожащие и сладкие на звук. Настоящие. Грязовец, Юрьев-Польский, Муром, Навашино, Кулебаки, Выкса, Теньгушево, Дивеево, Темников. Нырнул — и не выплыл. Тут она, Русь, просто спряталась подальше от алчных и вечно злых глаз. Коровы на дороге, избы, поленницы, колодцы. Узкие дороги и вековые леса. И деревни вовсе не убогие, крепкие деревни. И настроение сразу становится каким-то плавающим, облачным, раздумчивым. Проезжаю деревню с ласковым названием Ломовка. А навстречу с речки идут несколько девочек лет 15–16. Босые, в каких-то простеньких сарафанчиках, льняные волосы по пояс только начали сохнуть, сероватый наш северный загар. Идут, смеются, открыто и звонко. Они были так до боли прекрасны, такие русские, такие из моего детства, что я очень долго не мог избавиться от этой картины в глазах. Никуда Русь не делась, просто она немного спряталась, ушла в глубину. Но она там, живая, настоящая.

А в этом году в двух деревнях встретил крестный ход: много народу под образами.

И дороги. В наших краях ходила шутка: там, где кончаются дороги, начинается Мордовия. Устарела она. Теперь в самой глуши, в Темниковских и Теньгушевских лесах, это прямая, как саблей прорубленная, трасса с идеальным асфальтом. В каждом населённом пункте автосервис и шиномонтаж. Узость трасс компенсируется редкостью машин, и обгон грузовиков проблем не составляет.

А грузовиков стало больше! И это не дальнобои, а местные. Кто-то тащит бетонные строительные блоки, кто-то везёт силос, кто-то перемещает какую-то технику. Зашевелилась глубинка!

Самое удивительное и приятное — почти все поля либо только что скошены, либо уже вспаханы под зябь, либо на них что-то посеяно. Владимирская, Нижегородская, Мордовия — везде. На север дела похуже, но тоже не без-

надёжно. Выезжая из Саранска, попал на трассе в дикую пробку. По шоссе медленно и важно двинула колонна огромных комбайнов. Зрелище впечатляющее. Сравнить можно разве что с танковой колонной. Минут сорок тащились за ними, пока они не съехали с шоссе, разворачиваясь в боевой порядок. И веяло от этого всего — ухоженных полей и комбайнов на них — чем-то уже начавшим подзабываться.

Коров, правда, мало. Есть, но частные деревенские стада. А огромных колхозных стад на несколько сотен голов нет.

И ещё одна интересная примета: всюду обломки «былого величия» — развалившиеся фермы и телятники, перекошенные ангары и зернотока, полуразрушенные здания МТС (если кто-то ещё помнит, что это и машинно-тракторная станция, а не только сотовый оператор). Но во дворах этих МТС новенькая, с иголки, яркая техника. То есть у села уже есть деньги на обновление парка, но пока нет средств для капитальных вложений в инфраструктуру. Ну да ладно, не всё сразу.

А ещё очень изменились сами деревни. Меньше всего, как ни странно, это коснулось забытых татарских сёл. Для татар деловая хватка и склонность к традиционному укладу жизни.

А вот русские и мордовские деревни меняются на глазах. Они обнищали ударными темпами в 90-е, а теперь заметно, почти демонстративно поднимают голову. Да, много ещё болезненных примет прошлого: брошенные почерневшие дома с выбитыми стёклами, ржавые останки каких-то машин, а то мелькнёт большое здание Дома культуры с колоннами, но без дверей и окон, с уже не маленькими берёзками на крыльце. Но уже многие старые дома подновлены, покрашены, переобшиты. Много новых, солидных домов, с приличной площадью. Ещё больше строится. Так и стоят древние халупы в центре села и полудворцы на окраине.

Оживает деревня, оживает! Кашляет ещё от старой хронической болезни, устаёт, но появляется в глазах здоровый голодный блеск. Уже примеряет обновки. А ведь умирающему обновки без надобности. Значит, собралась дальше жить.

Вот и ладненько. По весне поеду, проверю.

Дмитрий ГРУНЮШКИН



Свойства деревянной посуды на Руси

На Руси традиционно посуда была деревянной. Причём не каждое дерево годилось для её изготовления. Большое значение имели лечебные свойства древесины.

Считалось, что посуда из липы обладает противовоспалительными свойствами, из рябины оберегает от авитаминоза. Ели деревянными ложками из деревянных плоских, пользовались деревянными мисками, ковшами и кувшинами. Кроме этого плели посуду из бересты — солонки, туски для хранения муки, круп.

Известно, что кора берёзы обладает многими лечебными свойствами — от бактерицидных до тонизирующих. Так организм наших предков постепенно накапливал целительные свойства дерева.

Издавна считалось, что деревянная посуда помогает наладить отношения с семьёй, кровными родственниками. Например, ольха зарядит энергией и отвядит от дома недоброжелателей. Орешник дарует дар прозорливости и предвидения. Осина сохраняет полезные свойства лекарственных трав, поэтому рекомендуется именно в такой посуде делать целительные травяные смеси. Ива наделяет хозяйку проницательностью и интуицией. Дуб обладает противовоспалительными и противогнилостными свойствами. В древесине дуба содержатся танины, благодаря которым деревянная кружка придаёт напиткам своеобразный аромат и вкус. Древесина кедровых обладает дезинфицирующими свойствами. В кедровой тарелке еда в течение длительного времени хранит вкус и аромат.

В Древней Руси из коры можжевельника делали посуду. И посуда долго не портилась, и молоко, хранившееся в такой посуде, даже в жаркий день не прокисло, а в можжевеловых бочках засоленные овощи хранятся дольше обычного.

Деревянная кружка — незаменимая банная принадлежность! Деревянная кружка обязательно должна быть в бане. Именно из неё необходимо пить квас или специальный чай после посещения парной. Это позволяет усилить лечебные свойства банных процедур.

При длительном использовании деревянная посуда может потемнеть. Восстановить первоначальный цвет дерева можно, протерев его перекисью водорода. После этого ополосните посуду тёплой водой.

Если деревянная посуда пахнет плесенью, добавьте в горячую воду немного уксуса и промойте её полученным раствором.

Для удаления дубильных веществ новую деревянную посуду следует замочить в воде на 2–3 недели. Воду при этом нужно регулярно менять.

<https://vk.com/izbavlesu>



Колпаковая печь Кузнецова

Колпаковые печи — одни из самых распространённых и по характеристикам ничуть не уступают канальным печам. Данная печка — новейшая разработка в консервативной сфере: монтаже и проектировании печей. Эту печку отличает принципиально новый метод использования горячего газа. В конструкции стандартного типа движение холодного и горячего газа происходит за счёт тяги воздуха, поступление которого происходит через зольник.

Колпаковая печь Кузнецова — высокоэффективная конструкция, в которой используется топливо разного вида. И.В. Кузнецов начал изучать строительство, конструирование и совершенствование печей из кирпича в 1962 году. Мастер создал технологию, которая является уникальной, а именно систему «свободного газового движения». В данной системе нагретые газы циркулируют благодаря собственной силе тяжести. Это совершенно новый и принципиально отличающийся от других видов печей, потому что в традиционных конструкциях происходит принудительное движение газов.

Виды и плюсы колпаковых печей

Плюсы печей заключаются в

- экономичности;
- длительном сохранении тепла;
- малом образовании сажи;
- отсутствии частых чисток;
- возможности выбора форм и дизайна.

По функциям их можно разделить на следующие группы:

1. Печи отопительные. Основная их задача — обогрев помещений.
2. Варочные печи. Их используют для приготовления еды. Сюда же относятся хлебные плиты и печи, которые приспособлены под казан.
3. Банные печки.
4. Каминные.
5. Барбекю и грили.
6. Комплексы и конструкции комбинированного типа.

Самыми распространёнными являются варочно-отопительные печи Кузнецова. Они способны не только согреть дом, но и еда на них получается изумительно вкусной.

Существует немало разновидностей колпаковых печей, они отличаются по размерам, функциональности и стилям. Несмотря на это, принцип, по которому строятся данные печи, не меняется никогда.

Колпаковые печи можно возводить практически в любых помещениях. Это может быть квартира, жилой дом, хозяйственная постройка или же баня. Например, для бани колпаковая печь станет идеальной заменой обычной стандартной печи.

Построив данную печь для бани, можно решить сразу несколько проблем. Эта конструкция способна обогреть несколько поме-

щений: мойку и парилку, а также комнату для отдыха. Помимо всего, на печи очень удобно разогревать воду, создавая параллельно пар в необходимом количестве.

В доме можно оборудовать двухколпаковое отопление при помощи печи, данная установка является очень функциональной. Прежде чем возводить такую конструкцию, необходимо тщательно проработать проект. Систему, которая сжигает сырьевое топливо, нужно организовать самым оптимальным способом. В печи необходимо всегда поддерживать правильную температуру, иначе газы, которые образуются после горения, могут трансформироваться во вредоносные отходы сажи и смолы.

Как нужно складывать

Своими руками сложить печь Кузнецова нетрудно. Следующие сведения будут необходимы для правильной постройки:

- Газ способен заполнить любой объём, который будет предоставлен. Соответственно форма колпака не имеет значения, она может быть любого размера.
- Стенки колпака одинаково нагреваются в каждом горизонтальном сечении. Верхняя часть резервуара является самой горячей.

- Источник тепла может быть размещён произвольно, однако он должен находиться в нижнем ярусе колпака.

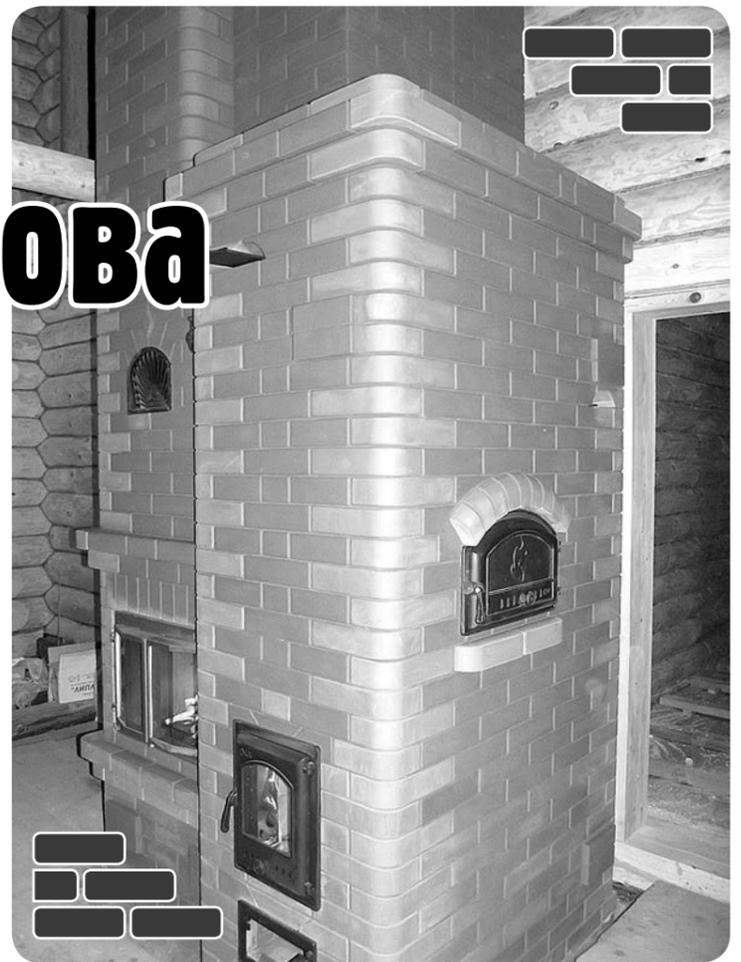
- Возможно использование нескольких тепловых источников.

Не рекомендуется делать собственный объект, если это первый опыт кладки. Во-первых, это сложно, а во-вторых, существует большая вероятность ошибиться. Лучше воспользоваться готовыми планировками, они есть в интернете. Не стоит выбирать сразу сложные конструкции, лучше начать с чего-то простого.

Чтобы сложить печь Кузнецова, необходимы:

- болгарка;
- проволока металлическая;
- уголок стальной;
- печное литьё: дверки, задвижка и решётка колосниковая. Поддувальная, оажная и топчанная плиты;
- песок. Он должен быть очищенным, его должно быть больше глины в два раза;
- раствор, предназначенный для кладки (вода, глина и конский навоз). Глина должна быть огнеупорной;
- дрель с насадкой, миксер или перфоратор;
- колосник;
- стальная пластина;
- кирпич полнотелый, предназначенный именно для этих работ. Кирпич должен быть огнеупорным. Также необходим кирпич для кладки снаружи.

Готовый печной раствор может заменить глину и песок, его можно купить в строительном магазине. В данной смеси все пропорции уже соблюдены. Чтобы печь служила долго, все материалы должны быть высокого качества.



Рекомендации

Человеку, который впервые будет класть печку, необходимо научиться быть каменщиком. Рекомендуется прежде почитать книгу и ознакомиться с информацией в интернете. Не стоит тешиться, нужно спокойно и не спеша начать выкладывать кирпич по схеме ряд за рядом.

Необходимо помнить:

- При нагреве кирпич нагревается. Соответственно внутренняя оболочка, которая является огнеупорной, должна со всех сторон иметь пустое пространство.

- Обязательно каждый третий ряд должен быть проложен проволокой из металла, это позволит сделать связку более сильной.

- Все металлические элементы, включая дверь, должны быть установлены с учётом их расширения при высоких температурах. Металл и кирпич нужно разделить специальной прокладкой.

- Когда все работы закончены, рекомендуется обработать кирпич специальным огнеупорным составом.

- Обжигать печь необходимо с маленького нагрева, увеличивать силу нужно постепенно.

Новичкам следует помнить, что между первыми двумя ярусами прокладка идёт в четверть кирпича, это увеличивает топку в длину. Перекрытие верхнее нужно делать на 17-й и 18-й рядовке, а на 21-й рядовке необходимо оставить вдоль боковых внутренних стенок два прохода. Все рядовки указаны на чертежах и, как правило, затруднений не вызывают.

После того, как кладка закончена, проводят первую растопку. Нужно использовать минимальное количество топлива, потому что нагрев должен проходить постепенно и медленно. Во время первой топки проверяется работа печи, происходит её обжиг и герметичность всех швов, особенно, где есть задвижки и установлены двери. Если вдруг обнаружатся какие-нибудь недостатки, то их сразу же необходимо устранить.

Чтобы избежать трещин в печке и её перекоса, ставить её необходимо на твёрдую основу. Гото-

вое сооружение имеет достаточно солидный вес, поэтому к закладке фундамента необходимо подходить очень серьёзно. Рекомендуется закладывать бетонный фундамент ещё во время постройки дома. Ширина фундамента должна быть на 10 см больше конструкции отопления. Встраивать самостоятельно в свой готовый дом печь сложно, рекомендуется воспользоваться помощью профессионалов.

Фундамент

Чтобы своими руками возвести фундамент, необходимы следующие инструменты и материалы:

- штыковая и совковая лопаты;
- раствор цементный (на три части песка — одна часть цемента);

- песок;
- прут армирующий среднего размера;

- опалубка деревянная;
- плёнка полиэтиленовая.

Сначала необходимо выкопать яму желаемого периметра. Далее насыпать 15 см песка на дно ямы и оставить всё на два дня для того, чтобы песок осел. Это позволит сделать печь более устойчивой.

Рекомендуется, чтобы опалубка была из фанеры, но можно воспользоваться и старыми дверями, ненужными досками и другими деревянными изделиями. Это никак не скажется на конечном результате строительства.

Зачастую для армирования используются прутья, имеющие среднюю толщину, однако не запрещается использовать более тонкие прутья.

Раствор необходимо заливать медленно. Чтобы удалить лишний воздух из раствора, его нужно часто перемешивать лопатой. После окончания заливки нужно оставить раствор и дать ему затвердеть. Обычно раствор твердеет в течение недели, однако бывает, что для полного затвердения приходится ждать две и три недели. Не стоит торопиться в этом деле, ведь от того, насколько прочным будет фундамент, зависит надёжность печи.

<https://pechi.guru>



10 шагов к идеальному топливу

В 2020 году я на собственном примере показал, как можно заготовить качественное топливо для дровяной печи. Руководствуясь книгой «Норвежский лес», переработал 15 кубов дров и высушил их за три месяца.

Итак, 10 шагов к идеальному топливу для дровяной печи.

1. ПРАВИЛЬНАЯ ЗАГОТОВКА ДРОВ

начинается с правильного выбора времени года.

Лучшим сезоном заготовки считается зима. Поваленное зимой дерево имеет меньший процент влажности, но самое главное — начав заготовку хотя бы в конце зимы — начале весны, можно успеть сложить поленницу к началу апреля. А если дрова будут лежать в правильной поленнице апрель, май и июнь (лучшие месяцы для сушки), то очень велика вероятность получить идеальное топливо.

Кроме того, в зимнее время работа с дровами чище (нет грязи), дрова колоть легче (замороженная древесина раскалывается от лёгкого удара), и нет риска испортить древесину (грибок и плесень).

2. ПОЧЕМУ ОДНИ ДРОВА ДАЮТ НА 60% БОЛЬШЕ ТЕПЛА,

чем другие. Какой породы древесины заготавливать дрова. Не все дрова одинаково полезны! Да, все они горят, все дают тепло, но вот количество тепла от разных пород древесины разное. И одни дрова могут дать на 60% больше тепла, чем другие.

Решая вопрос породы заготавливаемых дров, нужно учитывать как задачи по отоплению (баня это или дом), так и доступность пород (не обязательно гнаться за дубом, если его в округе нет).

К примеру, для бани (чтобы хорошо нагреть большую каменку печи) лучше подойдут плотные породы древесины, такие как дуб и берёза. Дуба в наших краях не сыскать, здесь им печи не топят, а вот берёза — пожалуйста. Поэтому для себя (для своей бани) я использую берёзу.

3. КАК КОЛОТЬ ДРОВА ЛЕГКО И БЕЗ ЛИШНЕЙ УСТАЛОСТИ

на грамотно подготовленной колоде. Ширина, высота и маленькая хитрость.

Думаю, что вопрос правильной колоды не так очевиден. На первый взгляд может показаться — да что тут может быть правильного, поставил подходящую чурку да коли на ней дрова. Но на самом деле, если перед вами задача переработать довольно большой объём дров, то правильная колода облегчит эту задачу!

4. ТОПОР, КОТОРЫЙ КОЛЕТ ЗДОРОВУЮ ЧУРКУ

на 10 поленьев за 9 ударов. У колуна есть свои характеристики, по которым можно определить, насколько он подойдёт для конкретных условий (под вас и под ваши дрова).

К примеру, я при показательной заготовке дров использовал колун Fiskars X17. Он был отмечен в книге «Норвежский лес» как очень удачная модель колуна из-за его подходящего веса (1,6 кг вместе с рукоятью), сбалансированности самого колуна (длина рукояти/вес) и оптимального угла заточки в 35°.

И в моём случае Fiskars X17 работал очень хорошо: берёза и осина кололись на ура! Работать им было одно удовольствие.

5. РАЗМЕР ДРОВ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ.

Длина дров — это по большей части относится к требованиям печи. Но есть ещё такой момент, как разная крупность покола, в том числе мелкие дрова для розжига.

При заготовке старался колоть разные поленья (крупно и средне). Кроме того, отдельно заготавливал мелкие дрова для розжига.

6. КАК ВЫСУШИТЬ ДРОВА БЫСТРО И КАЧЕСТВЕННО.

Нужно ли два года, и почему некоторые дрова не высохнут никогда, как их ни суши?

Один из важнейших вопросов — как высушить дрова быстро и качественно. Нужно получить дрова с влажностью менее 20% как можно быстрее, и для этого необходимо:

- во-первых, использовать самые лучшие месяцы сушки — апрель, май и июнь. Это самое важное! В эти месяцы дрова могут потерять всю лишнюю влагу и стать по-настоящему качественным топливом;

• во-вторых, складывать дрова в проветриваемом месте и желательно на солнце, чтобы они быстрее отдавали влагу.

7. ПОЛЕННИЦА, В КОТОРОЙ ДРОВА ВЫСОХНУТ БЫСТРО И ХОРОШО.

Сквозняк и солнце — залог качественного топлива для дровяной печи.

Чтобы дрова высохли лучшим образом, их нужно сложить в правильную поленницу.

Поленница должна располагаться на открытом проветриваемом месте, чтобы солнце светило прямо на неё, а ветер преимущественно продувал её спереди.

Кроме того, поленница не должна быть слишком большой по толщине, чтобы хорошо продувалась и просыхала.

8. СКОЛЬКО КИЛОВАТТ В 1 КГ ДРОВ

и какой у меня запас. Почему из положенных 5,32 кВт мы можем использовать только 3,2 кВт.

Чтобы определить, сколько дров нужно заготовить на отопительный сезон, можно воспользоваться переводом кг/объёма в кВт (кВт/ч).

9. КАК ГОРЯТ ДРОВА И КАК

УВЕЛИЧИТЬ КПД ПЕЧИ. Три этапа любого горения древесины, без понимания которых не получится топить правильно.

Мало заготовить качественное топливо, нужно знать, как его качественно сжигать!

У любого горения есть три этапа — испарение воды, пламенное горение и угольное горение. Предыдущие шаги в заготовке были нужны для получения как можно более сухих дров, чтобы первый этап горения проходил легче и не тормозил всё, что идёт за ним.

Сухое полено быстрее отдаст остатки влаги, воспламенится, разгорится и, как результат, даст больше тепла, чем такое же, но сырое полено.

При условии использования эффективной печи сухие дрова сгорают полностью, развивая в топке максимальную температуру. А если дрова сгорают полностью, то из трубы не идёт дым (или он еле заметен)!

Если топить дровяную печь только сухими дровами, то ваш сосед даже не догадается, когда именно вы топите печь, ведь при этом из трубы не видно дыма!

Кроме того, для качественного сгорания дров рекомендуется использовать верхний розжиг.

10. СЛОЖИЛ ДРОВА НА СУШКУ

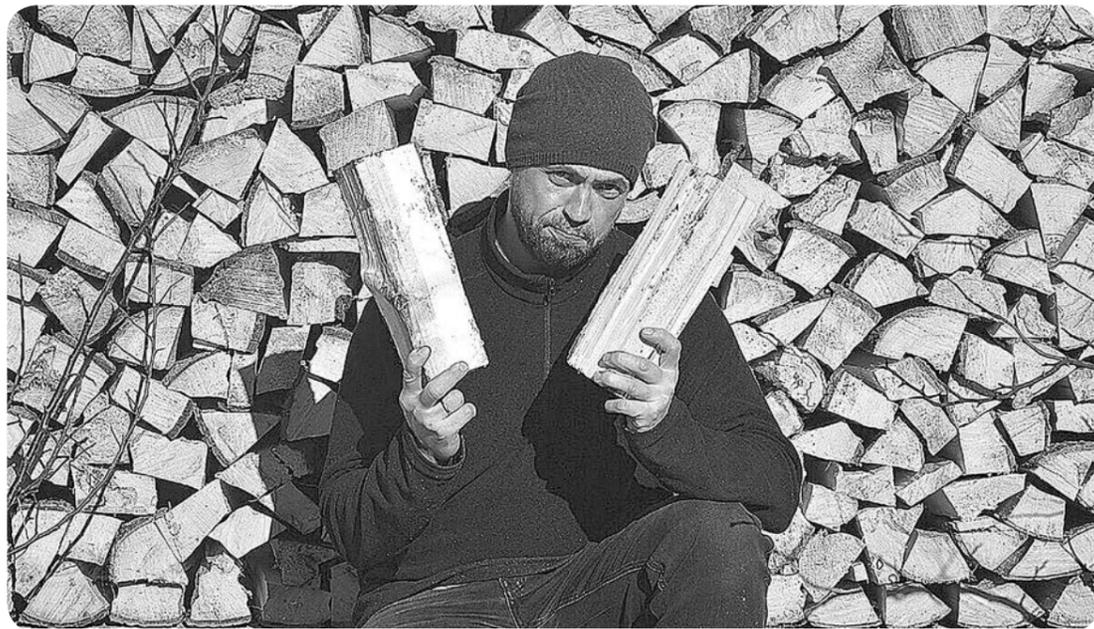
ВОВРЕМЯ и получил хороший результат. Ну и как итог всей проделанной работы и результат применения всей полученной информации — сухие дрова спустя три месяца после заготовки.

В июне 2020 года провёл контрольное взвешивание, а потом и контрольный замер влажности уложенной весной в поленницу пробы (отдельная связка дров). Результат таков: влажность дров в правильно и вовремя уложенной поленнице упала за три месяца сушки с 54 до 18%!

Надеюсь, данная информация поможет вам заготавливать более качественное топливо для дровяной печи и получать от этой печи больше!

По вопросам сотрудничества и покупки печей: zakaz@feringer.top.

Дмитрий ЛУКИН
Сайт: feringer.top.



Сказка про русскую печку

У нас в селе Вознесенье много чего случалось, всего-то и не упомнишь, говорят, был ещё и такой случай.

Жили у нас в селе как-то дед с бабкой. Стояла у них в избе большая русская печка, красавица да помощница. Дед эту печь когда-то сам сложил. Кирпич самолучший для неё выбирал. Хорошая печь получилась, большая да справная, даже спать на ней можно было.

Каждое утро бабка растапливала печь сухими дровишками и ставила в печь чугуны, в одном она грела воду, в другом варила вкусные густые наваристые щи, в третьем готовила рассыпчатую кашу с маслом. А по праздникам бабулька пекла сдобные калачи, пышные пироги с ягодами, шаньги с картошкой, кулебяки с рыбой. В холодную пору дед с бабкой забирались на печку и грели свои старые косточки.

Любили дед с бабкой свою печечку, ухаживали за ней. Дед каждое лето ремонтировал её, чи-

стил от сажи, а бабуля всегда белила её, меняла занавесочки. Печь платила им тем же — исправно топила и грела избу.

Однажды приехали к деду с бабкой в гости внуки из города. Подарили старикам красивую чудо-печку. Печку эту не надо было дровами топить, только подключить к электричеству да на кнопки нажимай. Называлась эта красивая чудо-печка — микроволновка!

Уехали внуки, а бабка нарадоваться никак не может. Страсть как разохотилась в эдакой чудо-печке щи да кашу варить. Пироги, шаньги, кулебяки в ней печёт. Да так эту печь расхваливает, что микроволновка совсем уж тут загордилась, стоит на столе, да и хвастается перед русской печью: «Вот я какая красивая, полезная, чистенькая, умная! Дровами меня топить не надо, не копчу, не дымлю, от сажи не надо меня чистить. Как еда готовится, я сразу хозяйке сигнал подаю. Дверца у меня с окошечком, через неё всё видно, ничего

во мне не пригорает. Места мало занимаю, не то что ты — всю кухню загромождила!»

А русская печь стоит на кухне да грустно так вздыхает: «Да, что-то совсем про меня бабка с дедом забыли, не ухаживают за мной, как раньше! Дед меня не ремонтирует, кирпичики из меня выпадать начали, бабуля давно уже меня не белила, занавесочки не меняла. А ведь сколько лет я им служила верой-правдой! Дед в прошлую зиму сильно простудился, я его вылечила своим теплом. Внуки, когда маленькие были, приезжали зимой к бабке с дедом на каникулы. После прогулок на улице приходили домой, забирались на меня и грелись, а я им сушила одежду, варежки, носки, валенки. Бабуля угощала их парным во мне молоком. Да теперь, видно, не нужна им стала!» Печечка переживает, а кирпичики из неё от этих переживаний стали ещё больше вываливаться.

Тут старикам ещё и отопление провели, обогревательных бата-

рей наставили в кухне, в комнатах. Обрадовались они, посмотрели на русскую печь да решили её разобрать. Обиделась на них печка и ушла ночью из дома. Дед с бабкой не стали сильно горевать, а потом и вовсе забыли про свою добрую помощницу. Долго не вспоминали, да потом всё равно вспомнить пришлось.

Наступили дни лихие. Стали часто в селе электричество отключать. Очень худо пришлось старикам. Электричества нет, батареи не греют, чудо-печка не работает. В избе стало холодно, старику и старухе голодно. Захворали они, загоревали. Вот тогда и вспомнили про свою печечку-голубушку. Стали искать они свою кормилицу да помощницу и звать её обратно: «Приди к нам, печечка, худо нам без тебя! Негде погреться, негде щи да кашу нам сварить, негде пирогов испечь. Прости нас, приди к нам, мы тебя обиходим да отремонтируем, побелим, занавесочки красивые повесим, станешь ты у нас ещё лучше и краше прежнего!»

Пожалела стариков печка, вернулась в избу. Дед русскую печку отремонтировал, кирпичи-

ки новые кое-где поставил, бабуля её побелила, занавесочки новые повесила. Стала русская печь лучше прежнего. Бабка нарадоваться не может русской печечке, щи да каша ещё вкуснее, пироги ещё пышнее стали получаться, а дед теперь на печи спит, свои старые косточки греет. Истопил старички свою печечку с утра и целый день в избе тепло и уютно. А русская печь стоит на кухне и радуется, что и она бабке с дедом тоже пригодилась.

Микроволновку на комод поставили, салфеткой прикрыли, чтоб не пылилась и не пачкалась, подарок всё-таки. Вещь-то хорошая, да когда не бывает электричества — бесполезная, еду в ней ни приготовить, ни разогреть. Так и стоит она у бабки с дедом без дела. Народ не зря говорит, что лучше русской печки ничего и придумать нельзя. Ей всё равно — есть в доме электричество или нет, истопишь её дровишками, она тебя и накормит, и напоит, и согреет, и вылечит!

Не один век русская печь людям служила и ещё не один век послужит.

Любовь ШЕВЯКОВА

Секреты тыквы и кабачка

На заметку к следующему сезону

Если вы — начинающий садовод и у вас не растёт ещё много овощей разных сортов, стоит посадить грядку с кабачками и тыквами ради детей.

Наша семья последние годы кабачками не увлекается, в начале июня пару раз сорвём совсем маленькие кабачки, приготовим из них «оладушки» и другие вкусные вещи, натрём иногда сырыми в сборные салаты, да и огромные цветы в пищу добавим, а затем поспевают огурцы и томаты, редис и салаты, конвейер разных новинок, не до кабачков. И вырастают они по краям сада огромными, разных форм и расцветок, лежат на антресолях до Нового года и постепенно съедаются.

— Дедушка! — просит внучка-первоклашка под Новый год. — Давай из тыкв сделаем страшилки, вырежем рот и глаза, в пустую середину поставим свечку и вечером поставим под ёлку.

— Обещаешь весной помогать выращивать кабачки и тыквы, сделаем страшных страшилок из страшных тыкв, — поддерживаю я внучку.

Все дети любят крупные тыквы, любят с ними играть и делать фото на их фоне. И всегда улыбаются!

Кабачки и тыквы на грядках я никогда не выращивал, грядки не место для этих любителей органики. В поле на свободных площадях от картошки и капусты, где земля должна отдохнуть, зарости сорняками-сидератами, я набрасываю холмиками пару мешков перепревшего навоза, разравниваю, делаю 2–3 лунки и в начале июня высаживаю рассаду кабачков и различных тыкв.

Если нет дождей, то, пока рассада не окрепла, пару раз поливаю её водой из ближайшей речушки. Под толстой навозной мульчей при регулярных опрыскиваниях АКЧ (азерированный компостный чай), при подрезке отрастающих сорняков леской триммера (траву подгребаю под корень кабачков) влаги кабачкам хватает, лист вырастает огромный. К сентябрю, к первым заморозкам, вырастают и вызревают несколько сотен крупных и мелких кабачков и тыкв всех форм и расцветок, разных оттенков вкуса, всю зиму они хранятся в разных уголках квартиры и подвала.

В зимние выходные дни берём огромный плод, с хрустом разрезаем в присутствии внуков, половину раздём, маленькую дольку используем на свой стол, а осталь-

ное идёт как витаминная подкормка всем нашим животным.

Тыкву и кабачки любят куры и индюшки, козочки и кролики. А тыквенные любят навоз этих животных, и на весь этот кругооборот вкусного питания любят смотреть внуки.

Кабачки

Кабачки у дома мы выращиваем так же. Где-нибудь между грядками и забором остаётся местечко, куда с осени сгребаются все сухие органические остатки, на него кладётся навоз, даже свежий, и обязательно сверху я приношу и раскладываю дёрн с суглинистой землёй хотя бы по ведру. В чистой органике, без глины, есть дефицит



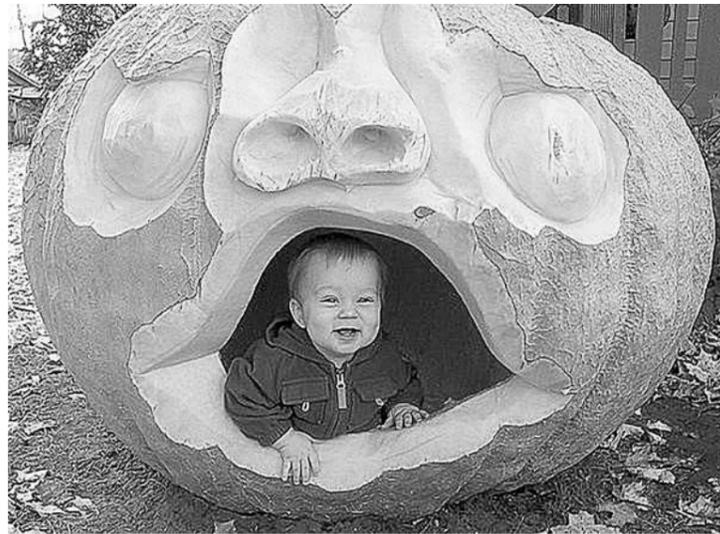
некоторых минералов и микроэлементов.

Весной эту кучу рыхлю вилами и поливаю АКЧ, с окончанием заморозков высаживаю рассаду кабачков в центр куч. Летом лист этих растений, даже не имея плетей, покрывает площадь 1,5 м диаметром, так что высаживаю кабачки редко. Над парой кустов делаю временные укрытия из лутрасила и высаживаю в начале мая, тогда к концу мая на тёплых органических кучах уже через три недели после высадки месячной рассады ранние сорта цуккини дают первые маленькие долгожданные кабачки.

Для начинающих овощеводов

повторю, что кабачок любит самое тёплое, защищённое от ветров место, ему не обязателен нежный органический компост, как огурцам, достаточно кучи органического мусора с прослойками земли, но стоит добавить горсть золы и, если есть, костной муки.

В северных районах в любом парнике легко вырастить месячную рассаду тыквенных, на юге их выращивают просто из семян. Важно подкармливать настоем



обогатят рацион пектином, пищевыми волокнами и органическими кислотами.

Всё, что говорил об агротехнике кабачка, относится и к тыкве, но есть и особенности. Тыква даёт плети, стелится иногда на 10 м, на опорах стремится вверх, поэтому высаживают её реже или дают возможность заползти на заборы и сараи с южной стороны.

Тыква зреет пять месяцев, у разных сортов разная потребность в САТ (сумме активных температур). Испытайте вначале, какие сорта вызревают в вашей зоне и на вашем конкретном участке, при вашей агротехнике.

В любом случае, если подобрать скороспелые неприхотливые сорта и в начале июня высадить месячную рассаду, тыква вызревает и в Архангельске. Лишь бы защитили от поздних июньских заморозков. Заморозки — проблема и для меня, в городе ночью +5°C, а приедешь на поле, листья в низинах у тыквы подморожены. Правда, взрослые растения обычно восстанавливаются, а вот высаженная рассада при -1°C гибнет полностью.

Сортов тыквы много, интересней купить гибриды F1 — Лесной орех, Конфетка, Румяная пышка или проверенные сорта — Волжская серая, Голосемянка, Витаминная, Лечебная, много и декоративных тыкв.

При перекарме азотом у тыквы, как тропического растения, плети растут очень быстро и долго, в ущерб цветению, и сильно ветвятся. Не забывайте о золе и костной муке!

В нашей зоне после завязывания от трёх до пяти плодов плети через шесть листьев после плода стоит прищипнуть. Во влажных местах под плод подложить дощатые решётки.

На грядках тыквы, как и кабачки, требуют регулярных поливов и органических подкормок, в поле, замульчированные навозом, они растут сами по себе.

Идеальный способ выращивания тыквы на севере — это большую компостную кучу весной накрыть домиком из поликарбоната и посадить 3–5 тыкв семенами. Пусть корни растут всё лето в тепличке, а в конце июня, приподняв торцы, надо выпустить плети во все стороны, чтобы тыква цвела и зрела при ярком солнечном освещении, а корни были в тепле.

Увлекаюсь выращиванием гигантских тыкв. Раньше использовал минеральные подкормки, но когда перешёл на органические методы, то эффект проявился ярче, тыква не только росла крупнее, но, что немаловажно для северной зоны, ускорило созревание растений, прохождение фаз развития.

те кабачки и лист вянет, то и корневые волоски погибают, и восстанавливается растение медленно. Полив нужен регулярный и обильный, почва рыхлая и воздушная.

Рядом с домом на больших органических кучах у меня таких проблем не возникает, и кабачки цветут и цветут до самой осени, а часть кустов, с которых урожаем не собираем, дают гигантские плоды, иногда крупнее тыкв.

Сорта: для начинающих достаточно посадить ранние, неприхотливые цуккини, а также Якорь (белоплодный) и Скворушка (зелёный).

Я высаживаю более новые, устойчивые к мучнистой росе сорта: Чёрный Красавец и очень нежные Цубода и Юнга.

Есть редкие гости с Запада: кабачок зимний F1 Деликатесный, мякоть у него крахмалистая, с привкусом ореха, хранится до весны; Спагетти равиоло — длиноплетистый, как тыква, зреет долго. Сейчас в продаже есть до 40 сортов кабачков, в основном импортных, капризных в нашей зоне.

Тыквы

Основное достоинство тыквы для нас — то, что она хранится в комнате почти год и её можно есть в сыром виде в зимнее время. Тыква вкусней кабачка, в ней больше сладости, и тыквой легче заменить вредные сладости для детей-сладкоежек.

Мы тыкву мелко натираем в сыром виде во все салаты в основном в зимнее время. Любимое блюдо — тыквенная каша из пшена с кусочками кураги. Всё оранжевое, всё сочетается по вкусу.

В любое рагу из овощей стоит добавлять тыкву, чтобы уменьшить долю крахмалистого картофеля. Кроме этих простых, часто используемых блюд из тыквы описаны тысячи кулинарных изысков как из тыквы, так и из кабачка. И все они полезны, относятся к диетическим блюдам, кроме витаминов и минералов





Основные секреты

Поделюсь наработанными секретами.

Для тыквы все нюансы органических методов проявляются наглядней, чем, например, на томатах. И так, под куст гигантской тыквы надо не меньше 10 вёдер органики высыпать на площадку с хорошей супесчаной окультуренной почвой слоем 50 см.

Я делаю кучи с осени, весной сверху высыпаю пару вёдер старого компоста и проливаю АКЧ, накрываю плёнкой, чтобы куча рано прогрелась, биота активизировалась.

Выращиваю рассаду тыкв сортов-гигантов в ёмкости не менее 2 л.

Сорта можно приобрести у любителей по интернету, на пробу можно купить Русский размер F 1.

Делаю укрытие из плёнки и высаживаю месячную рассаду тыквы, обычно две штуки на площадку, дальнейшая отбраковка имеет значение.

Дожидаюсь, когда тыква даст по 2–3 плода на каждом растении, выбираю только один, который опережает все остальные в развитии, и все плоды и отстающее растение безжалостно удаляю.

Затем удаляю все новые цветы и завязи, укорачиваю все боковые побеги, оставляя на них по 6–7 листьев. Главный побег у меня растёт до августа без боковых плетей, затем и ему ослепляю верхушку. Получается большой куст с лиственной, занимающей огромную площадь, и одной тыквой.

Каждую неделю на грядку высыпаю в виде мульчи по ведру компоста, точнее, перегнивший в течение года подстильный навоз от коз и кроликов, стараюсь прикрыть плети, которые дали придаточные корни. Получается: 12 вёдер компоста я высыпал и ещё 10 высыпаю за лето.

Пару раз за лето локально добавляю по 3–4 ложки «ОМУ картофельное», закапываю на 10 см рядом с центральной плетью с тыквой, по мере её отрастания.

Поливаю 2–3 раза в неделю обильно из бочки с подогретой водой и всегда с добавлением АКЧ, разбавленного в 10 раз (в бочке). Идеально организовать капельный полив из этой бочки.

Но самый важный агроприём — это поддержание воздушности грунта под тыквой, влага без воздуха не может в полной мере активизировать почвенную биоту в компостной куче под тыквой.

Поэтому весной, до посадки, делаю из прочной пластиковой сетки (от старых оград) как бы пористые колбаски длиной 50 см и диаметром 3–4 см и втыкаю их в кучу компоста по 4 штуки на 1 м². Через них на всю толщу кучи постоянно проходит воздух, кроме этого компост у меня рыхлый, так как в нём много неперегнившей соломы и тонких веточек, которыми мы кормим животных.

В таком компосте в тёплых влажных условиях толстые белые корни распространяются длинной густой сетью и потребляют максимально возможное количество элементов питания, которое им предоставляет почвенная биота, входящая в симбиоз с растением. Недостающие фосфор и калий высосолевые корни берут из гранул ОМУ.

Этот пример я привёл как классический опыт использования органических методов для выращивания овощей.

Геннадий РАСПОВ

Богучары, Воронежская область

<https://my.mail.ru>

Как подготовить хвойные растения к зимовке

Хвойные растения отличаются не только ярко выраженными декоративными свойствами, но и своей неприхотливостью. Морозоустойчивость, сопротивляемость болезням наряду с прочими достоинствами делают этот класс практически идеальным элементом дизайна. Но это вовсе не освобождает нас от ухода за ними, особенно в холодный период года.

Зимнее время таит в себе сразу несколько угроз для хвойников. Одна из них — **опасность излома веток деревьев и кустарников под тяжестью снега**. Для профилактики этого неприятного явления достаточно после снегопадов стряхивать с них скопившийся снег. Если же излома избежать не удалось, то мелкие ветки удаляются, а более крупные стягивают в месте повреждения и закрепляют в естественном положении.

В зону риска попадают сосна, кипарис и кедр, именно они наиболее часто страдают от этих явлений. Нужно связать их шпагатом. Шаровидные виды тоже обвязать шпагатом, чтобы снег не падал внутрь и не разваливал дерево.

Неприятности могут доставить и **яркие солнечные лучи в конце зимы и во время оттепелей**. Подгорание хвои — это иссушение. Вечнозелёные растения продолжают терять влагу не только летом, но и зимой. В эти периоды хвоя активно испаряет влагу, тогда как корневая система растения, находящаяся в промерзшей почве, ещё не в состоянии восполнить тот запас влаги, который был утрачен.

Чтобы обезопасить хвойные



растения от гибели, поздней осенью проводят обильный полив растений, высаженных в период текущего и прошлого сезонов. Влагозарядковый полив проводят в тёплую осеннюю погоду: 30 л на 1 м² приствольного круга дерева, 10 л на куст. Затем мульчируют (идеально верховым торфом, смешанным с биогумусом). Этот совет особенно ценен в применении к высокорослым видам кустарников и деревьев, корни которых залегают не очень глубоко в грунт: ель, пихта, туя. Это позволит растениям пережить перепады температуры в хорошем состоянии.

Морозный ветер может вызывать ожоги и способствовать гибели растений. Для защиты от ветра нужно высаживать деревья и кустарники вдоль стены или в окружении других растений. Если же стиль дизайнера не предусматри-

вает рядом с растениями заграждения, то лучше соорудить ширму на время холодов.

Укрытие хвойников

Оптимальное время укрытия растений — сухая холодная погода, установившаяся с приходом стабильных холодов.

Материал следует выбирать такой, чтобы растение не было закупорено, а могло дышать. Поэтому пластик и плёнка не подходят. Используем агротек (достаточно № 30), геотекстиль или мешковину.

Большое количество снега (снеговая нагрузка) может лишить хвойные нормально «дышать», а ведь вечнозелёные растения продолжают жизнь и зимой. Если прекращаются процессы дыхания, идёт подопревание. И из-под снега потом выходят некрасивые ра-

стения с жёлтой хвоей. Можно сделать подпорку под низкие кусты (например, можжевельник), а ветви собрать в центре и связать (снизу будет поступать воздух).

Не стоит укутывать дерево «с головы до ног» сразу. Накиньте укрывной на верхнюю часть кроны, нижнюю оставьте без укрытия — вентиляция. Низ потом занесёт снегом и защитит. Когда выпадет снег, сгребите его под хвойные. После того, когда снег полностью растает, натяните укрывной на низ куста. Не обматывайте нетканым материалом вплотную к хвое. Сделайте что-то вроде шалаша-каркаса. Тогда хвойники не будут прикасаться к мокрому и холодному «панцирю» и лучше сохранятся.

Укрывной будет служить и притенением от солнечных лучей. Снимать с укутанных растений покрывала и обмотки желательнее в пасмурную погоду, когда грунт оттаёт в достаточной мере.

Высокие растения типа туи или можжевельника укрыть достаточно сложно, но весьма полезным будет обмотать их обычным шпагатом, что позволит предотвратить поломку веток и ряд других проблем.

Ели и сосны укутывать не обязательно, за исключением посаженных в данный сезон.

Восстановление после зимы

Если растение потеряло свой цвет или потускнело, то ветви необходимо обрезать малыми порциями тёплой воды и притенить в солнечную погоду. Как только потеплеет и температура воздуха стабилизируется на отметке +10°C, крону пострадавших кустарников и деревьев можно обработать биостимуляторами, такими как «НВ-101», раствором «Экофуса», «Зелёной иглой» (по инструкции).

<https://vk.com/plodorodie74>

Компостный чай как удобрение



Для многих садоводов почва — завод по производству продукции. Для меня — живой организм, где корни существуют в содружестве с микроорганизмами, которые их кормят и защищают.

Дачники вносят органику неправильно, усиливая гнилостные процессы и снижая биоразнообразие почвы. Из-за неграмотного применения минеральных удобрений и перекопки почвы унич-

тожаются важнейшие для экологии грибы и простейшие организмы.

Я всё это вношу, используя знания по экологии почв, чтобы не только напитать корни, но и накормить почвенные микроорганизмы. Не уменьшать, а увеличить их биоразнообразие.

В природе самые полезные микроорганизмы в огромном количестве и разнообразии живут в старых мусорных кучах или ком-

постных кучах, куда много лет вносили органику и не вносили химию. Если такой компост вносить на грядки, почва быстро выздоравливает и делается плодородной. Но компоста садоводам всегда не хватает.

Аэрированный компостный чай (АКЧ) помогает размножить микроорганизмы из обычного компоста в несколько миллионов раз.

Как приготовить компостный чай

- Стакан компоста (100 г) положить в трёхлитровую банку.
- Залить 2 л воды без хлорки.
- Аквариумным компрессором пропускать воздух в течение суток при температуре 20–25°C. Чем мощней компрессор, тем лучше для микробов и грибов.
- Чтобы микроорганизмам было чем питаться, надо добавить 10–15 г мелассы (можно положить столько же патоки, солода или варенья из яблок или слив).

Бактерии делятся каждые 20 минут, и их количество нарастает очень быстро. Важно не допускать ошибок!

Если положить компоста больше 100 г на 2 л воды или мелассы больше 15 г, то кислорода через 6 часов перестанет хватать, и компостный чай загниёт.

Из плохого компоста хороший

АКЧ не получить, так как полезным организмам неоткуда будет взяться.

Как использовать компостный чай

Хранить АКЧ до полива желательнее не более 4 ч. Ведь если кислорода не будет, все живые организмы погибнут.

Для экономии АКЧ перед применением разводят в 3–5 раз.

Готовым АКЧ можно поливать почву хоть каждую неделю или хотя бы 4–5 раз за сезон, вреда не будет.

Очень хорошо чередовать полив почвы с опрыскиванием по листу.

Опрыскивать почву и листья надо рано утром, по росе или поздно вечером, иначе солнце высушит и убьёт ваших друзей-бактерий.

Уже через сутки вы увидите, что растения оживают, зеленеют, идут в рост. Это полезные микроорганизмы разлагают органику, несут корням недоступные ранее минеральные соли из почвы. Полезные грибы и амёбы, поедая вредные бактерии и грибы, дают корням витамины и стимуляторы роста.

Используйте АКЧ из года в год, и ваша почва станет живой, пористой, целебной для растений. Плоды не будут содержать вредную химию и сохранят ваше здоровье!

Геннадий РАСПОВ,

садовод-опытник

Укрытие винограда на зиму в Средней полосе

Выращиванием винограда в Средней полосе сегодня уже никого не удивит. Есть проверенные холодоустойчивые сорта этой изначально южной культуры, а у опытных садоводов в наличии ещё и собственные хитрости, позволяющие помочь растению комфортно перезимовать.

Опытный виноградарь Виктор Павлович Шишкин уже четверть века выращивает виноград на своей подмосковной даче в Домодедовском районе. В его коллекции примерно 140 сортов, и все кусты виноградаря бережно укрывают на зиму.

Итак, советы опытного садовода.

Нужно ли вообще укрывать виноград на зиму

Продавцы саженцев винограда, расхваливая сорт, непременно сделают акцент на его морозостойкости. Мол, выдерживает лоза -25°C и -30°C, и даже -40°C! Действительно, есть такие сорта российской и зарубежной селекции, но мало кто из продавцов объяснит, что речь в данной формулировке идёт о взрослом растении, точнее, о его взрослой части (корне, штамбе, многолетних рукавах), причём о растении исключительно здоровом и, главное, закалённом.

Скорее всего, умолчит продавец и о том, что самые ценные с точки зрения плодоношения побеги прошлого года и текущего сезона — наиболее уязвимы перед морозами. Они с большой долей вероятности не выдержат испытания холодом и иссушающим ветром, а также температурных скачков при осенних и весенних оттепелях.

По этой причине для большинства садоводов Средней полосы и особенно зон рискованного виноградарства вопрос об укрытии лозы не стоит. Однозначно — укрывать.

Как укрывать виноград на зиму в Средней полосе

Многие годы Виктор Павлович применяет так называемый сухой метод укрытия винограда, и ни разу он его не подвёл. Однако перед собственно укрытием лозы нужно не забыть провести с ней ещё несколько манипуляций — полив,



мульчирование, обрезку и подкормку.

Подготовка винограда к зиме начинается с его обильного влагозарядного полива. Дело в том, что сухая почва, особенно песчаная, промерзает быстрее и глубже, а напитанная водой, особенно на глубину пяточных корней, напротив, согревает подземные части растения, поднимаясь в виде пара.

Надо учитывать, что корни европейской лозы погибают уже при -7°C. Подземная же влага в комплексе с мульчированием и укрытием позволяют сохранить положительную температуру околокорневой зоны.

Осенний полив винограда важен и для весеннего старта вегетации. Виноградарь поливает свои лозы не по земле, а через трубы, заглубленные до уровня дренажного слоя. Это намного безопаснее для лозы, не любящей любой вид дождевания, и к тому же эффективнее, так как полив удобно совмещать с подкормкой. Осенью это раствор костной муки (вместо суперфосфата) или раствор золы. После последнего осеннего полива трубы нужно плотно заткнуть.

Второе, что необходимо сделать после сбора урожая винограда, — обрезать все отплодоносившие и зелёные, невызревшие побеги. Последние всё равно перезимуют плохо или не выживут вовсе. Они заметно отличаются от созревших побегов коричневого цвета, которые на ощупь излучают тепло даже на холоде, а при сгибании издадут лёгкий треск, но не ломаются, так как успели запастись пластическими веществами. Такие лозы готовы к зимовке.

Главное — устроить зимующему винограду правильную «постель». Снятую со шпалеры и обрезанную лозу Виктор Павлович



связывает в нетугие пучки, или фашины, и укладывает на предварительно заготовленный еловый лапник. Важная деталь: лозу надо укладывать так, как она сформирована или как «просится», то есть не гнуть её против направления роста. Сделать это, может, и получится, но место сгиба зимой промерзнет, и растение, скорее всего, погибнет.

Чем укрывать виноград осенью перед зимовкой

Вариант лучшего укрытия для винограда на зиму в Подмосковье — лапник. Почему? Во-первых, устраняется контакт лозы с землёй, тем самым существенно уменьшается вероятность появления всевозможных грибковых заболеваний. Во-вторых, хвоя сама по себе обеззараживает воздух и убивает микробов. И, в-третьих, замечено, что мыши избегают зимовать в таком колючем окружении, правда, лоза должна быть укутана лапником плотно, со всех сторон и без щелей. Не лишним будет перед укрытием обработать виноград 3%-ным раство-



какого-то промерзания лозы при таком укрытии минимальна. Снег же послужит дополнительным утеплением — каждый сантиметр снежного покрова уменьшает мороз на один градус. По этой причине многие садоводы набрасывают на укрытие снег либо устраивают снегозадержание с помощью щитов по бокам «постели», либо кладут сверху ветки (тот же лапник, к примеру).

Иногда приходится слышать, что кто-то так сильно не «замораживается», просто прикапывает лозу землёй, и та ничего, выживает. Да, взрослая лоза, может, и не погибнет, вот только таких смельчаков хочется спросить: а стоит ли так рисковать любимым растением, тем более редким сортом? И ещё: жёсткая зимовка в контакте с землёй почти наверняка приведёт к гибели некоторых плодовых почек, в результате урожайность лозы в лучшем случае восстановится только через год.

Если и стоит чем заниматься, так это закаливанием растений, да и то не раньше пятилетнего возраста. Закалка проводится просто. В первый год укрываем при -5°C, во второй — при -10°C, в третий — при -15°C и т.д. Кстати, таким образом можно попытаться южный сорт постепенно превратить в неукрывной. Правда, риск вымерзания всё равно останется.

Однако Виктор Павлович Шишкин не рискует, поэтому все его лозы зимуют под укрытием с применением лапника. И за многие зимы ни одна из лоз не вымерзла, все встречали весну с хорошим зарядом жизненных сил.

<https://www.ogorod.ru>

Цукаты из зелёных томатов

Не все знают, что из зелёных помидоров можно приготовить цукаты. Для этого потребуется: 1 кг зелёных помидоров; 1 стакан воды; 1 кг сахара; кардамон, гвоздика по вкусу; цедра апельсина, лимона — 50–70 г.

Мелкие помидоры можно оставить как есть, а крупные следует порезать. Выбирайте томаты с плотной мякотью. Сложите их в

кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения и проварите в течение 3 минут. Можно опустить в кипяток и проварить 2–3 минуты. Так мы избавимся от кислоты.

Теперь нужно напитать помидоры сиропом. Насыпьте в кастрюлю сахар, залейте водой, добавьте цедру, специи и доведите до кипения. Опустите томаты в сироп и варите в течение 5 минут

на медленном огне. В конце варки добавьте 4–5 г лимонной кислоты. После уберите кастрюлю с плиты, накройте крышкой и дайте выстояться 12 часов.

Слейте тщательно сироп, выложите помидоры на поддон с сеточкой, после чего их можно выкладывать в электросушилку.

Температура при сушении цукатов +55°C, а время зависит от размера кусочков, в среднем от 6

до 12 часов. Не пересушите! Досушить цукаты проще, чем есть пересушенные «сухарики».

Если делаем цукаты из красных томатов, то их следует сразу опустить в сахарный сироп.

Зелёные цукаты всем больше понравились. Они напоминают по вкусу крыжовник. Получается очень вкусно и необычно. Если не знать, что это помидоры, никто и не догадается.

Зоя МАКСИМЕНКО
Центр «Плодородие»,
г. Челябинск





На самом деле в теплице траншейного типа можно выращивать всё: зелень, овощи, фрукты, цветы. Температура в таких теплицах даже без обогрева обычно на 10°C выше, чем на улице.

Суть сохранения тепла в теплице траншейного типа заключается в том, что стены заглубляются до глубины промерзания грунта. Таким образом, тепло, накопленное почвой, может сохраняться на протяжении всей зимы.

Владелец лимонария Денис Опалюк из города Смоленичи уже семь лет выращивает цитрусовые на территории Беларуси. До этого вместе с отцом работал в семейном предприятии «Цитрус» в украинской Горловке. Денис постоянно экспериментирует, а в этом году ему даже удалось получить урожай с инжира, высаженного в открытый грунт. Но главные силы сосредоточены на теплицах «термосах», в которых он выращивает около 100 сортов экзотических растений.

Принцип теплиц траншейного типа

В основе давно известный принцип траншейного выращивания — заглубление теплицы. Мы получаем что-то наподобие подвала, в котором люди хранят картошку и другие овощи, где за счёт заглублённости сохраняется плюсовая или нулевая температура. Только в теплице помимо заглублённого низа есть ещё поликарбонатный купол.

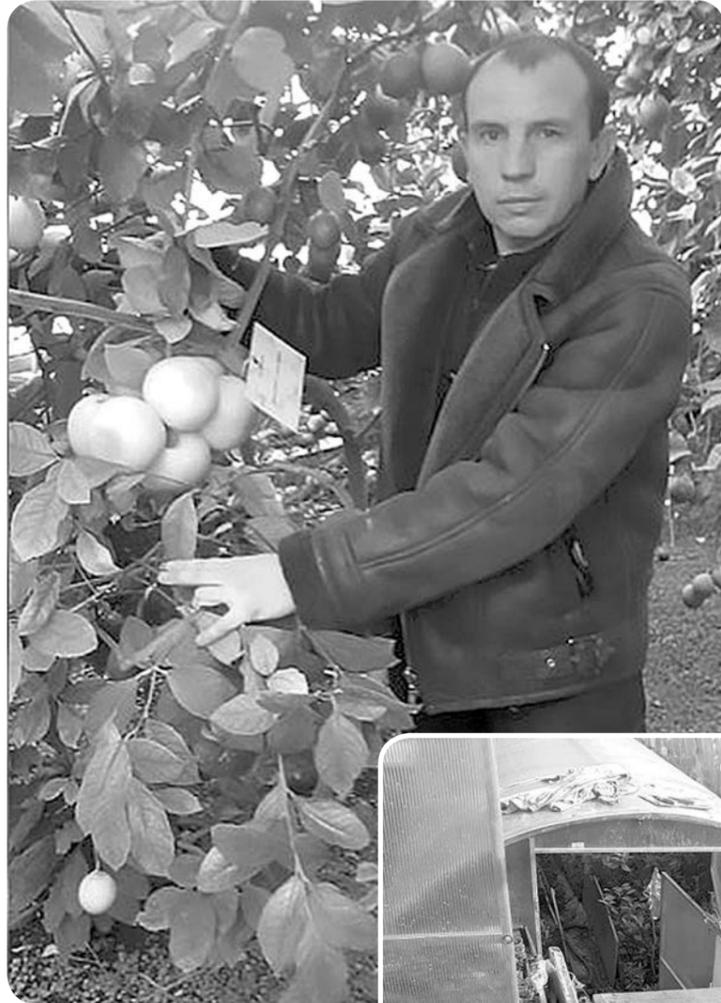
Такие теплицы использовались в хозяйствах Советского Союза, а затем на смену им пришли поверхностные, которые отапливались дешёвым в то время газом. Сегодня же многие частники хотят вернуться именно к траншейным теплицам, так как 90% затрат на содержание теплицы уходит именно на отопление.

С чего начать

Тем, кто хочет установить траншейную теплицу у себя на участке, сначала нужно определиться, для каких культур создаётся теплица. От этого будут частично зависеть величина заглубления, количество загрузки плодородного грунта и размер строения. Например, для лука и зелени достаточно небольшого слоя плодородной почвы, а вот для цитрусовых плодородный слой должен быть не менее 0,5 м.

Само строительство начинается

Траншейная теплица и фрукты круглый год



крепости используются поликарбонатные теплицы с шагом между профилями 67 см.

Денис предпочитает куполообразную форму, но можно делать любую, кому какая понравится. Толщина материала также зависит от выбора культуры: чем более теплолюбивые растения планируется выращивать, тем он должен быть плотнее. Купол возвышается над ямой примерно на 0,5 м, а сверху всей этой конструкции ставят ещё одну теплицу, которая будет на 1 м шире и на 2 м длиннее.

Отопление, освещение и вентиляция теплицы

Только прошлой холодной зимой Денис Опалюк в теплице несколько раз затапливал печь-буржуйку. Если в теплице есть хотя бы 7°C, то делать это не обязательно, даже если выращиваете цитрусовые. Если зимой на улице -30°C, заглублённая теплица отлично дер-



Фото из архива Дениса Опалюка

ся с рытья котлована. Желательно расположить его с востока на запад. Идеальным Денис Опалюк считает размер заглубления 1,5 м. При выкапывании верхний слой почв снимается отдельно, а нижний удаляется. Обязательно нужно делать дренаж. Такие теплицы никогда не затапливает, ведь даже если каким-то образом будет излишек воды, он уйдёт через дренаж. Сверху кладётся собранный верхний слой грунта, а на него загружается слой плодородной почвы (состав будет зависеть от выбранных культур). Грунт, говорит Денис, они никогда не меняли,

возможно, через несколько лет снимут небольшой верхний слой и добавят новой свежей земли.

В котловане стены и купол делают из поликарбоната. Стенки, по всем законам физики, упасть не могут, но на всякий случай для их

жит тепло, и при дополнительном внутреннем обогреве (буржуйкой, калорифером или др.) легко поднять внутреннюю температуру до 20°C.

Денис не использует и дополнительную подсветку. Да, для ци-

трусов, которые выращивают в квартире, она нужна, в теплице же хватает естественного освещения. Но можно использовать фольгоизол, обычно им укрывают северную сторону. Благодаря фольгоизолу свет отражается и рассеивается, что позволяет деревьям расти не только вверх, но и равномерно в стороны. Для вентиляции делают в крыше форточки, но открывают их, как правило, только летом.

Можно ли возвести такую конструкцию самостоятельно?

Для возведения теплицы данного типа необходимы хотя бы два человека, а время на постройку зависит от размеров и, что главное, от того, каким образом будет выкапываться котлован: экскаватором, другой механикой, а бывает, что нет возможности подогнать технику, и приходится копать вручную, как в случае с Денисом.

Выбор сорта для теплицы

Денис утверждает, что растение любого сорта можно сформировать деревом или кустом. Конечно, есть сорта, которые лучше подходят для тепличного выращивания. Денису очень нравится лимон Мейера, это уже даже группа сортов. Популярный нынче гибрид лимона Мейера — Лиза. Ещё одна хорошая группа — Пандероза. Средний вес плодов около 1 кг, а у Дениса самый крупный плод весил 2,4 кг. Неплохо растут итальянские сорта Лунарио и Монакелло, цитроны Рука Будды. Подходящих сортов на самом деле очень много.

А кроме лимонов отлично себя чувствуют мандарины, апельсины, фейхоа, гранат, кофе, гуайява (земляничное дерево), авокадо, лавр, олива и многое другое.

Удобрение для экзотики

Из удобрений в теплицах Денис использует только органику, хотя в последнее время очень хорошо зарекомендовал себя «Осмокот» — гранулированное комплексное минеральное удобрение.

Денис Опалюк — фанат своего дела, он считает, что каждому под силу выращивать экзотические растения у себя на участке.

<https://www.ogorod.ru>

Кухонные отходы превращаем в удобрения

Сейчас каждый десятый (а может, и каждый пятый) человек на планете задумывается об экологии окружающей среды. В России активно идёт реформа раздельного сбора мусора, но почему-то имеются в виду преимущественно твёрдые бытовые отходы (бутылки, пластик, стекло, бумага и т.д.), и мало кто задумывается о кухонных отходах, так называемой «органике» или «пищевке». А ведь именно эти отходы в первую очередь нужно собирать отдельно, так как именно они являются причиной зловонных запахов, антисанитарии, привлечения мух и иных насекомых в места скопления мусора. В то же время именно они, если заменить процессы гниения в них на процессы ферментации, могут нести огромную пользу природе — стать высококачественным удобрением в кратчайшие сроки или питательным кормом для животных.

Но пока наше государство созрело на то, чтобы поставить на поток и отрегулировать этот непростой процесс, каждый из нас уже сейчас может в домашних условиях самостоятельно для собственных нужд изготавливать для своих грядок компост, и не просто компост, а Эм-компост.

Что нужно делать.

- Складываем кухонные отходы послойно в Эм-компостер (он же ведро-биоутилизатор) и проливаем препаратом «Восток-ЭМ-1» или присыпаем «Офэм» (или «Сиянием-3»).

- Эффективные микроорганизмы любят органику, тем более кухонные отходы. Они её начинают ферментировать с выделением полезных веществ. При этом не образуются неприятные запахи, так как микроорганизмы устраняют патогенную микрофлору, которая

могла бы запустить процесс гниения со зловонным запахом.

- Важно! Каждые три дня сливаем из крана ЭМ-компостера жидкость, которая является обогащённым ЭМ-препаратом — «ЭМ-БИО» («Восток-ЭМ-1»), и можем использовать её так же, как и препарат, то есть для домашних цветов и т.д.

- Через 2–3 недели у вас получится готовый компост, внешне напоминающий грунт. Достаете его из ведра, аккуратно перекладываете в пакет и храните на балконе до весны.

В результате вы

- не выбрасываете кухонные отходы, а значит, вы за экологию;
- производите самостоятельно отличное удобрение;
- получаете ЭМ-препарат.

<https://vk.com/plodorodie74>



Волшебство рук творящих

*Душа и руки создают шедевры
И просто украшают нашу жизнь.
За чудо творчества, истраченные нервы
Рукам искусным низко поклонись.*

В небольшом подмосковном городе Мытищи, расположенном на реке Яузе, живёт кудесница-рукодельница Олеся Домрина, нежные руки которой творят поистине шедевры: она вяжет прекрасные вещи, обладатели которых чувствуют удивительную солнечную энергетику мастерицы. Ведь когда создаёшь какую-нибудь вещь, то мысли и чувства вплетаются в изделие, делая его живым, энергетичным. И то, в каком состоянии творит мастер, отражается на «характере» изделия, его качестве и наполненности энергиями.

Сейчас ручная работа очень ценится, в моде, потому что изделие получается в единственном экземпляре, неповторяемое вновь, а кроме того, оно содержит тёплую, лучистую энергию мастера.

Олеся может связать всё: от варежек и шапок до больших жаккардовых проектов.

Мастерица согласилась ответить на наши вопросы, поделиться своим опытом.

— **Олеся, расскажи, пожалуйста, когда ты начала вязать вязанием? Что и кому связала в первый раз?**

— Приветствую всех читателей газеты!

Удивительно, но самое первое изделие я связала ещё в детстве. В один из солнечных дней мои подружки принесли на лавочку, где мы обычно гуляли, клубочки и спицы. Казалось бы, лето у бабушки в деревне должно проходить под громкие крики, купание в речке и беготню детворы. Но получилось всё по-другому. Я смотрела на девочек и не понимала, как из невзрачного клубочка ниток можно сделать что-то красивое... Работа у девочек шла очень быстро. За пару часов они могли создать небольшой шедевр для своих маленьких кукольных воспитанниц.

У меня тогда не было ни ниток, ни спиц. Даже не знаю, где они тогда могли продаваться. Поэтому девочки подарили мне спицы и дали небольшой клубочек. Они рассказали и показали мне, что такое вязание.

Дело у меня шло сложно. Не было опыта, и скорость работы была небольшая. И под конец лета я связала лишь небольшую подушку для бабушки.

— **Были ли у тебя в роду мастера и мастерицы какого-нибудь дела?**

— Любая женщина в чём-то да мастерица. И многие иногда даже не подозревают этого. Кто-то прекрасно и вкусно готовит, а кто-то искусно рисует или рассказывает интересные истории. Например, моя прабабушка виртуозно вышивала крестиком и владела крючком.

— **Что тебя вдохновляет на творчество? Может быть, это музыка или книги, общение с интересными людьми..?**

— На творчество вдохновляет пряжа. Когда берёшь моточек в руки, трогаешь этот пушистик — сразу приходит идея для нового проекта.

Ещё вдохновляют работы других мастеров. Смотришь и пони-

маешь, что это можно сделать совсем по-другому. И рождается что-то совсем неповторимое. Например, недавно ко мне обратилась девочка и попросила создать пальто такое же, как на фото, которое она показала. Вроде бы и ниточки были такими же, и рисунок. Но были внесены небольшие корректировки в эскиз. И раскрылось изделие на человеке совершенно по-другому, более наполненно и гармонично.



В книгах встречаются интересные идеи, но в основном это цветовые сочетания. Очень удобно, когда можно увидеть и почувствовать все цветовые градации со стороны.

Иногда в разговоре с людьми приходят идеи нового проекта. Удивляешься: «Почему же раньше об этом не подумала?»

Природа очень вдохновляет на творчество. Её краски, формы, смена сезонов. Просто нужно начать это замечать. Смотреть вдаль, а не себе под ноги. Хотя это и сложно, но стоит только начать, и вы почувствуете разницу.

— **Сколько примерно ухо-**



дит времени на одну связанную тобой вещь?

— Всё зависти от объёма работы. Если это шапочка, то один день. Если варежки, то можно сделать за два дня. А шаль или свитер уже за неделю, но возможно и раньше.

— **О чём ты думаешь, когда вяжешь?**

— Если изделие небольшое, например, варежки или жаккард, то отвлекаться не приходится. В голове постоянно держишь подсчёт петель, отслеживаешь убавки или смену цветов в рисунке. Непрерывно всё перепроверяешь, чтобы не было ошибок и не



остановился на мгновение и подумал, что бы хотелось ему или ей.

А пока поделюсь своими размышлениями по этому поводу.

Чем больше изучаешь этот вид искусства, тем больше открываешь для себя новые материалы, инструменты, техники, проекты и планы. Поэтому мечтаю приобрести и попробовать в деле пряжу из викуньи. Это пряжа, которую называют «золотым руном». Ведь цена на неё начинается от 180 руб. за 1 грамм. Её считают самой дорогой пряжей в мире. Из неё создают одежду для королевских особ. Одежда из шерсти викуньи есть у В. В. Путина и папы римского. Это самая тонкая и нежная шерсть в мире.

Викуньи, парнокопытные млекопитающие семейства верблюдовых, занесены в Красную книгу, и остригать их можно только в среде обитания. Животных нельзя одомашнивать.

Пряжа стоит так дорого и потому, что в мире ей нет равных в удивительной способности согревать при поразительной невесомо-



сти готового изделия. Одежда и аксессуары из викуньи мягкие и нежные. Они не теряют свой вид с годами, выглядят дорого и благородно.

Ещё вязание на природе — это просто непроходящая мечта. Можно взять с собой плетёную корзинку или красивую коробку, расстелить приятный мягкий плед, погрузиться в творчество и почувствовать себя частичкой этого Мира. Как чудесно разговаривать с Природой и знать, что она тебя слышит, видит и понимает!

— **Олеся, если бы тебя пригласили в родовое поселение на фестиваль провести мастер-класс, поделиться опытом с людьми, ты согласилась бы приехать? А заодно посмотрела бы, как люди живут в своих Родовых поместьях и обустроили каждый своё Пространство Любви...**

этого цвета пряжи получатся замечательные рукавички. А вон из того, что чуть подальше, — интересные носочки.

— **Есть ли у тебя мечта?**

— Мне бы хотелось, чтобы сейчас каждый, кто читает эти строки,



— Идея разработки и создания своих мастер-классов у меня есть уже давно, поэтому это действительно была бы очень интересная и насыщенная встреча.

— Что бы ты хотела сказать, пожелать тем, кто только начинает вязать?

— Первое, что я бы посоветовала, — убрать перфекционизм, потому что сделать идеально ровные петельки сразу, быстро и без ошибок не получится. Мастерство оттачивается постепенно. У одного известного предпринимателя как-то спросили, как ему удалось заработать первые деньги. Он ответил: «Я просто слишком часто ошибался». Поэтому цените свои ошибки, без них невозможно получить высокие результаты.

Начиная вязать, определите, какую цель вы бы хотели достичь. Ведь результат может быть разным. Возможно, приступая к вязанию шарфа, вы просто хотите переключить своё внимание, расслабиться и получить удовольствие от творчества, и промежуточного результата вам будет достаточно. Например, вы уже связали половину шарфа, и вас отпускает, потому что цель достигнута. Это важно понимать, чтобы не корить себя за незаконченный проект, не накапливать груды незавершённых дел, к которым потом не будет времени, сил и желания прикасаться.

Важно помнить, что хорошее вязание не всегда бывает сложным. Выбирайте схемы, в которых используется только один тип петли — лицевая или изнаночная. Это позволит вам хорошо освоить приём и привыкнуть к ритму вязания.

Приступайте к моделям, которые не требуют придания формы. Это может быть шарф, подушка, одеяло, мягкая игрушка, домашние прихватки или подставки для кружек с горячим чаем, детские пинетки, пончо, лёгкая майка, топ или простой свитер. А если взять просто красивую пряжу, то изделия будут получаться интересно и без хитрых узоров.

Для своего проекта берите толстую пряжу и толстые спицы. Так вы быстрее увидите результаты своего труда.

Желаю всем начинающим вязальщицам мира, здоровья и ровных петелек!

— Олеся, большое спасибо за беседу! Желаем тебе творческих успехов и исполнения позитивных желаний.

Контакты мастерицы (для заказа изделий и приглашения на мероприятия): тел./WhatsApp 8-903-501-8501; эл. почта: musyaka@yandex.ru.

Беседовала Светлана ЗЕНИНА
Орёл — Мытищи



■ Оксана Мицкевич

г. Бобруйск, Беларусь
<https://vk.com/na.polyanke.oksana>
https://www.instagram.com/oksana_mitsukevich/

Пушистый коктейль со вкусом цикория

Для него нам понадобятся:
100 г пророщенной зелёной гречки;
100 г кунжута;
70 г фиников без косточек;
400 мл воды;
1/2 ч. л. цикория (кэрба, какао).

Кунжут предварительно измельчаю (у меня это делает блендер). Потом добавляю финики, пророщенную гречку и цикорий. Снова всё взбиваю в пушистую массу.

Получается красивый коктейль шоколадного цвета.

Зелёная гречка содержит в своём составе полезные аминокислоты (аж 18 штук!). Это вещества, которые необходимы организму для сохранения сил, здоровья, молодости.

Кунжут участвует в восполнении кальция, который необходим



Фото автора



не только костям, но и всему организму. А фтор и цинк в его составе способствуют лучшему усвоению кальция.

Сушёные финики, в свою очередь, — просто отличный активатор энергии, которая нам очень пригодится с утра.

Думаю, этот рецепт стоит написать в свои блокнотики и повторять так часто, как только можно!

Лучшие рецепты Оксаны Мицкевич в инстаграм @oksana_mitsukevich/ и в Вконтакте https://vk.com/travy_diveya.

Лепка из воска

Воск — это натуральный природный материал, является прекрасной альтернативой химическому пластилину.

Воск для лепки — замечательное развлечение для детей и взрослых, которое помогает расслабиться, погрузиться в творчество, развить мелкую моторику, мышление, воображение и внимание.

Лепка из воска одинаково хорошо подходит для детей и взрослых, это занятие может стать семейным сотворчеством.

С чего начать

1. Нужно купить готовый воск для лепки или цельным куском (потом приготовить его) у знакомого пчеловода, в магазинах для творчества или по интернету.

Как приготовить воск для лепки

1. Воск разрезать на небольшие кусочки (4–5 см), если он цельный кусок, а если уже готовый, просто разогреть его:

- в духовке 40 минут при 60°C;
- поместить в горячую (терпимо для руки) воду на 7–10 минут;
- положить на окошко под солнечные лучи или на батарею (это долго, нужно смотреть).

Главное — не перегревайте воск, он может расплавиться и обжечь руки!

Когда воск станет мягким, значит, он готов и с ним можно работать.

Как лепить с детьми

Перед тем, как дать воск детям, разомните его хорошенько, это может быть тяжело для маленького ребёнка. Лепить можно, только пока воск тёплый, ког-

да он остывает, становится твёрдым, поэтому нужно будет брать мягкий кусочек или опять разогревать этот.

Удобнее всего использовать дощечку или обычный спил дерева, промазанный тем же воском. Тогда полученные во время лепки фигурки хорошо держатся на поверхности и при этом легко отлепляются.

Если вы решили полепить с ребёнком, не давайте ему никаких заданий. Лепите рядом сами. Самые маленькие детки будут просто приклеивать кусочки к поверхности, и это также будет им интересно. Постепенно их работа будет усложняться. После того, как фигурка слеплена, можно взять её в руки и попробовать рассказать о том, что это, как зо-

вут, если это живое существо, где оно живёт. Фантазируйте!

Что можно лепить

Научите ребёнка лепить самую простую форму — шар, и вы удивитесь, как много можно создать из этого элемента. При этом развивается мелкая моторика, тренируется умение концентрировать внимание. Работать лучше только пальцами, не раскатывая шарик ладонями. Блинчики можно формировать с помощью прямых ладоней, а фигурка из воска рождается благодаря вытягиванию деталей. Так проявляет себя принцип целостности. При этом мы способствуем развитию речи, а также речевого центра головного мозга.

Работая с воском, главное —

изобразить форму и наделять её содержанием!

Готовые изделия можно использовать снова и снова (опять подогреть воск). Если вы хотите сохранить свою фигурку, тогда просто больше не разогревайте её.

Лепка из натурального воска имеет большое значение для обучения и воспитания детей дошкольного возраста. Дети в своём творчестве выражают свой духовный мир и представления об окружающем мире. Воск позволяет продемонстрировать объёмность изображения, его трёхмерность, чего нельзя добиться при рисовании. Изделие можно рассмотреть с разных сторон, определить его свойства, найти детали. Наблюдение за детьми во время лепки даёт возможность увидеть рост ребёнка, сравнить, как и что он лепил во время первых попыток и что лепит, получив некоторый опыт.

Лепка из воска — это ещё и очень весёлое занятие, которое нравится детям и их родителям! Лепите, творите!

<https://vk.com/polza108>



Польза сушёных яблок

Сушёные яблоки содержат следующие микроэлементы:

- **железо.** Это крайне важный элемент для сердечно-сосудистой системы человека. Он принимает непосредственное участие в кроветворении и насыщает кровь кислородом;

- **калий.** Обычная кухонная соль способствует тому, что этот элемент не задерживается в организме. А его недостаток может привести к серьёзным последствиям — судорогам, головокружению и замедлению работы кишечника. Вот почему он так важен. Кроме того, он благоприятно влияет на нервную систему;

- **медь.** Она помогает организму и его системам правильно функционировать, а также участвует во многих процессах, таких как кроветворение, выработка ферментов и соединительных тканей;

- **марганец.** Этот микроэлемент относится к очень важным, потому что участвует практически во всех процессах работы органов и систем человека;

- **селен.** Влияние этого микроэлемента на организм было открыто относительно недавно. Стоит отметить, что сам по себе селен крайне ядовит, но в малых дозах он снижает вероятность появления онкологических заболеваний и входит в состав всех противораковых лекарств.

Сушёные яблоки включают широкий спектр витаминов группы В (В1, В2, В5, В6). Они нормализуют работу кишечника и оказывают благотворное влияние на работу сердечно-сосудистой системы, улучшают состояние кожи, повышают настроение и участвуют в росте клеток. К тому же они помогают справляться со стрессом и депрессией.

Витамин К оказывает решающую роль в свёртывании крови.

Витамин С (аскорбиновая кислота) — один из самых важных витаминов, недостаток которого может вызвать возникновение очень серьёзных проблем для организма человека.

Витамин Е, его ещё называют «витамином женщин», потому что он дарит красоту и здоровье, комплексно омолаживает организм и понижает сухость кожи.

Для женщин

Употребление яблок крайне полезно из-за содержания большого количества микроэлементов, клетчатки и витаминов. Но для женщин этот плод важен по-своему, так как он оказывает определённое положительное влияние именно на их организм.

- При регулярном употреблении сушёных яблок в пищу волосы становятся мягкими и блестящими, а кожа приобретает естественный и румяный цвет.

- Диеты, основанные на сушёных яблоках, помогают подкорректировать фигуру, так как фрукт сжигает лишние жиры.

- Яблоки в виде сухофруктов значительно замедляют старение кожи и разглаживают морщины благодаря наличию в их составе витамина Е.

- Сухофрукты укрепляют костную ткань и предотвращают развитие остеопороза.

- Кроме того, они снижают риск заболевания раком матки и молочной железы.

- Яблоки помогают женщинам легче переносить стрессовые ситуации благодаря наличию витамина В.

- Если женщина будет употреблять достаточное количество сушёных яблок, то её организм будет насыщен всеми необходимыми витаминами и минералами. Это поможет быть полностью здоровой и молодо выглядеть.

Для мужчин

Польза употребления сушёных яблок для мужчин неоспорима. Так, они повышают выносливость, что крайне важно для тех, у кого работа связана с физической нагрузкой или кто много времени проводит в тренажёрном зале. Также регулярное употребление снижает риск появления астмы и болезни Альцгеймера. А омолаживающая способность сушёных

плодов выражается в свежести и бодрости.

Не секрет, что организм мужчины более подвержен возникновению различных сердечно-сосудистых заболеваний, чем женский. Вот почему врачи настоятельно рекомендуют регулярно употреблять в пищу яблоки.

Сушёные яблоки, особенно в зимний сезон, помогают нормализовать выработку гормонов в мужском организме и восстановить их баланс. Также они улучшают потенцию.

Для детей

Сушёные яблоки — наиболее полезный продукт для детей. Стоит отметить, что к концу зимы в

яблоках не остаётся витаминов, в то время как в сухофруктах их количество будет практически таким же, как и в только что сорванном плоде.

Яблоко — отличный сорбент. Благодаря этому происходит выведение токсинов из организма, очищение крови и лимфы. Если малыш ещё не начал чистить зубы самостоятельно, на помощь придёт яблоко. Оно поможет почистить зубы и предотвратит развитие бактерий, вызывающих кариес.

Говоря о пользе, нельзя не сказать о том, что яблоки не вызывают аллергии, поэтому их можно вводить в питание ребёнка при первом прикорме. Полезные вещества и витамины, содержащиеся в сушёных яблоках, будут лучше усваиваться, если их сочетать с курагой, изюмом, бананами и йогуртом.

https://vk.com/travnica_spb



Три базовых рецепта согревающего чая

Ингредиенты на 0,5–1 л (по вкусу): *тёртый корень имбиря* — 2 ч. л., *лимон* — половина, *мёд* — 2 ст. л.

Имбирь натираем на тёрке и заливаем крутым кипятком. Даём настояться 15–20 минут. Добавляем сок половины лимона и мёд. Хорошо размешиваем. Готово.

Примерно на четыре чашки: *зелёный чай* — 1 ч. л., *имбирь* — 1,5 см корня или 1 ч. л. молотого, *гвоздика* — 2–3 шт., *корица* — 1/3 ч. л. молотой или палочка длиной 2–3 см, *кардамон* — 2 шт., *апельсин* — 2 шт.

Имбирный корень помыть, поскоблить, натереть на мелкой тёрке. Апельсины помыть, нарезать кружочками.

Заварочный чайник обдать кипятком, после этого всё положить внутрь, далее залить 1 л кипятка. Оставить завариваться 40 минут.

Настоявшийся чай можно подогреть (но не кипятить) до горячего состояния и пить, добавив при желании в чашечку ложку мёда.

И наконец... Сушёные или свежие *ягоды малины* — 1 ст. л., *сушёные листья малины* — 1 ст. л., *мёд* — по вкусу, *чистая вода* — 1 л.

Листья и ягоды малины кипятим на огне 5 минут. Немного охлаждаем и добавляем мёд.

Пьём отвар горячим, укурывшись тёплым одеялом.

В такие чаи можно добавлять по вкусу и желанию замороженные ягоды облепихи, смородины или вишни.

Антонина ЛАВРЕНТЬЕВА



Полезные свойства медовой воды

Медовая вода — это истинное потрясающее средство, которое доступно абсолютно каждому. Положительное влияние медовой воды на организм невозможно переоценить. Одну чайную ложку мёда развести в стакане сырой воды. Получаем 30% раствор мёда, который по составу идентичен плазме крови. Мёд в сырой воде формирует кластерные связи (структурирует её). Это повышает её целебные свойства. Медовая вода усваивается организмом быстро и полностью.

Эффект медовой воды:

- нормализуется пищеварение, улучшается работа всех звеньев ЖКТ,
- повышается иммунитет,
- проходят хронические насморки, бронхиты,
- разжижается и выходит слизь из лёгких (естественным путём — через кишечник).

- Медовая вода также обладает притивопаразитным действием.

- Перевариваются завалы в кишечнике, растворяются каловые

массы. Происходит санация кишечника. Место локализации каловых камней находится в области талии. Поэтому в первое время приёма медовой воды отмечаются случаи увеличения объёма талии. Но это не должно пугать. Объяснение простое: каловые камни набухли, стали мягкими и начинают выходить из организма.

- Происходит чистка всего организма на клеточном уровне.

- Повышается антибактериальный, противовирусный эффект.

- Нормализуется работа толстой кишки.

Медовую воду в лечебно-профилактических целях нужно пить утром натощак. стакан медовой воды нужно выпить залпом. Это очень важно. Сфинктер желудка сразу же откроется, и жидкость попадёт в кишечник, после чего впитывается в кровь.

- Медовой водой протирают лицо. Она питает кожу, делает её мягкой, бархатистой и нежной. Это натуральная косметика, самая древняя и самая современная одновременно.

https://vk.com/zdrava_predkov

Забота о ногах продлевает молодость

Ещё в древние времена люди обнаружили, что организм человека начинает стареть с ног, и дали по этому поводу рекомендации, способствующие укреплению конечностей.

- **Ходите босиком.**

Выполнять это можно и в квартире. Если холодный пол, всё равно снимите тапочки хотя бы на 10 минут. А если у вас хватит настойчивости делать это три раза в день, вас можно поздравить: вы сделали важный шаг к своему долголетию.

- **Ходите на носочках, на пятках, а также на внутренней и внешней сторонах стоп.** Это укрепит мышцы, кости ног, улучшит кровообращение. Вследствие этого улучшится работа внутренних органов.

- **Полезно бить свои стопы ног.**

Это надо делать легонько в области сразу за пальцами ног.

Для этого можно применять резиновый или деревянный молоточек, скалку, даже пустая бутылка подойдёт. Через некоторое время вы почувствуете, как по телу медленно разливаются приятное тепло, а главное — возникает чувство покоя. Это считается одним из лучших средств для улучшения кровообращения ног и всего организма. Делайте так каждый день.

- Если есть проблемы с глазами, необходимо более интенсивно **постукивать деревянной палочкой по основе второго и третьего пальцев** в течение 5 минут ежедневно. Там находятся рефлекторные точки, связанные с глазами.

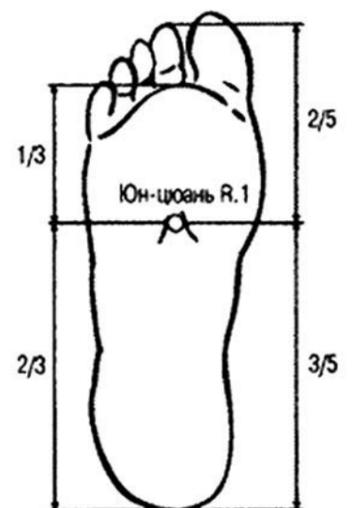
- **Полезно массировать особую точку на своде стопы — юн-циань.** Это будет поддерживать хорошее кровообращение, расслаблять мышцы ног. Находится эта точка сразу за пальцами в середине свода стопы.

Просто нажимать на неё 30 раз без перерыва (сначала на одной ноге, потом на второй) без особых усилий. Выполнять такой массаж желательно утром и вечером.

- **И, конечно, надо двигаться, больше ходить,** ножки свои любить и им не давать лениться. Движение — это жизнь! Именно эта заповедь передаётся из поколения в поколение ещё с древнейших времён.

- **Полезны нашим ногам и контрастные обливания:** то горячей, то холодной водой. Это и тонус повышает, и кровообращение улучшает, и старость отодвигает.

https://vk.com/zdrava_predkov





Сокоотерапия

Осень — это не только время простуд, но и время, когда можно улучшить своё здоровье с помощью овощных соков. Кстати, известно об этом было ещё в античной древности. Но о сокоотерапии заговорили совсем недавно. В 1951 году немецкий врач Ойген Хойн разработал систему лечения при помощи смесей соков фруктов, трав, овощей и ягод, взятых в определённых пропорциях.



Чем хорош сок

Все химические примеси, которые попали в овощи или фрукты из земли и воздуха, хранятся в клетчатке. А сам сок идеально чист. Усваивается он на все 100% и, заметим, всего за 10–15 минут. С соком вы получаете так необходимые организму минералы, витамины, микроэлементы и такие малоизвестные, но очень важные биофлавоноиды. Помимо этого сок вымывает токсины, активизирует ферменты. Так что достаточно быстро вы почувствуете эффект. Во время сокоотерапии организм хорошо очищается.

Каждый сок имеет свои особые свойства, по-разному воздействуя на организм. Следует помнить, что специфические смеси соков полезны лишь тогда, когда применяются только по назначению. Однако общий эффект сокоотерапии очевиден: только что приготовленные овощные и фруктовые соки имеют исключительный восстановительный и омолаживающий эффект.

Тысячи людей во всём мире начинают день со стаканчика морковного или апельсинового сока, чтобы чувствовать себя энергично, противостоять болезням, укрепить иммунитет или просто для того, чтобы заполнить свой рацион количеством продуктов, необходимых для той или иной рекомендованной врачом диеты.

Однако перед тем, как решительно подвергнуть свой организм экспериментам с сокоотерапией, следует всё же посоветоваться с врачом. Прежде всего это касается людей, имеющих проблемы со здоровьем в целом и желудочно-кишечным трак-

том в частности. Те же, кто имеют проблемы с повышенным сахаром в крови, тоже должны относиться к сокоотерапии довольно осторожно. Всё дело в том, что свежие соки требуют минимального переваривания, поэтому естественный сахар фруктов и овощей почти сразу же поступает в кровь, стремительно повышая при этом общий уровень глюкозы в крови. Несмотря на то, что естественный сахар в основном содержится во фруктах, некоторые из овощей, такие как морковь и свёкла, тоже могут способствовать резкому повышению уровня сахара в крови.

Известно, что в только что приготовленных соках содержится слишком малое число калорий и протейна. Чтобы потерять лишний вес и при этом хорошо себя чувствовать, следует сконцентрировать свой рацион на пище, которая обеспечит организм нужным количеством калорий и питательных веществ.

Зачем, спросите вы, возиться и делать соки, тем более овощные, когда их можно просто купить или съесть морковку или капустку «живьём»? И как добыть сок, например, из петрушки?

Во-первых, консервированные соки не так активны, как свежие. Во-вторых, овощи и соки из них — не одно и то же. В-третьих, для здоровья достаточно всего нескольких граммов «живой», точнее, физиологической воды, которой особенно богаты именно овощные соки (это самая ценная и естественная составная часть всех растительных продуктов, в некоторых соках её содержание достигает 90% и более). Растительные соки быстро включаются в обмен веществ и почти не требуют от организма

энергетических затрат на усвоение. Немногие знают, что витаминов, минеральных солей и полезных микроэлементов в овощных соках намного больше, чем во фруктовых и ягодных соках.

Много пользы

Большинство овощных соков можно употреблять в том количестве, в каком хочется, но на некоторые существуют ограничения.

Сок из моркови — настоящий король овощных соков. Он насыщен витаминами С, В, Д, Е, калием, кальцием, магнием, кремнием, йодом, а главное — богат каротином, который в сочетании с жирами превращается в витамин А. Неудивительно, что морковный сок — отличный помощник в лечении и профилактике многих заболеваний: улучшает зрение, расширяет сосуды, успокаивает нервы. Он помогает при анемии, сердечно-сосудистых проблемах, мочекаменной болезни, полиартрите, авитаминозах, повышает иммунитет, улучшает пищеварение и нормализует обмен веществ. В нём много йода и магния. Чтобы сок лучше усваивался, капните в стакан каплю растительного масла или немножко сливок или закусите его чайной ложкой сметаны.

Картофельным соком лечат заболевания желудочно-кишечного тракта: язвенную болезнь желудка и 12-перстной кишки, гастриты с пониженной и нормальной кислотностью, изжогу, склонность к запорам. Сок картофеля богат калием, кальцием, магнием, фосфором и аскорбиновой кислотой. Давно доказано: картофельный сок препятствует выделению кислоты. Однако его

не рекомендуют людям, страдающим тяжёлой формой сахарного диабета, а также при пониженной кислотности желудочного сока. Высокое содержание в картофельных клубнях солей калия делает его незаменимым для людей, страдающих заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Пьют его только свежим, по 1/2 стакана утром и вечером перед едой.

Сок из свежей капусты употребляют при хронических гастритах, особенно с пониженной кислотностью, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, заболеваниях печени и селезёнки, ожирении. Принимают по 1–2 стакана 2–3 раза в день за час до еды в тёплом виде.

Самым ценным свойством капусты является содержание в ней серы и хлора, а также сравнительно высокого процента йода. Их соединение способствует очищению слизистой оболочки желудка и кишечника, правда, для этого капустный сок должен быть исключительно сырым и без добавления соли.

Великолепным источником витамина С является смесь соков моркови и капусты. Эта смесь хорошо очищает организм. Кроме того, капустный сок насыщен витаминами Д, К, РР, Е, Р. Особенно ценна фолиевая кислота, которая содержится только в свежей капусте. А аскорбиновой кислоты в ней столько же, сколько в лимоне.

Капустный сок нормализует обмен веществ, тормозит превращение углеводов в жиры и очищает организм от шлаков (а значит, помогает тем, кто страдает избыточной массой тела), а в сочетании с морковным соком укрепляет иммунитет. Однако при острых воспалительных заболеваниях кишечника или почек капустный сок противопоказан.

Сок из огурца богат минеральными солями, содержит калий, кальций, натрий и фосфор. Это отличное мочегонное средство. В сутки можно употреблять до 100 мл чистого огуречного сока. Его действие усиливается в сочетании с другими соками: томатным и чесночным (в пропорциях 20:20:1), черносмородиновым, яблочным и грейпфрутовым (2:2:1:1), а в комбинации с морковным и свекольным он помогает при лечении кожных заболеваний.

Томатный сок — укрепляющий и освежающий напиток. Содержащиеся в нём фитонциды подавляют процессы брожения в кишечнике, калий улучшает работу сердца, а органические кислоты регулируют обмен веществ. Помимо этого есть данные, что ликопин, содержащийся в них, снижает уровень «плохого» холестерина крови.

Свекольный сок очень полезен. Содержащиеся в нём железо и фолиевая кислота стимулируют образование эритроцитов и улучшают поступление к мышцам кислорода. Сок свёклы богат йодом. Большое количество магния препятствует образованию тромбов. Это одно из лучших природных средств при гипертонии. Кроме того, сок свёклы очищает сосуды, снижает уровень холестерина в крови, улучшает жировой обмен и нормализует пищеварение. Он полезен при заболеваниях печени и желчевыводящих путей, анемии, ожирении, стрессе и бессоннице. Пить сначала по 1 чайной ложке, потом не более 1/3 стакана 2–3 раза в день.

Правила сокоотерапии

1. Хорошо вымойте овощи с помощью специальной щётки.

2. Удалите все зёрна и перемычки.

3. Старайтесь не использовать импортные овощи, ведь вы не знаете наверняка, какой уровень пестицидов они содержат.

4. Не добавляйте к соку ни соли, ни сахара. Лучше дополнить вкус натуральными заменителями: вместо сахара — мёд, вместо соли — петрушка, сельдерей. В сладкие соки добавляйте корицу. Она помогает снизить уровень сахара в крови.

5. Сок, который хранится в холодильнике в течение трёх часов, почти полностью теряет свои целебные свойства.

6. Пейте сок медленно, маленькими глотками, лучше пить через соломку.

7. Врачи рекомендуют пить соки за 20–30 минут до еды или через час после. И уж никак вместо еды или запивая соком только что съеденный обед.

Чтобы наполнить свой организм витаминами и целительной энергией солнца, готовьте и выжимайте сок только в хорошем настроении.

Правда о «натуральном» соке

Большинство пакетированных напитков, несмотря на своё название и красочную упаковку, имеют столь же много общего с натуральным свежевыжатым соком, как карандаш с луноходом. Увы, сегодня овощные и фруктовые соки производятся на 99% из химии. Приведу упрощённую формулу почти любого современного сока: лимонная кислота + вода + ароматизатор. Как вы правильно понимаете, на упаковке можно написать что угодно. Точнее, можно написать одно, а трактовать это совершенно по-другому. Например, концентрированный сок на самом деле окажется порошком-концентратом, из которого его разведут на заводе водой из-под крана.

А вообще из чего же сегодня делают соки? Подавляющее большинство пакетированных соков производится из яблок. В яблочный сок, кстати, самый дешёвый, добавляют опять-таки воду, сахар и ароматизаторы. К слову, содержание даже яблочного сока в большинстве пакетов не превышает 10%. Получившиеся жидкости называют яблочно-вишнёвым или яблочно-виноградным соком. Ну а самые таинственные соки скрываются за названием мультифруктовые. Поверьте, лучше не знать их состава!

Производители соков собственную произведённую продукцию категорически не употребляют.

Заготовка соков на зиму из дачных фруктов — дело абсолютно бесполезное, ведь кипячение любой самый-самый натуральный сок превратит просто в бесполезную цветную водичку.

Доставайте из шкафа соковыжималку или действуйте старым дедовским способом: натрите овощи на мелкой тёрке, а потом отжимайте сок из полученной кашицы через 3–4 слоя марли. И будьте здоровы!

12 золотых правил Трансерфинга реальности

Одним из величайших бестселлеров современной эзотерической мысли стало произведение Вадима Зеланда «Трансерфинг реальности». По словам автора, эта информация поступила к нему методом ченнелинга. Многие идеи Трансерфинга уже были известны до его написания, и тем не менее эта книга потрясает, заставляет задуматься и взглянуть на наш мир под совершенно иным углом зрения.

Кратко обобщим идеи, изложенные в «Трансерфинге реальности», и выделим 12 золотых правил Трансерфинга.

1. Пространство вариантов

Согласно концепции мира, изложенной в Трансерфинге, потенциально реальность имеет бесконечное многообразие форм проявления. Это означает, что существует информационная структура, содержащая бесконечное множество потенциальных возможностей — вариантов реализации материального мира и его устройства, со своими сценариями и декорациями. Пространство вариантов можно представить в виде дерева с бесчисленным множеством ветвей и их переплетений, где каждая ветвь (сектор) означает определённый возможный вариант.

Зеланд предлагает идею о том, что не время, а наше сознание движется и скользит по линиям в Пространстве вариантов как энергетический потенциал, реализуя в материальном мире тот вариант, на который оно «настроено».

Отсюда появляется **первое золотое правило** Трансерфинга реальности: **«Излучение мысленной энергии индуцирует материальную реализацию варианта».**

Это означает, что транслируемые нами мысли незаметным для нас образом переносят нас (нашу материальную действительность, нашу судьбу) на те линии и сектора Пространства вариантов, которые в буквальном смысле соответствуют нашим мыслям. Согласно Трансерфингу, мы не можем изменить сценарий (т.е. переделать по своему желанию сектор Пространства вариантов, по которому мы движемся), но мы способны выбрать другой сценарий и перейти на другие линии вариантов, просто изменив параметры своего излучения (изменив свои мысли).

Не надо бороться за счастливую судьбу, её надо просто спокойно выбирать себе по душе.

2. Маятники

Согласно Трансерфингу, в невидимой нам части нашего мира существуют энергоинформационные структуры, создающие

ся энергией людей, мыслящих в одном направлении. Они называются «маятники» или «эгрегоры». Маятники представляют собой «мысленный конденсат» или, по-другому, душу определённой вещи, идеи, организации, учения или чего угодно, где есть почитатели, последователи, ярые сторонники, приверженцы.

Существует огромное множество маятников. Маятники могут быть религиозные, политические, семейные, национальные, корпоративные. Маятник может появляться при проведении какого-либо события, например, футбольного матча. Маятники есть у многих значимых материальных вещей, таких, например, как айфон или деньги.

Появившись, маятники живут своей жизнью и подчиняют людей, задействованных в их создании, своим законам. Они не обладают разумом. Их цель — получение энергии приверженцев.

Чем больше приверженцев маятника, питающих его своей мысленной энергией, тем сильнее и могущественнее маятник. Если количество приверженцев маятника уменьшается, его колебания угасают, и он исчезает.

Большинство маятников по своей природе являются деструктивными, поскольку отнимают энергию у своих приверженцев и устанавливают над ними свою власть. Яркие выраженными деструктивными маятниками являются маятники войны, экономического кризиса, бандитской группировки.

Маятник противопоставляет группу своих приверженцев всем остальным группам. (Мы вот какие, а они другие, плохие). Маятник агрессивно обвиняет всякого, кто не захотел стать приверженцем, и пытается привлечь человека на свою сторону или нейтрализовать, устранить его.

Не имеет значения, любите ли вы что-то или ненавидите, боритесь ли вы «за» или «против» этого. И в том, и в другом случае вы раскачиваете маятник, и он усиливается, питаясь энергией ваших мыслей и устремлений, ведь для него подходит как положительная, так и отрицательная энергия.

Поэтому главная задача маятника — зацепить, задеть человека за живое, не важно, каким образом, лишь бы мысли человека были заняты маятником. Одним из самых любимых способов маятника получить доступ к вашей энергии является вывод вас из равновесия. Отклонившись от равновесия, вы начинаете «раскачиваться» на частоте маятника и тем самым раскачиваете его. Самые крепкие нитки, за которые может вас дергать маятник, — это страх, комплексы, чувство вины, важность.

Маятник захватывает мысленную энергию (внимание) в свою петлю, и человек настраивается на резонансную частоту — злится, раздражается, негодует. Тем самым человек отдаёт свою энергию маятнику, а сам переносится на те линии жизни, где то, чего он хочет избежать, находится в избытке. Человека начинает повсюду преследовать то, чего он активно не хочет, то есть боится, ненавидит, презирает.

Выйти из-под влияния деструктивного маятника можно двумя способами: провалить его или погасить. Бороться с ним бесполезно.

Поэтому **второе золотое правило** Трансерфинга звучит так: **«Чтобы избавиться от маятника, необходимо признать право на его существование, успокоиться и стать к нему безразличным, т.е. просто игнорировать его».**

Успокоившись по отношению к маятнику и став к нему безразличным, вы сохраните свою энергию и сможете перейти на благоприятные линии жизни. Если вас что-то раздражает, просто «сдайте себя в аренду», будьте сторонним наблюдателем, а не активным участником.

Ещё одним способом ухода от маятника является его гашение, т.е. неординарные действия, срывающие сценарий маятника и вступающие с ним в диссонанс.

Помимо деструктивных маятников, существуют и вполне безобидные, например, такие, как маятник спорта или здорового образа жизни.

3. Волна удачи

Трансерфинг описывает волну удачи как скопление благоприятных линий в пространстве вариантов. Каскад удач следует только в случае, если вы прониклись первым успехом.

Деструктивные маятники пытаются вас увести в сторону от волны удачи. Но, сбросив зависимость от маятников, вы получаете свободу выбора.

Третье золотое правило Трансерфинга: **«Принимая и транслируя негативную энергию, вы создаёте свой ад. Принимая и транслируя позитивную энергию, вы создаёте свой рай».**

Недостаточно не впускать в себя негативную энергию. Нужно ещё самим не излучать таковую. Закрывайтесь для плохих и открывайтесь для хороших новостей. Малейшие позитивные изменения, малейший успех необходимо замечать и бережно лелеять. Это предвестники волны удачи.

4. Избыточные потенциалы

Согласно Трансерфингу, избыточный потенциал создаётся мысленной энергией тогда, когда какому-нибудь объекту придаются слишком большое значение и чрезмерная важность. Появляется оценка, искажающая действительность и наделяющая объект излишне отрицательными или излишне положительными качествами.

Избыточные потенциалы, будучи невидимыми и неосязаемыми, тем не менее играют значительную и притом коварную роль в жизни людей. В действие вступают равновесные силы по устранению этих потенциалов, которые порождают массу проблем, поскольку их действие часто противоположно намерению, создавшему потенциал.

Обобщить все типы избыточных потенциалов можно одним словом — важность. Важность представляет собой избыточный потенциал в чистом виде, при устранении которого равновесные силы формируют проблемы для того, кто этот потенциал создаёт.

Отсюда получаем **четвёртое золотое правило** Трансерфинга: **«Чтобы войти в равновесие с окружающим миром, получить свободу от маятников и свободно выполнять свои желания, необходимо снизить важность».**

Снизив важность, вы сразу войдёте в равновесное состояние, а маятники не смогут установить над вами контроль, потому что пустоту не за что зацепить. Не следует превращаться в безчувственного истукана, нужно просто изменить своё отношение и перестать бороться с чем-либо, помня о том, что вы имеете право просто выбирать.

5. Индуцированный переход

Концепция Трансерфинга подразумевает, что каждый человек своими мыслями создаёт отдельный слой мира, в котором и живёт. Эмоциональный отклик на негативное событие индуцирует переход на негативные линии жизни (затягивание в воронку маятника). Активно интересуясь какой-либо негативной информацией, эмоционально откликаясь на негативные новости, человек подсознательно притягивает этот негатив в свою жизнь и в какой-то момент из стороннего наблюдателя превращается в участника «кошмара». Наиболее распространённые воронки деструктивных маятников — это война, кризис, безработица, эпидемия, паника, катастрофа и другие.

Предотвратить затягивание в воронку маятника поможет **пятое золотое правило** Трансерфинга: **«Не впускать в свой мир любую негативную информацию, намеренно игнорировать её, не интересоваться».**

Не нужно бояться или всеми силами стараться избегать негатива, и уж тем более не следует бороться с ним, нужно просто быть к нему безразличным, «пустым».

6. Шелест утренних звёзд

Согласно теории Трансерфинга, материальная реализация перемещается в пространстве вариантов, в результате чего получается то, что мы называем нашей жизнью. В зависимости от наших мыслей и действий реализуются те или иные секторы. Душа имеет доступ к полю информации и видит то, что лежит впереди, в ещё не реализованных, но надвигающихся секторах. Душа знает, что её ждёт впереди — хорошее или плохое, и её чувства сразу воспринимают как смутные ощущения душевного комфорта или дискомфорта («шелест утренних звёзд»). Эти знания мы называем интуитивными, и они очень сильно могут помочь нам в жизни. Отсюда получаем **шестое золотое правило** Трансерфинга: **«Необходимо прислушиваться к состоянию душевного дискомфорта. Если приходится себя уговаривать, значит, Душа говорит «нет»».**

Делая выбор или принимая какое-либо решение, прислушайтесь к тихому внутреннему голосу своей Души. Она поможет вам избежать попадания на негативные линии Пространства вариантов и подскажет правильный выбор.

7. Течение вариантов

Зеланд в своей книге выделяет две крайности поведения в жизненных ситуациях: плыть как безвольный бумажный кораблик или грести против течения, упрямо настаивая на своём.

Двигаясь по первому пути, человек просит подаяние для своей судьбы, обращаясь со своими просьбами либо к маятникам, либо к неким Высшим силам. В данном случае человек снимает с себя ответственность и безцельно барахтается во внутренней важности. Если человека не устраивает роль Просителя, он может выбрать второй путь: принять роль Обиженного, то есть выражать недовольство и требовать то, что ему якобы причитается. Либо же принять роль Воителя и прев-



ратить свою жизнь в сплошную борьбу с маятниками и равновесными силами, пытаться изменить весь мир.

С точки зрения Трансерфинга, тот и другой путь выглядят совершенно нелепо. Трансерфинг предлагает совершенно новый путь: не просить, не требовать и не бороться, а просто пойти и взять. То есть выразить своё чистое намерение, обозначить цель и начать переставлять ноги на пути к цели (действовать).

Течение вариантов обычно происходит по пути наименьшего сопротивления. В пространстве вариантов есть всё, но с большей вероятностью реализуются именно оптимальные и наименее энергоёмкие варианты.

Поэтому **седьмое золотое правило** Трансерфинга формулируется так: **«В соответствии с принципом движения по течению всё нужно стараться делать так, как оно делается наиболее лёгким и простым образом».**

Когда вы принимаете решение, разум делает выбор, исходя из логических умозаключений. Однако разум, будучи под давлением стресса, забот, депрессии или повышенной важности и активности, не всегда выбирает оптимальный вариант действий. Зачастую он склонен к усложнению решения задачи. Но правильное решение всегда лежит на поверхности, как правило, это самое простое решение. В запутанных и неопределённых ситуациях лучшее, что можно сделать, — прийти в гармонию с окружающим миром и поддаться течению вариантов. Речь идёт не о том, чтобы превратиться в безвольный бумажный корабль на волнах, а о том, чтобы не лупить руками по воде в то время, как достаточно делать плавные, лёгкие и простые движения.

Скользя по течению вариантов, нужно спокойно принимать возможные отклонения от «сценария», но следует обращать внимание на «знаки». Линии жизни качественно отличаются друг от друга. И знаки нас предупреждают, потому что появляются при переходе на другую линию. Знаки отличаются тем, что создают ощущение, как будто что-то не так. Состояние душевного дискомфорта является ясным знаком.

8. Намерение

Трансерфинг, то есть переход на желательный сектор Пространства вариантов, осуществляет не само желание и не мысли о желаемом, а твёрдая установка на желаемое — наше намерение. Намерение — это решимость иметь и действовать. Намерение не рассуждает, достижима цель или нет. Намерение подразумевает, что цель определена, решение её осуществить уже принято, поэтому остаётся только действовать.

Зеланд разделяет понятие намерения на два типа:

- внутреннее намерение — это намерение что-либо сделать своими силами, воздействовать на окружающий мир, т.е. концентрация внимания на процессе своего движения к цели («я настаиваю на том, чтобы...»);

- внешнее намерение — это выбор линии жизни в Пространстве вариантов, это зелёный свет самостоятельной реализации варианта, т.е. концентрация внимания на том, как цель реализуется сама («обстоятельства сами складываются так, что...»).

Если внутреннее намерение

— это решимость действовать, то внешнее — это скорей решимость иметь.

Внешнее намерение возникает не в результате волевого усилия, а как следствие единства души и разума, поэтому его ещё называют Чистым намерением. Чтобы внешнее намерение реализовалось, необходимо очистить его от избыточных потенциалов и вести осознанное наблюдение за своей жизнью, не давая возможности маятникам зацепить вас.

Восьмое золотое правило Трансерфинга: **«Внутреннее намерение (наше усилие) должно быть направлено на достижение единства Души и разума в желании. Реализуется желание Внешним намерением, т.е. намерением иметь, нашей убеждённости и концентрацией внимания на том, как цель реализуется сама».**

Остаётся только добавить, что состояние единства Души и разума относительно цели (желания) — это ощущение ясности без слов, знания без веры, уверенности без колебаний.

9. Слайды

Одним из ключевых понятий в Трансерфинге является слайд. Слайд — это порождение воображения, искажённая картина действительности. Наше представление о себе и окружающем мире зачастую формируется через слайды, находящиеся в нашей голове, но отсутствующие у других. Слайды возникают тогда, когда вы придаёте избыточное значение тому, что о вас думают другие. Они проявляются как увеличительное стекло наших недостатков. Если слайд негативен и наполнен важностью, он переносит человека в сектор Пространства вариантов, где негатив проявляется в полную силу и превращает жизнь человека в ад. Чтобы избавиться от негативного слайда, необходимо снизить важность и избавиться от комплексов.

Девятое золотое правило Трансерфинга гласит: **«Создайте себе позитивный слайд, приятный душе и разуму. Не смотрите на слайд как на картину, а живите в нём хотя бы виртуально. Почаще просматривайте свой слайд и добавляйте туда новые детали».**

Ваш слайд должен быть имен-

но вашим, а не чужой копией. Поместите в позитивный слайд всё то, что принесёт вам счастье — любовь, прекрасную внешность, успешную карьеру, здоровье, изобилие, отличные отношения с окружающими. Позитивные слайды помогают включить невероятное в зону вашего комфорта. Позвольте себе роскошь быть достойным всего самого лучшего. Впускайте в себя любую информацию из мира вашей мечты.

Разновидностью слайдов являются звуковые слайды или аффирмации, когда человек в мыслях и вслух делает многократные повторения установки на определённую цель.

Произнося аффирмации, эффективней всего чувствовать и стремиться одновременно переживать то, что вы повторяете. Отдельная аффирмация должна быть узконаправленной и положительной. Вам необходимо настроить параметры своего излучения так, как будто вы уже имеете то, что заказываете.

10. Визуализация

Согласно Трансерфингу, концентрация внимания на цели, на конечном результате расширяет зону нашего комфорта (зону того, что мы можем себе хотя бы мысленно позволить). Концентрация внимания на движении к цели есть намерение. К цели вас двигает не созерцание самой цели, а именно визуализация процесса движения к цели.

Если путь к цели известен, его можно условно разбить на отдельные этапы и концентрировать своё внимание на текущем этапе.

Десятое золотое правило можно сформулировать так: **«Визуализация в Трансерфинге — это мысленное представление процесса реализации текущего этапа на пути к цели».**

То есть необходимо направлять мысли определённым образом: обдумывать текущий этап, представлять, как он уже происходит, радоваться ему, интересоваться всем, что с ним связано.

Если вы пока не знаете, каким образом ваша цель может быть реализована, не волнуйтесь и продолжайте спокойно и систематически выполнять визуализацию слайда. Когда цель полностью войдёт в зону вашего комфорта

(перестанет казаться недоступной), внешнее намерение подберёт вам подходящий вариант.

11. Фрейле души

У каждой души есть свои индивидуальные «звёздные» секторы (её стезя, возможность для полной самореализации). Чтобы попасть на них, необходимо прекратить бесполезные попытки быть на кого-то похожим или повторить чужой сценарий и признать великолепие своей индивидуальности. Имейте дерзость обратить разум к своей уникальной и неповторимой душе. Не бойтесь нарушить стереотипы маятников, кричащих: «делай, как я» и «будь как все».

Душа каждого человека обладает неповторимым индивидуальным набором параметров, характеризующих её, — это фрейле души. Фрейле проявляется неявно, оно скрыто под масками разума. Когда разум настроился на фрейле души, человек доволен собой, любит себя, живёт с удовольствием, занимается любимым делом, удовлетворён собой, тогда из него как бы исходит внутренний свет.

В этом заключается секрет обаятельной красоты, харизмы и привлекательности человека — в гармонии отношений души и разума.

Маятники пытаются нас увести от этой гармонии, устанавливая свои стандарты престижности и успешности, поскольку их любимые блюда — это энергия недовольства, зависти, страха, обиды.

Поэтому **одиннадцатое золотое правило** Трансерфинга звучит так: **«Фрейле вашей души — это Священный Грааль, который находится внутри вас. Чтобы настроить разум на фрейле души, необходимо убедить его в том, что душа достойна любви в самую первую очередь».**

Заботливо ухаживайте за собой, относитесь к себе с участием и вниманием. Позвольте себе дерзость наплевать на стереотипы маятников и иметь право на свою великолепную индивидуальность.

12. Цели и двери

Одно из самых больших заблуждений, навязанных маятниками, состоит в том, что за счастье надо бороться, проявить настойчивость, упорство, преодолеть множество препятствий — в общем,

завоевать своё место под солнцем.

Согласно Трансерфингу, счастье либо есть здесь и сейчас, на текущей линии жизни, либо его нет вообще. Отсюда вытекает **двенадцатое золотое правило** Трансерфинга: **«Счастье приходит во время движения к своей цели через свою дверь».**

Ваша цель — это то, что доставляет вам истинное удовольствие, что даёт ощущение радости, праздника жизни. Ваша дверь — это путь движения к вашей цели, на котором вы испытываете увлечение и вдохновение.

Существует только один способ найти свою цель — сбросить важность, отвернуться от маятников и обратиться к своей душе. Размышляя о цели, не следует думать о её престижности, недоступности и средствах её достижения, обращайтесь внимание только на состояние душевного комфорта.

Достижение одной главной цели потянет за собой исполнение всех остальных желаний, причём результаты превзойдут все ожидания.

Душевный дискомфорт — это тягостное ощущение угнетённости или бремени, которое проявляется слабо на фоне оптимистичных рассуждений разума.

Итак, основные принципы, которыми предлагает руководствоваться Трансерфинг: живи по велениям своей души, приведи в согласие душу и разум; не поддавайся посторонним влияниям, навязывающим чужие цели; не борись ни с кем и ни с чем (в том числе с собой), а используй то, что предлагает жизнь; ничего не бойся, выбери свой путь и последовательно действуй — и всё получится.

Безусловно, Трансерфинг не претендует на полную картину мира. Например, в нём не раскрывается природа нашей Души, замесел её прихода на землю, дальнейшего существования после жизни.

Многие понятия в Трансерфинге уже известны нам под другими именами. Например, избыточные потенциалы и равновесные силы заставляют нас вспомнить о кармических законах. А слайды и намерение напоминают нам о законе притяжения или Сотворении. Впрочем, это лишь ещё раз подтверждает существующие универсальные истины и законы, по которым действует наш мир.

<https://aleks1966.livejournal.com/2869144.html>



Чтобы защитить детей, мы должны позволить им играть в то, что считается «опасным».

Многие думают, что страх — это негативное переживание, которого нужно по возможности избегать. Однако те, у кого есть дети или кто сам был ребёнком, знают, что дети любят играть в рискованные игры — игры, сочетающие в себе радость свободы и некоторую долю страха, производящие будоражащее чувство.

Шесть категорий рискованной игры

Эллен Сэндсетер, преподаватель норвежского Университета королевы Мод в городе Тронхейм, выделила шесть категорий рискованной игры, которая привлекает детей по всему свету.

• **Большая высота.** Дети лазают по деревьям и разным конструкциям на пугающем расстоянии от земли, где они могут получить обзор мира с высоты птичьего полёта и захватывающее чувство покорения вершины.

• **Большие скорости.** Дети качаются на канатах, верёвках или на качелях на детской площадке; катаются на санках, лыжах, коньках или с горок во дворе; спускаются по быстрым рекам на брёвках и лодках; а также катаются на велосипедах, скейтбордах и других приспособлениях, достаточно быстрых, чтобы вызвать захватывающее чувство, когда практически, но не полностью, теряешь контроль.

• **Опасные инструменты.** В зависимости от культуры дети играют с ножами, луками и стрелами, сельскохозяйственными аппаратами (тут сочетается работа и игра) или другими инструментами, которые могут быть потенциально опасными. Конечно, дети чувствуют большое удовлетворение оттого, что им доверили такие инструменты, но также и захватывающее чувство контроля над ними, зная, что ошибка может привести к травме.

• **Опасная среда.** Дети любят играть с огнём и в глубоких водоёмах или рядом с ними, что представляет некоторую степень угрозы.

• **Куча-мала.** Дети по всему миру гоняются друг за другом и устраивают игровые драки, и обычно они предпочитают быть в самой уязвимой позиции — того, кого догоняют, или того, на кого нападают в драке, — положение, влекущее наибольшую степень риска и требующее больше всего навыков, чтобы его преодолеть.

• **Исчезнуть/потеряться.** Дети помладше играют в прятки и испытывают захватывающее чувство временного, пугающего разделения с товарищами по игре. Дети постарше отправляются куда-то подальше от взрослых, в места для себя новые и наполненные воображаемыми опасностями, включая опасность потеряться.

Эволюционная ценность рискованной игры

Детёныши других млекопитающих также получают удовольствие от рискованной игры. Козлята бегают вдоль крутых обрывов и неловко подпрыгивают в воздух, делая приземление затруднительным. Детёныши обезьян играючи качаются с ветки на ветку достаточно далеко, чтобы проверить свои способности, и достаточно высоко, делая возможное падение болезненным. Молодые шимпанзе любят бросаться с высоких

ветвей на более низкие, едва не падая на землю. Молодняк большинства видов млекопитающих, не только нашего, проводит много времени, гоняясь друг за другом и устраивая игровые драки, и они тоже предпочитают быть в уязвимой позиции.

С точки зрения эволюции вопрос о рискованной игре очевиден: зачем она нужна? Она может стать причиной травмы (хотя серьёзные травмы редки) и иногда (очень редко) смерти. Почему тогда она уцелела в результате естественного отбора? Тот факт, что она уцелела, служит доказательством того, что её преимущества перевешивают риск. Каковы эти преимущества? Наблюдения за лабораторными животными дают нам некоторые подсказки.

Учёные нашли способ лишить крысят игры в течение критической фазы их развития, не избавляя их общества соплеменников. Крысята, выращенные таким образом, вырастают эмоциональными инвалидами. Когда их помещают в новую среду, они чрезмерно пугаются и не могут адаптироваться и изучить обстановку, как сделала бы обычная крыса. Когда их помещают с незнакомым сверстником, они оказываются парализованы страхом либо срываются в неуместную, неэффективную агрессию. Подобные открытия были сделаны и в более ранних экспериментах по лишению игры с детёнышами обезьян (хотя показатели в этих экспериментах были не такими явными, как в последующих экспериментах с крысами).

Эти открытия дополнили теорию регуляции эмоций в игре: теория заключается в том, что главная задача игры — научить молодняк млекопитающих регулировать страх и гнев.

В рискованной игре молодёжь дозированно получает то количество страха, с которым может справиться, и тренируется сохранять присутствие ума и адаптироваться к этому страху. Они узнают, что они могут справиться с этим страхом, преодолеть и пережить его. В играх типа «куча-мала» они могут испытывать гнев, потому что

один игрок случайно может причинить другому боль. Но чтобы продолжить играть, развлекаться, они должны преодолеть этот гнев. Если они сорвутся, игра окончена. Поэтому, согласно теории регуляции эмоций, игра среди всего прочего — это способ для молодняк млекопитающих научиться контролировать страх и гнев таким образом, чтобы они могли справиться с реальной опасностью и тесно взаимодействовать друг с другом, не подвергаясь отрицательным эмоциям.

Вредоносные последствия лишения игры в современной культуре

На основе этого исследования Сэндсетер в 2011 году написала в своей статье в журнале «Эволюционная психология»: «Мы можем наблюдать увеличение уровня неврозов и психопатологии в обществе, если детям не дают участвовать в соответствующей их возрасту рискованной игре». Она написала это в качестве предсказания на будущее, но я проанализировала данные — в своей книге «Свобода обучения» и других работах, которые показывают, что будущее уже давно наступило.

Если вкратце, доказательство состоит в следующем. За последние 60 лет мы были свидетелями того, как в нашей культуре неуклонно, постепенно, но довольно значительно у детей сократилось количество возможностей свободно играть, без контроля взрослых, а особенно возможностей играть в рискованные игры. За те же 60 лет мы также наблюдали неуклонный, постепенный, но довольно значительный рост всевозможных умственных, а особенно эмоциональных отклонений у детей.

Вернитесь к списку из шести категорий рискованной игры. В 1950-е годы даже маленькие дети регулярно играли всеми перечисленными способами, и взрослые ожидали и разрешали подобную игру (хотя им и не всегда это нравилось). Сегодня таких родителей, которые разрешают подобные иг-

ры, соседи, а то и государственные органы, обвинят в пренебрежении.

Вот, признаюсь, ностальгическое отступление — лишь несколько примеров моих собственных игр в 1950-е:

• В возрасте 5 лет я ездил на велосипеде со своим 6-летним другом через весь посёлок, в котором мы жили, и по его окрестностям. Наши родители устанавливали границы, к какому времени мы должны вернуться, но не ограничивали наши передвижения. (Естественно, тогда у нас не было сотовых телефонов, никаких средств связи на случай, если мы потеряемся или получим травму.)

• С 6 лет я и все мальчишки, которых я знал, носили с собой перочинный нож. Мы использовали их не только для вырезания, но и для различных игр, где мы бросали нож в цель (но никогда — друг в друга).

• Помню, в возрасте 8 лет я и мои друзья проводили перемены и перерыв на обед в школе, устраивая борьбу в снегу или на траве, на берегу реки возле школы. Мы организовывали поединки. Никто из учителей или других взрослых не обращал внимания на нашу борьбу, а если и обращали, никогда не вмешивались.

• Когда мне было 10–11, мы с друзьями на весь день ходили в походы на коньках или лыжах на 8-километровое озеро рядом с нашим посёлком в штате Миннесота. У нас с собой были спички, и время от времени мы, изображая храбрых исследователей, останавливались на островах, чтобы развести костёр и согреться.

• Кроме того, в возрасте 10–11 мне разрешали управлять большим опасным ручным печатным станком в печатной мастерской, где работали мои родители. На самом деле, по четвергам я часто пропускал уроки в школе (в 5–6 классе), чтобы напечатать еженедельную газету нашего городка. Учителя и школьная администрация никогда не возражали, по крайней мере, я никогда об этом не слышал. Я думаю, они понимали, что в печатной мастерской я

получаю более ценные уроки, чем мог бы получить в школе.

Такое поведение не было исключением в 1950-е годы. Мои родители были несколько более доверяющими и терпимыми, чем большинство родителей, но не намного. Сколько из этого было бы допустимо для родителей и других взрослых из госорганов сегодня? Вот показатель того, как далеко мы ушли: по результатам недавнего опроса тысяч родителей в Великобритании 43% считают, что детей до 14 лет не нужно отпускать куда-то одних, другая половина считает, что эту свободу не стоит предоставлять им до 16 лет! Могу предположить, что примерно такие же цифры были бы и в результате опроса родителей в США. Приключения, раньше нормальные для шестилеток, теперь не позволены даже многим подросткам.

Как я уже сказал, за тот же период, за который мы наблюдали такой значительный спад в свободе детей играть, а особенно в свободе рисковать, мы наблюдали такой же значительный подъём в разного рода умственных отклонениях у детей. Лучшее доказательство этого можно найти в анализе показателей стандартных клинических опросников, которые даются без изменений нормативным группам детей и молодых людей на протяжении нескольких десятилетий. Подобный анализ говорит о том, что по сегодняшним стандартам в 5–8 раз больше молодых людей страдают от значительного, с врачебной точки зрения, уровня тревожности и депрессии, чем в 1950-е. Рост детских психопатологий был таким же неуклонным и постепенным, как и снижение детской свободы рисковать.

Эта история столь же иронична, сколь трагична. Мы лишаем детей свободной, рискованной игры, якобы чтобы защитить их от опасности, но, поступая так, мы создаём условия для развития умственного отклонения. Дети созданы природой таким образом, чтобы самим научиться эмоциональной устойчивости, играя в рискованные игры, затрагивающие эмоции. В итоге, ограничивая подобные игры, мы создаём большую опасность, чем если бы их позволяли. Кроме того, мы лишаем их развлечения.

Чтобы игра была безопасной, она должна быть свободной, а не сдерживаемой, управляемой или навязанной взрослыми

Дети очень мотивированы играть в рискованные игры, но они также прекрасно знают собственные возможности и избегают риска, который не могут вынести физически или эмоционально. Дети значительно лучше нас знают, что они могут вынести. Если взрослые дают или даже поощряют детей рискнуть, когда они к этому не готовы, результатом может стать травма, а не захватывающее чувство риска. Дети даже одинакового возраста, комплекции и силы очень разные. Что захватывает одних, травмирует других. Когда учителя на уроках физкультуры требуют от всех учеников лазить по канату или по шести к потолку, некоторые дети, для которых это слишком большая нагрузка, испытывают эмоциональную травму и стыд. Вместо того чтобы научить их карабкаться и испытывать чувство высоты, такой опыт навсег-



Рискованная игра:

почему дети её любят и нуждаются в ней



да отвращает их от подобных приключений. Дети знают свою меру страха, с которой они могут справиться, и, чтобы использовать это знание, они должны сами быть ответственными за свою игру. (Хочу отметить, что относительно небольшой процент детей склонны переоценивать собственные способности и регулярно травмируются в рискованной игре. Таким детям нужна помощь, чтобы научиться самоограничению).

Ирония состоит в том, что дети с большей вероятностью могут травмироваться в спорте под руководством взрослых, чем в самостоятельно выбранной и направляемой ими самими игре. Это происходит потому, что поощрение взрослых и их соревновательный азарт заставляют детей рисковать — травмировать себя и других, как они бы не стали делать по собственной воле. Кроме того, в таких видах спорта их поощряют специализироваться на чём-то одном и поэтому чрезмерно использовать определённые мышцы и суставы. Согласно недавним данным из Центра США по контролю и предотвращению болезней, более 3,5 млн. 14-летних детей в год лечатся от спортивных травм. Это 1 из 7 ребят, занимающихся спортом. Благодаря взрослым, которые поощряют молодых бейсболистов бросать мяч с такой силой, что они могут вывихнуть локоть, поощряют молодых игроков в американский футбол сталкиваться настолько сильно, что у них происходит сотрясение мозга, поощряют молодых пловцов тренироваться так часто и усиленно, что им требуется операция плечевых суставов, благодаря им спортивная медицина для детей стала большим бизнесом. Дети, играющие ради собственного удовольствия, редко концентрируются на чём-то одном (им нравится разнообразная игра), и они останавливаются или меняют игру, когда им больно. Кроме того, поскольку они играют ради удовольствия, они стараются не причинять боль товарищам по игре. Взрослые, захваченные соревновательным азартом или надеждой на дальнейшую спортивную стипендию, идут против природного механизма предотвращения травм.

Итак, мы лишаем детей собственной, выбранной ими захватывающей игры, считая её опасной, хотя на самом деле она таковой не является, а её преимущества перевешивают мнимую опасность. Когда же мы поощряем детей специализироваться в соревновательных видах спорта, опасность получить травму действительно довольно велика. Пора нам пересмотреть свои приоритеты.

Питер ГРЭЙ
Перевод **Ирины ГИФТ**



Очередь из отдохнувших мам

— Попроси папу дома помочь тебе доделать, — с этими словами учительница распрощалась с моим сыном до следующей недели. Ушла отдыхать от уроков творчества с детьми. А я ушла недоумевать: папу? Попросить помочь папу? Да она, наверное, оговорила?

Ребёнку предстояло сшить колпак для самодельного гнома. Из плотной красной ткани соединить два треугольника и пришить сверху пушистый помпон. Конечно, ничего сложного. Любая мама справится с задачей минут за десять. Но папа? Наш папа точно не знает, где хранятся дома иголки и нитки. Более того, он уверен — их в нашем доме не существует.

— Пап, мне нужно доделать к школьной выставке гнома. Поможешь сшить колпак? — сын стоял перед сидевшим на диване папой, который настроился на долгожданные выходные.

— Я? — растерялся муж. И повторил ещё раз всё тем же неуверенным голосом: — Я?

И, не веря, что это может быть правдой, уточнил, слегка наклонившись к сыну:

— Я?
Сын кивал. Его как раз ничего не смущало. Первоклашки на-

столько доверчивы, что слово учителя для них — закон. И раз Ирина Юрьевна сказала: «Попроси папу», значит, надо попросить папу.

— Так сказала Ирина Юрьевна. Ты что, не хочешь мне помочь?

— А Ирина Юрьевна не сказала, что ты с папой должен вышить птичку на шёлковом платочке? А может быть, мы с тобой прямо завтра будем запекать гуся, если, конечно, Ирина Юрьевна согласится его есть...

Муж не скрывал негодования. У него футбол. Орешки в мисочке. Сразу две удобные подушки — одна под попой, вторая — для головы. А тут — такая подставка от Ирины Юрьевны. Муж ни разу не видел учительницу сына, но был уверен, что она мужененавистница.

— Нет, гуся не надо, — успокоил сын. — А вот кашу двух видов тебе надо научить меня варить. Я бы хотел гречневую и манную, потому что овсянку не люблю.

— Ты не шутишь? — муж искал глазами меня, но я стояла за стеной и еле сдерживала смех.

— Наша мама каждое утро готовит тебе и кашку, и блинчики, и запеканку. Ничего не случится, если ты постоишь рядом и посмотришь, как она это делает.



— Так нельзя, — сказал сын. — Ирина Юрьевна задала намшить колпак и учиться готовить с папой. И только тогда, когда мама уйдёт отдыхать. Но знаешь, наша ведь никогда не уходит. Надо её уговорить. Иначе ты не успеешь научить меня всему к понедельнику, потому что там ещё надо пришить петельку к полотенцу. Ты, кстати, умеешь?

Я знала, что Ирина Юрьевна

живёт в доме на соседней улице. Ясно, что она никак не могла видеть меня вышедшей на балкон и кричавшей в сумерки города ей «Спасибо!». Но в понедельник я стояла на пороге школы в очереди из мам, чтобы обнять Ирину Юрьевну, и обнаружила: каждая мама выглядела отдохнувшей.

Проект «Наши дети»

Однажды я проснусь...



Быть родителем — значит испытывать смешанные чувства. С одной стороны, мы хотим, чтобы дети поскорее стали взрослыми, самостоятельными. С другой стороны, их незрелое поведение вызывает столько тёплых чувств...

Однажды я проснусь не потому, что мои глаза пытаются раскрыть маленькие сильные пальчики и кто-то пытит мне в лицо. А просто потому, что выпалась. Меня встретит чистая кухня, без хруста под ногами, долгожданный порядок, как люблю.

Я сделаю себе чай с молоком, а может, начну кофеманить, и не придётся вскакивать и отвечать на «нужды нашего народа» каждые пять секунд. Ароматный чай будет с наслаждением выпит утром, а не вылит остывшим под вечер.

Мне не придётся с завидной системностью ловить сбежавших хомяков в шесть утра, их уже не будет. Никто не будет выгуливать летом собак каждые два часа. Буду гулять с ними сама утром и вечером.

Никто не позовет нас с мужем смотреть, как он круто катается на велосипеде, и это «смотреть» будет повторяться сто тысяч раз. Придёт время, и не нужно будет

пробираться по залу, как по минному полю, с безнадежным осознанием того, что деталька леги неизбежно догонит твою пятку.

Мы с мужем будем много путешествовать, как мечтали. Срываться ночью, когда выпадет подходящий снег, чтобы покататься на лыжах, не переживая, что наше исчезновение зафиксируют ультразвуковые радары.

Никто не будет нам дарить подарки каждый день. А мне не надо будет думать, куда их пристроить и как не оскорбить чувства дарителей, если вдруг подарки затерялись.

Безконечные целовашки и обнимашки повзрослеют. Детский смех навсегда поселится в семейных видео, которые мы с завидной регулярностью будем смотреть, сидя в обнимку в погрустневшем без разбросанных игрушек зале. Или будет наездами напоминать о себе голосами подрастающих внуков. Сказки на ночь уйдут, а «мама, папа, полежи» растворится, как сон.

Однажды наши дети вырастут. И на ярком фоне этого щемящего «однажды» моё «сегодня» становится безценным, каждая минута — драгоценностью.

Ирина ШОКУР

Правило трёх минут

Оказывается, есть такое важное правило — правило «первых трёх минут». Оно работает как для супругов, так и для детей. Когда родители в семье начинают выполнять это правило, то замечают, что оно очень многое меняет к лучшему в отношениях.

Правило «первых трёх минут» заключается в том, чтобы всегда встречать ребёнка с такой огромной радостью, как будто встречаете друга, которого не видели уже много-много лет. И не важно, вернулись вы из магазина, в который выбегали за хлебом, или пришли домой с работы. Обычно всё, чем с вами хочет поделиться ребёнок, он «выдаёт» в первые минуты встречи, именно в этом заключается важность не упустить это время.

Вы сразу заметите тех родителей, которые интуитивно выполняют правило «первых трёх минут». Например, забирая ребёнка из школы, они всегда приседают на уровень его глаз, обнимают при встрече и говорят, что по нему соскучились, в то время как другие родители просто берут ребёнка за руку, говорят «пошли», разговаривая при этом по телефону.

Приходя с работы, сразу обращайтесь всё внимание на ребёнка. Вы имеете несколько минут для того, чтобы сесть рядом возле него, расспросить о его дне и выслушать. Потом уже пойдёте ужинать и смотреть новости.

Важно не количество времени, а эмоциональная близость.

Иногда несколько минут душевной беседы значат для малыша гораздо больше, чем целый день, проведённый с вами вместе. То, что мы всё время забеганные и озабоченные, точно не сделает наших детей счастливее, даже если мы считаем, что делаем это ради них и их благополучия.

Для родителей и детей выра-

жение «время вместе» имеет разное значение. Для взрослых достаточно, чтобы дети просто находились рядом с ними, когда они делают что-то дома или идут в магазин. А вот для детей понятие «время вместе» — это смотреть глаза в глаза, когда родители садятся рядом, откладывают мобильные телефоны, исключают мысли о сотнях своих проблем и совсем не отвлекаются на посторонние дела. Ребёнок никогда не доверится, если чувствует, что в приоритете у родителей в момент общения есть что-то важнее, чем он.

Конечно, не всегда у родителей есть время на совместную игру с детьми, но в такие минуты давайте только то, что хочет ребёнок. Не надо предлагать ему ваши варианты свободного времени. Время скоротечно, и вы не успеете опомниться, как ваши сыновья и дочери повзрослеют, поэтому не теряйте времени и начинайте строить доверительные отношения с ними уже сейчас. Пусть правило «первых трёх минут» вам в этом пригодится.

Наталья СИРОТИЧ



Иногда прошлое вламывается в твой дом без приглашения. Ты не ждёшь, не зовёшь, даже не помнишь, как тебе кажется.

А однажды тебе снова приснится сон, где тебе 16 и рядом твоя первая любовь. И вы вместе что-то делаете, общаетесь, всё так же любите друг друга. Просыпаясь в холодном поту. Идёшь к зеркалу — и тебе, слава Богу, всё те же 30 с хвостиком. Рядом спит твой любимый муж. В другой комнате — ваши дети.

Но этот сон словно поднимает что-то в тебе, будоражит давно забытое, давно казалось бы пережитое. Ты возвращаешься к мыслям: «А могло ли сложиться? А как бы это было?» Женский ум безпокоен, и фантазии он выстраивает легко и быстро. Вот уже ты думаешь о том, что если бы ты тогда не сказала вот это, не сделала вот это, то могло бы...

А может быть, у тебя был первый муж, которого ты любила всем сердцем, но совсем не понимала, что разрушаешь отношения своими подозрениями, ревностью, контролем. Или недостаточно уделяла ему внимания и времени. Может быть, у вас даже остались дети как память о той любви. И когда ты смотришь в их глаза, ты снова видишь его. Забыть невозможно. У тебя есть от него «сувениры» на память. Вычеркнуть невозможно. Забыть — тоже. Остаются сожаления. Он ведь был хорошим, ты его так любила...

Редко какая женщина сейчас встречает мужа в 15–16 лет и живёт с ним до конца своих дней. Это было бы идеально. Для самой женщины в первую очередь. Но чаще до того, как мы найдём своего единственного, успеваем влюбиться несколько десятков раз. Строим отношения с десятком мужчин. Встречаемся с кем-то недолго, а с кем-то годами. Иногда выходим замуж несколько раз или живём гражданским браком.

Всё это невозможно забыть и отпустить. Сложно от этого закрыться. И вот ты стоишь посреди улицы, и откуда-то играет та самая песня. Ты помнишь её наизусть. Под неё случилось что-то важное, но не в твоих отношениях с мужем. Наворачиваются слёзы, поднимается давно забытая боль, а ещё стыд и вина за то, что ты до сих пор помнишь это.

Когда говорится о том, что девочке лучше сохранить целомудрие до брака, о чём это? О дискриминации? О патриархате? О домострое? Нет, о защите самой девочки. Чтобы не снислись ей потом другие мужчины, не мучили сомнения: «а что, если бы», не бредили воспоминаниями, не вскрывали раны мелодии и запаха. Чтобы она могла жить спокойно и любить своего мужа всем сердцем. Не какой-то его частью, уцелевшей после множества сердечных бурь, а всем сердцем, целиком и искренне.

Я знаю несколько таких семей, которые познакомились и полюбили друг друга ещё в школе, очень долго встречались, были первыми друг у друга. Такого уважения я не встречала в других семьях. Они все — многодетные, от четырёх детей. Дом — полная чаша, жена любит и уважает мужа, муж — добытчик. В общем, всё по Ведам. И всё естественно. Конечно, это везение или хорошая карма из прошлой жизни. Остальным приходится разгребать всю жизнь завалы своей души...

Мужчины устроены иначе: они легче забывают, переключаются, выходят из отношений. А для жен-

Как очиститься от прошлых отношений



щины любая сердечная связь — это прочный канат. И вырывается он обычно с куском сердца. Если в отношениях был любой обмен жидкостями, даже поцелуи, канат становится стальным. Если же был секс, толщина каната становится ещё больше.

А потом после стольких отношений мы никак не можем научиться доверять мужу и уважать. У нас словно нечем: всё сердце изранено и исполоховано такими канатами. Многие из них остаются живыми, даже когда мы уже давно расстались. И по ним, как по трубам, течёт наша энергия. Утекает в сторону того, кто когда-то был дорог и значим.

Это то, о чём стоит говорить дочери с ранних лет. То, к чему стоит её готовить. Объяснять ей, почему важно целомудрие в этом нецеломудренном мире. Позаботиться о ней так, как мы не смогли позаботиться о себе.

А что делать с собой? Как залечить эти раны? Насколько это возможно? Как разругать эти канаты? Расскажу о нескольких способах очищения, которые дают хороший эффект. Сама пробовала, под-

руги тоже хорошо отзывались, чистильницы получали результаты.

Перед этим важное вступление. Вы никогда не забудете, воспоминания притупятся, перестанут приносить боль. Но всё это вы не сотрёте и не выбросите человека и всё, что с ним связано. Историю не перепишете. Всю жизнь корить себя за свою нетерпеливость или любопытство — глупо, так же как и переживать о том, что можно было бы сохранить. Очищая себя от прошлых связей, вы можете почувствовать лёгкость, которая вам доселе неведома.

Письма обид

Главное, что нужно понимать: если отношения беспокоят, значит, там не всё прожито и есть что-то невысказанное. Есть чувства, которые были заблокированы, например боль, тоска, грусть, злость. Если тоску и грусть мы ещё можем себе позволить проживать — многие после расставания ревут неделями, то со злостью хуже. Мы сохраняем лицо, боимся потерять его окончательно. От этого гнев никуда не уходит.

Меня, например, очень долго беспокоила моя первая любовь, ещё школьная. Мы несколько лет то встречались, то расставались и собирались пожениться в 18. Он и женился в 18 на другой. А я за эти годы пережила столько мучений и боли: то вместе, то не вместе. Каждый раз старалась сохранять лицо, как меня и учила мама. Я не кричала, не устраивала сцен. Просто выходила за дверь или рыдала дома в подушку.

Много чего было. Но не было выхода одной эмоции — гнева. Гнева от того, что со мной снова и снова так поступают, что мне причиняют боль. А я делаю хорошую мину при плохой игре. И спустя многие годы я всё ещё возвращалась к воспоминаниям, это не давало мне покоя. Пока однажды, как будто совершенно случайно, во время переписки о том, кто как живёт, я не сказала ему: «И всё-таки ты сволочь». В этой одной фразе для меня реализовалось всё то, о чём я молчала столько лет. И меня отпустило. Смелость произнести вслух то, что давно тяготило, дала много энергии.

Тогда я ничего не знала о письмах обид. Сейчас понимаю, что лучше высказывать это не человеку в лицо, а бумаге. Она всё стерпит. Но то, что это нужно признать, произнести, прожить, — это важно.

Помню расстановку одной женщины, от которой через 20 лет ушёл муж к её подруге. Она тоже не стала устраивать концерт. Просто собрала его вещи. Помогла ему ещё раз. И осталась со своим горем. Остаться одной в 40 с хвостиком страшно. Почти год она не могла отпустить и продолжала его ждать. А когда мы делали расстановку, то сразу было видно, что её гнев заблокирован. Этот гнев транслировали их дети, которые встали на мамину сторону и ненавидели отца.

Работа была непростой. И до конца выразить гнев у неё тогда не получилось. Но сейчас она снова замужем за другим мужчиной, который любит её и носит на руках. Она никогда не была так счастлива, потому что перед вступлением в эти отношения очистила сердце от предыдущих.

Один из методов работы с проживанием чувств — это расстановки. Но часто нужно сделать несколько работ, чтобы прожить полностью. К тому же это требует материальных вложений. Не всегда есть такая возможность.

Есть и домашний вариант — письмо обид. Вам нужно уединиться на час-два. Взять с собой бумагу и ручку. Компьютер не подойдёт. И написать письмо вашему бывшему. Не простое и обычное, а по определённому сценарию.

Вы проходите в письме по всем чувствам в указанном порядке. Пишете каждый пункт, каждую эмоцию до тех пор, пока не почувствуете лёгкую пустоту, когда уже не о чем писать. Это сигнал, что нужно переходить дальше, к следующему.

Дорогой Петя! (именно так!)
Я злюсь на тебя за то, что ты...
Я обижаюсь на тебя за то, что ты...

Мне было очень больно, когда ты...

Мне очень страшно от того, что...

Я разочарована тем, что...

Мне грустно от того, что...

Мне жаль, что...

Я благодарна тебе за то, что...

Я прошу у тебя прощения за то, что...

Я отпускаю тебя.

Не относитесь к этому формально, пишите всё, даже если мозгу это кажется бредом. Это может занять много листов бумаги и несколько часов, особенно первый раз. Скорее всего, вы будете плакать, если не разучились это делать. Через слёзы тоже происходит очищение.

Глубоко дышите, дыхание также помогает проживать все эмоции. И пишите.

Когда письмо закончено, внутри вас скорее всего появится пустота. Приятная пустота, которую нужно обязательно заполнить чем-то хорошим, настоящим. Можно поадрать себя чем-то любимым.

Хорошо после такого письма принять ванну с солью или душ, попить чистой воды, переодеться. Ещё хорошо после этого помолиться, попросить Создателя поддержки в том, что вы только что сделали, чтобы он помог вам отпустить мужчину и начать жить полной жизнью.

А что делать с письмом? Вы сделали главное, отправлять его



не нужно. Сожгите, смойте в унитаз, закопайте в землю.

Бывает, что одного письма недостаточно, через какое-то время может снова что-то «всплыть», тогда просто повторите процедуру заново.

Медитация «сжигаем связи»

Расскажу ещё один способ работы с прошлым. Суть медитации очень проста. Выберите время, когда никто вам не помешает. Закройте глаза. Представьте перед собой мужчину, с которым вы никак не можете проститься. Как будто вы стоите друг напротив друга.

И вдруг вы видите, как ваши тела соединяют нити. Они выходят из разных частей вашего тела и входят в такую же часть тела мужчины. Они разной толщины, разного цвета. В каких-то местах их больше. Например, если у вас были сексуальные отношения, то может быть очень много нитей и канатов в районе нижних чакр. Если вы сильно любили мужчину, то нити будут располагаться в районе сердца и так далее.

Посмотрите на эту картину со стороны, не оценивая и не анализируя. Затем мысленно попросите поддержки Высших сил. Скажите мужчине, что вы готовы с ним проститься.

А дальше мысленно поджигайте со своей стороны эти связи. Не стоит их обрубить, они могут прорасти обратно. Лучше сжечь. Можно по одной, или все сразу, или по каждому энергетическому центру, как вам комфортнее.

Главное, чтобы в конце медитации вы так же стояли друг напротив друга и между вами не было связей. Многие говорят о том, что мужчина в этот момент начинает улыбаться. Значит, и ему тоже стало легче.

В этом месте можно мысленно попрощаться, поблагодарить, развернуться и уйти в свою жизнь, в своё настоящее.

После медитации также хорошо принять ванну, выпить воды, переодеться. И ещё, если вы до сих пор этого не сделали, провести генеральную уборку и выбросить всё то, что вам напоминает о тех отношениях.

Одна женщина никак не могла отпустить мужа, который ушёл 10 лет назад. А потом мы выяснили, что она до сих пор хранит свадебное платье, оно висит в её обычном платяном шкафу и каждый день напоминает.

После прощания с платьем в её жизни появились энергия и другой мужчина.

Можно практиковать различные медитации, их сейчас много. Почти все из них направлены именно на проживание заблокированных чувств. Там, где ничего не заблокировано и всё прожито, перестаёт болеть. И об этом уже можно вспоминать без боли и сомнений, с благодарностью.

Важно помнить, что прошлое не изменишь. Этот опыт сделал вас такой, как вы сейчас. В чём-то, может быть, вам стало сложнее жить. Но в чём-то вы научились быть мудрее, терпеливее. Мы учимся на своих ошибках.

Поэтому прошлому нужно уметь быть благодарной за то, чему оно научило и что дало. А жить всё-таки лучше в настоящем. Только это и можно назвать жизнью.

Ольга ВАЛЯЕВА
<https://valyaeva.ru>



История реальная,
имена и обстоятельства
изменены,
чтобы сохранить
конфиденциальность.

— Слушай, ну признай честно: ерунда это всё, не работает! — говорит мне одна знакомая в приватной беседе. — Не меняют юбки ничего.

Удивляюсь. Помню, что она пару лет назад активно носила юбки, была в восторге, а сейчас снова в джинсах почему-то.

— Давай посмотрим, — предлагаю ей, — когда ты перешла на юбки, то что с тобой произошло? Что изменилось?

— Да ничего, — пожимает плечами она, — ничего особенного.

— Серьёзно? Погоди, но ведь именно тогда твой муж сделал тебе предложение! А вы жили вместе до этого пять лет, и я помню, как при первой встрече он сказал, что никогда не сделает этого, и ты тогда чуть не расплакалась, хоть он и не заметил.

— Ну, период совпал, но это же не из-за юбок! — пожалала плечами она.

— Конечно, нет! Он вдруг просто взял и передумал! И забеременела ты тоже в этот период, да? А до этого сколько лет хотела ребёнка и не получалось? Я-то всё помню, ты мне все уши тогда прожужжала.

— Муж был против, поэтому мы особо не старались, — отмахнулась она.

— Но и не предохранялись же. Я же помню тебя, когда мы только познакомились. Ты так хотела ребёнка! Анализы уже думала сдавать, переживала, что в тебе проблема. Даже джинсы на тебе похожие были, — улыбаюсь я.

— Ну да, — смеётся она, — в тот период я забеременела и родила...

— И ведь сама родила, хотя должно было быть кесарево, да?

— Ну, тут уж даже не знаю, что было бы лучше... — в её глазах пробегают калейдоскопом родовые муки.

— Как это не знаешь? Ты же в медицине хорошо разбираешься и знаешь о последствиях! Родила сама, да, это не просто, но для вас обоих в итоге — лучше. А ещё именно тогда ты нашла своё дело. Учиться пошла. Ещё переживала, что ничего не выйдет, а обучение дорогое, — напомнила я.

— Да, надо же, тоже совпало,

— удивляется снова.

— Всего три года, а столько перемен! И вот сейчас ты вернулась обратно в джинсы, почему? — задаю ей самый важный вопрос.

— Ну, ты знаешь, работы очень много теперь. Муж вот себя ищет... снова... Мне надо всё успеть, всё сделать, в джинсах удобнее. Да и с дочкой бегать удобнее.

— Давай снова вернёмся в тогда. Он же тогда бизнес открыл успешно, вы ещё на всё лето уехали в Испанию в тот год?

— Да, он работал много, горел!

— А потом?

— Потом у меня появилась возможность работать. Надо оккупить обучение, которое муж оплачивал. Стыдно же просто так тратить его деньги. И работы стало больше, у меня начало получаться, а у него наоборот. Мы няню взяли для дочки, потом она в сад пошла, и вечером с ней был муж, пока я работала. Тот бизнес развалился. Нового не выходит ничего, — она замолчала.

— Ты счастлива сейчас? — ещё один очень важный вопрос.

— Ну как, наверное, да. Работа любимая. Устаю очень, дочку не вижу совсем, муж вот в апатии какой-то, не знает, куда податься. Не работать уже не могу, от меня всё зависит, работаю почти без выходных... — глаза её снова потухли.

— Тебе не кажется, что ты снова вернулась туда, откуда ушла несколько лет назад? Вместе с джинсами вернулась и «пахота», в этот раз хоть работа и любимая, но в таких количествах ты скоро её возненавидишь. И дома разладилось, и у мужа...

— Ну а при чём тут юбки? — настороженно уточняет она.

— Да ни при чём. Юбки ни при чём. Они ведь ничего не изменили в твоей жизни тогда, — соглашаюсь я. — Какой смысл спорить?

После долгой паузы она снова начинает говорить. Говорит, говорит со слёзами на глазах. О том, как устала быть лошадей, пахать, о том, как раньше было радостно учиться, изучать, развиваться и как сегодня трудно. Что уже ничего не в радость. О том, как муж изменился, стал грубым, невнимательным, дочка растёт с чужими людьми. А она зато успешна и

востребована, только радости никакой.

Я говорю:

— Знаешь, что с тобой сделали юбки тогда? Они заставили тебя вспомнить, что ты женщина, а не лошадь. Они позволили тебе замедлиться, остановиться и посмотреть на свою жизнь внимательно. Выделить главное. Они не совершали никаких чудес. Они просто приструнили твою внутреннюю лошадь. Не может лошадь пахать в таком виде. Всё остальное ты сделала сама. Ты просто попала в нужный поток, у тебя появилась возможность услышать своё сердце. Вот и всё. Сейчас ты снова достала джинсы, пробудила свою лошадь и обесценила всё это. Зачем? Ладно бы, если бы ты действительно так была счастлива.

Она молчала. И я продолжила: — Ты пошла на поводу социума, который решил за тебя, что ты должна оправдать всё вложенное в твоё образование. И пахать, как все. Но зачем? Скажи, если ты будешь работать не по 10 с лишним часов в день и принимать не 15–20 клиентов, а всего 5–6, что изменится?

Сначала в её глазах страх:

— Денег будет меньше. А нам

за квартиру платить, кредиты, садик.

Потом страх сменяется надеждой:

— Но сил будет точно больше, времени больше. И я клиентам смогу дать больше, чем сегодня. Ещё и дочери останется...

— А тебе какой вариант нравится больше?

— Конечно, такой. Всё равно больше пяти часов в день работать трудно. А так в радость будет. А деньги? — снова страх.

— Пока ты лошадь, муж будет искать себя. Это может продолжаться вечно. Он знает, что может на тебя положиться, — и в ответ тишина.

— Знаешь, я, как стала зарабатывать много, отношения с мужем сильно изменились. Иногда мне даже кажется, что он меня ненавидит за то, что у меня получается, а у него нет. Он стал очень груб со мной, и вроде требует от меня денег, а сам же потом на меня за это злится, — со слезами на глазах говорит она.

— Так ты сейчас выглядишь даже как мужик. И волосы состригла, чтобы не мешали, и в джинсах, и без косметики и украшений. И даже походка другая стала. Поэтому он и относится к тебе так, как к другому мужику. Ты удобная стала, — грустно говорю я, ведь помню, какой она красивой была тогда.

— Это правда, я даже чувствую себя сейчас универсальным солдатом. На мне всё держится. Нет права на ошибку, от меня зависит моя семья. Я и волосы постригла, чтобы не мешали мне, а то за ними ухаживать надо, сушить и укладывать. Некогда мне это всё, — чуть не плачет.

— У тебя уже есть опыт, что бывает иначе, ты его задвинула, обесценила и сделала вид, что это ничего не значит. Но ты же можешь его достать обратно и принять новое решение. Ты решаешь, как быть, — улыбаюсь я.

Она молчит. На том и закончили.

Через полгода, после, я увижу её новое фото в социальной сети. В платье. С дочкой. Где-то в отпуске. И глаза снова светятся, как тогда. Услышу и о новом бизнесе её супруга, и о том, что её услуги теперь стоят дороже, работает она меньше. Я не удивляюсь. Я видела тысячи раз, как это работает.

Меня не обманут. И юбки ни при чём, они, конечно же, не работают... И почему они вообще должны работать, они же юбки, а не кони.

Автор не известен

Ищу хозяйку поместья



Я — одинокий фермер 60 лет. Мечтаю о хозяйке поместья. Был давно женат, разведён. Дети взрослые живут далеко, родни почти нет, помочь некому.

Готов принять женщину, страдающую от гона якобы родни (насилия), чёрных риэлтеров и других бед.

В моём КФХ пять коров и восемь телят. У меня, по сути, можно заниматься трудотерапией, забыть про боли и невзгоды.

Я из староверского рода, чуткий, обходительный, но не истово верующий. Пусть моя избранница будет любой веры. От нашего села до старообрядческого женского монастыря, что в с. Улейма Углицкого рай-

она, совсем недалеко. Можем вместе съездить, если будет интересно.

Меня не испугает куча недостатков как внешности, так и здоровья, не привередлив, ещё сексуален.

Хотелось бы найти местную, чтобы она приехала ко мне сама, так как мне животных не на кого оставить. Но, несмотря на это, всё же могу встретить на вокзале в г. Переславль-Залесский Ярославской области или в Сергиеве Посаде Московской области и довезти на своём автомобиле до своего поместья.

Владимир.

Адрес: Ярославская область, Переславль-Залесский район, с. Нагорье.
Тел. 8-968-553-60-69

Род — это единая энергетическая структура, состоящая из членов разных кармических и духовных групп, которые воплощались поочередно и последовательно в рамках одного «Родового Древа» на протяжении времени. Родовые древа принято составлять с незапамятных времён. На энергетическом уровне родовое древо примерно так и выглядит, как дерево: разветвлённая, очень сложная единая энергетическая структура.

Какую роль, задачу выполняет Род? У каждого Рода своя задача. У Рода может быть много задач, они разные. Одна из задач — усилить Древо, усилить его энергетическую структуру через принятие и проведение в Род душ, более развитых в энергетическом и духовном плане. Какие ещё могут быть задачи у Рода? Много задач. В планетарном масштабе Роды объединены в одну единую систему, в одну сеть. Какая задача у этой родовой единой системы? Рост и развитие этой планеты, проведение сюда необходимых ей энергий, душ. Душа всегда воплощается через Род, через его энергетические структуры, укореняется в Роду, заземляется. Поэтому очень важно, через какой Род вы, как душа, пришли. Сильный, мощный энергетически Род может провести, принять более сильную и мощную душу. Далеко не в каждом Роду может воплотиться сильная душа.

Духи Рода

Кто такие духи Рода? Духи Рода — это энергетическая структура, которая ответственна за развитие Рода в целом, она определяет цели и задачи Рода, меняет эти цели и задачи, определяет, какие души в Род необходимо пригласить для решения текущих или планируемых задач Рода.

Духи Рода — это высшее сознание Рода. Роды обладают коллективным сознанием, поэтому о Духах Рода говорится во множественном числе.

Какие задачи у Духов Рода? Расширять сознание его членов, пробуждать воплощённых членов Рода принимать в Род более осознанные и продвинутое души. Усиливать Род, расширять, разветвлять, энергетически укреплять и прокачивать его родовые структуры; получать различные энергии и опыт различных душ, приходящих из разных уголков Вселенной.

Чем более разнообразен энергетический рисунок Рода, тем сильнее, мощнее и энергетически богаче (и не только энергетически) сам Род. Каждый Род всегда планирует в каком-то поколении принять «геня», сплести рисунок Рода так, чтобы принять душу определённого уровня. Чем древнее и сильнее Род, тем большую по масштабу душу он может принять, провести на земной план.

Какое отношение Род имеет к кармической группе? Это разные структуры. Родственники принадлежат к одной кармической группе, но кармическая группа шире, чем семья, семейные узы. В кармическую группу входят не только родственники, но и другие души, не связанные кровным родством (друзья, супруги, коллеги и т.д.).

Продолжение Рода

Как продолжается Род, только ли по мужской линии?

В старину, да и сейчас, по верованиям многих народов и культур, считается, что продолжение Рода

идёт по мужской линии, причём по старшему сыну. Род продолжают мужчины, однако продолжение Рода происходит не только по старшему сыну, оно возможно по любому отпрыску мужского пола.

Желательно, конечно, продолжать Род по главной линии, от старшего сына, ибо в первенца мужского пола Род, как правило, вкладывает максимальное количество энергии, если не предусмотрено иное. Например, возможно, первенец должен вскоре уйти, и духи Рода знают об этом. Почему так происходит? В задачи приходящей души не входит задерживаться в этом Роду надолго.

Итак, Род продолжается дейст-

вуют друг другу, и духи Рода знают об этом. Они обеспечивают их судьбу, разводя не подходящую друг другу пару. Не всегда парное взаимодействие душ предполагает образование семьи и рождение детей, то есть проведение новых душ в тот или иной Род.

Какую роль играют девочки для Рода? Так уж они бесполезны? Почему от них хотели избавиться во многих культурах во все времена? Девочки тоже очень нужны и важны, но они не продолжают Род. Девочки приходят в Род для других целей. Они очищают Род. Чистить Род — это задача женщин, продолжать Род — задача мужчин. Что значит чистят Род? От энергетических блоков. Эту зада-

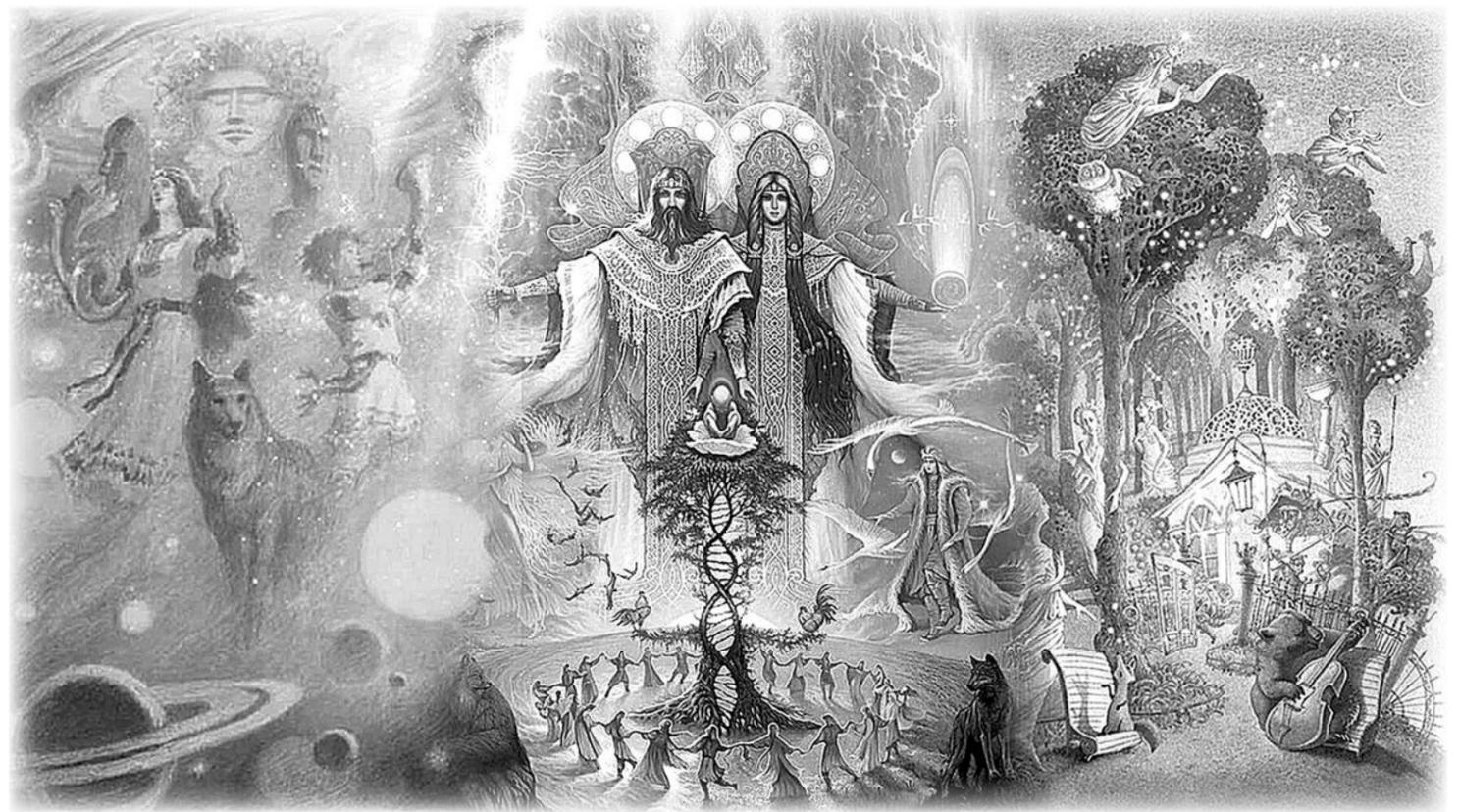
определить в мире? Как правило, нет, если вы не осознаны как душа. Если вы «проснулись», то можно спросить об этом духов Рода, кто является наследником и, соответственно, чья мать выступает на текущий момент хранительницей Рода. Как правило, духи Рода отвечают, особенно членам Рода. Членам Рода, работающим с Родом осознанно, Духи Рода отвечают всегда.

Уходят ли девочки из Рода, выходя замуж, меняют ли они свой Род энергетически? Переходят ли в Род мужа? И да, и нет. Они объединяют Роды. Это значит, что они сохраняют энергии обоих Родов: своего кровного Рода и Рода мужа. Проводя в Род мужа новые

жаться по боковой ветке или через поколение. Если единственная девочка в Роду — осознанная душа, то она может очистить Род и дать Роду продолжиться. Всё будет зависеть от неё, от её силы как души. Также Род в некоторых случаях могут очистить и мужчины, если они осознаны как души, проводят Поток и достаточно сильны сами как души. Поэтому Роды и стремятся заполучить в свои структуры наиболее сильные и мощные души из возможных для них на текущий момент.

Если Род будет очищен и у Рода будет достаточно сил для проведения наследника, в Роду может через какое-то время появиться мальчик, если родители не бу-

Духи и хранители Рода



вительно по мужской линии. Как правило, основная энергия и сила Рода передаются отпрыскам старшего сына, брата, но не обязательно. Иногда, если по каким-то причинам продолжить Род по старшей линии невозможно, продолжение идёт по младшей линии или боковым веткам. На усмотрение духов Рода.

Почему продолжение по старшей линии бывает невозможно? Иногда оно нежелательно, если духи Рода не одобряют выбор пары наследником. Духам Рода для проведения, приглашения в Род определённых душ необходимо сплести определённые энергии. Не любая пара может провести через себя ту или иную душу. Не с любым Родом целесообразно породниться. Если духи Рода считают, что выбранная основным продолжателем Рода избранница на эту роль не подходит, Род может продолжиться по младшей линии. А если сын в Роду только один и у него нет младших братьев, тогда духи Рода будут делать всё, чтобы развести пару, так как это не в интересах Рода. Иногда духи Рода могут разводить пару старшего сына, даже если у него есть младшие братья, если хотят, чтобы Род продолжился именно по основной линии.

Духи Рода могут вредить молодым? И да, и нет. Как правило, такие партнёры изначально не

чу исполняют только рождённые в Роду девочки, то есть принадлежащие Роду по крови (Роду отца). Невестки, то есть супруги мальчиков-продолжателей Рода, Род не очищают. У них другая задача — продолжение Рода, рождение наследника, и ещё одна задача, речь о которой далее.

Хранители Рода. Очищение Рода

Кто такие хранители Рода помимо духов Рода? Иногда говорят, что самые старшие в Роду хранят его. Это так. Причём хранительницами Рода выступают женщины. Мужчины продолжают Род, а хранят его женщины. Что значит хранят Род? Оберегают его энергии, аккумулируют его силу, передают знания и опыт молодым на энергетическом уровне. Хранительницами Рода являются женщины, продолжившие Род (как по основной, так и по младшей линии, если духи Рода решили продолжить его по младшей линии). То есть невестки, родившие наследника, родившие того наследника, которого духи Рода назначили главным или основным. Они становятся хранительницами Рода.

Как узнать, какой из наследников главный? По какой линии продолжится Род, по кому из внуков, например? Это можно как-то

души, они как бы энергетически сплетают оба Рода, энергии Родов передаются наследникам, как мужчинам, так и девочкам.

Повторю, выходя замуж, девочка не начинает отвечать за чистоту Рода мужа. За чистоту Рода мужа отвечают женщины, рождённые изначально в Роду мужа. Невестка лишь помогает продолжить Род, сплетая энергии своего Рода и Рода мужа. Это уже непростая задача. А потом становится хранительницей Рода мужа, если она родила основного наследника Рода. Если наследник пришёл не через неё, то тогда нет.

Что происходит с Родом, в котором нет наследников по мужской линии? Такой Род пресекается? Да. Почему так происходит? Если не удалось очистить Род, если карма Рода (совокупная карма всех членов Рода, как текущих, так и умерших) не очищена, у Рода нет сил на проведение наследника. В Род приходят девочки для его очистки. И будут приходить до тех пор, пока Род не будет очищен. Поэтому мальчики могут рождаться далеко не первыми в семье, а пятыми или седьмыми, если карма Рода непростая.

А если в Роду всего один ребёнок и это девочка, тогда Род пресекается. То есть стремление наших предков родить сына во что бы то ни стало оправданно.

Не всякий Род может продол-

дут прибегать к контрацепции, конечно.

Современные тенденции и мода на малодетные семьи убивают слабые Роды. В таком случае сохраняются и продолжают только сильные и чистые Роды.

У Родов, обременённых тяжёлой кармой, нет шансов очиститься, а значит, продолжиться. Это хорошо или плохо? Скорее хорошо, но не всегда обоснованно. Чем меньше на планете Родов, тем беднее общий энергетический Родовой рисунок. Что это значит? На Землю приходит всё меньше разнообразных душ. Роды не просто так плетут свой энергетический узор из поколения в поколение, объединяя энергии разных душ. Они обогащают планету, давая возможность разным душам из разных концов Вселенной, с разным опытом, с разным энергетическим багажом воплотиться на Земле. Чем меньше Родов, чем беднее их энергетическая Родовая структура, тем меньше разнообразных по опыту душ может воплотиться на Земле и привнести сюда свой опыт, тем беднее Родовые структуры.

Лия АРТ,
духовный практик, арт-коуч
г. Москва
Продолжение
в следующем номере.



Ноосфера — сознание планеты

Ноосфера существовала до возникновения жизни на планете и будет существовать, даже если на планету придут другие разумы, которые будут в полном согласии и содружестве с информационными полями планеты. Очень важно понять, что человек неотделим от природы, он не может существовать без воздуха, воды и солнечного излучения, человек един с космосом; и его дом-земля омывается космическими, электромагнитными, гравитационными и торсионными волнами.

В ноосфере заключена вечность, основной характеристикой которой является непрерывное настоящее. Из вечности рождается иллюзия времени, продолжительность временных отрезков — лишь квантовые флуктуации энергий вечности. Каждый отрезок времени насыщается информацией, которая плавно переходит в энергетические субстанции и обратно.

Понятие о ноосфере принадлежит трём замечательным мыслителям и учёным — Эдуарду Леруа, В. И. Вернадскому и Тейяру де Шардену. Леруа в своём труде «Происхождение человека и эволюция разума» открыл явление, которое говорит о том, что биосфера выше животного уровня, последовательно продолжается в сфере ментального мышления и свободной творческой мысли.

Значит, сознание человека не ограничивается только мозговой деятельностью, а может распространяться на определённые уровни пространства. Тейяр де Шарден с философских позиций поддержал теорию особого информационного уровня — ноосферы. Он был глубоко убеждён, что все нации когда-нибудь сольются во всеобщий монолит и произойдёт соединение человечества, природы и Бога.

Вернадский называл ноосферу сферой разума или способностью понимания и осмысления, без которых невозможны положительные поведенческие реакции. В книге «Геохимия» Вернадский делает вывод, что разум — не только природное явление, но ещё и космическое начало, существующее вечно. Ноосфера существова-

ла всегда как высшее ментальное поле планеты. Учёный предвидел, что человек биосферы рано или поздно приобретёт новое позитивное эмоциональное состояние, при котором разумная деятельность и духовная этика становятся решающими факторами в развитии цивилизации. Возникнет гармоничная связь законов природы с законами мышления и экономики.

По мнению Вернадского, главными принципами ноосферной эпохи будут:

- открытие новых источников энергии;
- равенство людей всех рас и религий;
- свобода научной мысли;
- подъём благосостояния народонаселения;
- преобразование природы Земли с целью сделать её способной удовлетворить все материальные, эстетические и духовные потребности человека;
- исключение войн и вражды между народами.

Вот как Вернадский характеризует ноосферу: «Это сумма коллективных достижений человечества в духовной области, мысли и искусства... Ставится вопрос о перестройке биосферы в интересах свободомыслящего человечества как единого целого. Это новое состояние, к которому мы приближаемся, и есть ноосфера».

Вернадский силой внутреннего зрения и через интуитивный план увидел планету с орбитальной высоты. Из космоса планета выглядела потрясающе красивой: изумрудные океаны и голубая атмосфера с белоснежными башнями облаков. Видения учёного полностью совпали с реальными снимками со спутников планеты. Земля-жемчужина очень отличается от других планет Солнечной системы.

Ноосфера — чистое сознание планеты, единая волновая информационная оболочка земли. Земля обладает сознанием, значит, она живое существо более высокого космического порядка. Земля дышит, поглощая живительную энергию из Космоса и выделяя свою внутреннюю энергию. Земля имеет на своей поверхно-

сти решётку из тёмных и светлых ячеек Хартмана.

Световая решётка земли колеблется, границы ячеек меняются при вдохе и выдохе земли, акт дыхания длится примерно 40 минут. В Северный полюс всегда закачивается голубая энергия с радужным спектром космических лучей, а через Южный полюс происходит выброс красно-коричневого мутного потока избыточной энергии.

Планета движется по строго выбранной орбите не только в результате магнитных и гравитационных сил, но и ещё потому, что знает свой путь, знает задачи эволюции, знает своё прошлое, будущее и настоящее. Если бы правители мира поверили бы в разум планеты, то никогда бы не причинили ей колоссальную боль, не накопили бы чудовищные запасы оружия, которыми планета может быть уничтожена несколько раз.

Неужели не жаль её, такую хрупкую, голубую, хрустальную?

Из эзотерической традиции известно, что пространство содержит стихии земли, воздуха, воды и огня. Необходимо осознать стихию огня с точки зрения квантовой физики. Долгое время считалось, что космическое пространство наполнено пустотой, но дальнейшие исследования показали, что в пустоте, в физическом вакууме, происходят процессы, невидимые для глаз человека. Там открылось особенное поле, где вибрировали флуктуацией (высокоскоростным движением) миллиарды микрочастиц, значит, такие космические поля содержат другую материю, и это поле можно отнести к четвёртому и пятому измерениям.

Четвёртое измерение можно назвать полем информации. Многие учёные, начиная с Эйнштейна, считают четвёртое измерение координатой мирового времени, хронологическим полем. Именно такое поле является носителем информации (символов, образов...) в виде кодов знания, которые мысленно образуются в разуме человека.

В настоящее время многим личностям, которые ищут высший смысл бытия, открываются ноосферное знание, только открытое сознание может работать с информационными полями земли.

Информационные поля неод-

нородны и содержат различные информационные уровни.

Ноосфера — чистое сознание планеты и имеет несколько уровней и обертонов.

Высший уровень ноосферы содержит

- Хроники Акаши — планетарная библиотека, где содержится история Земли за последние 5 миллионов лет. Здесь ведутся летописи обо всех людях, ничего не ускользает от её внимания, все благородные дела, поступки, мысли, творческие открытия, достижения культуры и искусства вносятся в Хроники Акаши.
- Сеть сознания Христа — это информационный уровень, непосредственно считываемый ченнелингом.

Это Энергетическая Пирамида, связанная с геомагнитным полем Земли. Основание пирамиды находится на уровне пси-полей, а верхняя часть — в ноосфере. Пирамида может очищать пси-поля спектральными лучами ноосферы.

Информационный экран. Иногда человек с Земли может наблюдать таинственные земные миражи, картины прошлого и настоящего.

В откровении, последней книги Библии, Иоанну Богослову в трансвом состоянии открылись картины последних дней Мира. Пророк наблюдал ноосферу через Информационный экран.

Инкарнационный домен. В мифологии Индии существует понятие колесо сансары, человек развоплощается и снова переходит в другое тело. Но между смертью и рождением может проходить от 1 года до 100 лет, в это время душа отдыхает в Инкарнационной Ячейке.

Хроники Акаши — большая функциональная система ноосферы, это Книга Жизни.

Человек, следующий по неправедному пути, может быть вычеркнут из Книги Жизни. Каждому человеку воздаётся по делам, что заслужит, то и получит, что посетит, то и пожнёт. В будущем каждому индивидууму будет дано благоденствие или испытание его же мерою, которую он определил для себя, сея зло или добро.

Ноосфера Тонкого Мира име-

ет множество базовых платформ и комплексов глобального Знания, где Информационные Потоки создают геометрические модули — Темпоральные домены, расположенные на трёх Уровнях Временных Осей.

Темпоральный домен ноосферы первого порядка.

Примерно 10 миллионов человек связаны с этим Источником Знания. Это гениальные личности, которые совершают фундаментальные открытия в науке, но при этом служат только Истине и своему божественному предназначению. Это исследователи, духовные личности, современные пророки, все те Высокие Души, которые служат Богу в высоком смысле этого слова, возвышают общество и спасают мир от окончательной деградации.

Темпоральный домен ноосферы второго порядка.

С этого уровня человечество получило знания, благодаря которым совершился технологический прогресс. Эти знания должны использоваться во благо народов Земли и учитывая факторы сберегаемости экосистем. Но данные знания были использованы не должным образом.

На этом уровне записаны тактические задачи использования альтернативных источников энергии и принципы альтернативной ресурсосберегаемой экономики. Но люди не спешат воспользоваться этими знаниями, есть и такие деструктивные системы Земли, для которых главное — прибыль в денежном эквиваленте, чем забота о всех людях планеты.

Темпоральный домен ноосферы третьего порядка.

С этого уровня творческие люди считают мыслительные формы создания своих произведений. Мыслительные образы, идеи, чувства, которые исключают из каналов связи атомы и молекулы. Творческое вдохновение рождает множество эйдосов, с помощью обратной связи они помогают создавать картины, стихи, мелодии. Мысли чёткие, правильные, правдивые пишут историю в чистоте Истины. Мыслительные доброты, любви и красоты непрерывно участвуют в совершенствовании и обновлении ноосферы, только искусство гармоник, этика и эстетика, способны заряжать духовными энергиями Информационное поле Земли и соединять полюса дуальности.

Стела АМАРИС

<https://maxpark.com>

— Внучок, глянь, красота-то какая! Звёзд на небе не счесть.

— Да-а-а, люблю, когда небо такое чистое-чистое! Всё видно! А Макошь-то какая яркая!

— Запомнил, гляжу, Сашка, что Большую Медведицу Макошь раньше называли. Молодец!

— Ага, деда. А правда, что мы одни во Вселенной?

— Нет, внучок. Как минимум, ещё есть сестра твоя Анютка, брат Серёжа, родители да петух соседский, что тебе спать мешает по утрам.

— Я же серьёзно, деда! Вот по телевизору сказали, что на спутнике Юпитера может быть жизнь, воду там нашли. На Марсе жизнь ищут.

— На Марсе ищут, а на Земле губят. Сашок, если люди чего-то не видели своими глазами да не слышали своими ушами, да не щупали, это ещё не означает, что такого нет в природе. Мы знакомы лишь

с крупницей Вселенной.

— А ты веришь, что на других планетах могут тоже жить люди?

— Верю, внучок. Глянь, на небосводе тысячи звёзд. А если посмотреть в телескоп, увидишь ещё больше! Странно считать, что там нет жизни. Наша планета — одна из клеток в организме Вселенной. А Вселенная огромна!

— А почему в школе нам говорят, что мы одни?

— Помнишь, ты про обезьян спрашивал, от которых мы якобы произошли?

— Да... смешно вспоминать теперь, деда!

— Это продолжение всё той же истории. Вот смотри-ка! Если

мы произошли от обезьян, а потом стали такими умными и цивилизованными, а больше никого и нет на свете во всей громадной Вселенной, то что отсюда следует, Сашок?

— Что мы самые-самые! Круче нас не бывает!

— Именно! Значит, всё, что люди сейчас делают, это высшее проявление Вселенского Разума. И не с кем нам себя сравнивать, не на кого равняться. Разве что на предков-обезьян! Так в сравнении с ними мы уж точно на вершине эволюции. Чувешь, хитрость какая?

— Чую! Значит, есть и более совершенные люди, которые живут на других планетах?

— Конечно, Саша! А что, по-твоему, есть совершенство в человеке?

— Наверно, совершенные люди — это те, кто природу бережёт и добрые дела делает. Вот нам на них и равняться нужно!

— Верно мыслишь, Сашок!

— Деда, а может, мы произошли от тех, кто прилетел на Землю из космоса, с других планет?

— Запросто.

— Ух ты! Так если они смогли когда-то давно прилететь, а мы до них даже сейчас не можем, то мы со временем не стали умнее, а наоборот... Сдегидрировались... Слово забыл...

— Деградировали, ты хотел сказать.

Дело поправимое

— Точно, деда!
— А лучше сказать по-нашему — испортиться.

— Да... Но это же дело поправимое?

— Конечно, поправимое! Вот подтянешься по математике да по русскому языку, и всё поправится! Будешь постепенно меняться в лучшую сторону, а потом сам и не заметишь, как станешь сильным, добрым, светлым, умным да справедливым, как наши далёкие предки!

— Я, деда, подтянусь, обещаю! Буду на предков равняться.

— Добрый настрой, внучек, добрый!

— Вот то-то и оно, деда, то-то и оно...

Владимир БОРИСОВ

Сказки Бояна.

Печки-лавочки. Клубок второй
https://vk.com/sovushka_slavobereg

Все потребности человека можно разделить на две категории. Первая — те, которые обусловлены необходимостью существования духовного и личностного роста (еда, жильё, образование, творчество, потребность в контакте с другими людьми, принятии любви и т.д.). Вторая — паразитические потребности, которые способствуют деградации, остановке в развитии: табак, алкоголь, потребности, которые имеют свою избыточность, потребность показать «понты», «вещизм», выделяться за счёт внешних атрибутов, в особенности вещами.

Безудержное потребление, причём мгновенное, сиюминутное (пошёл за угол, взял кредит), без всякого труда развращает, потому что в этом состоянии человек становится животным. Животное живёт инстинктами, удовлетворяя свои потребности и только. Но, в отличие от человека, животное ограничено инстинктами и не будет потреблять сверх меры, а человек будет, поскольку обладает разумом, у него нет границ.

В обществе потребления людям навязывают жить исключительно своими желаниями. Когда мы говорим о покупке при помощи кредита, то предполагается, что у человека нет собственных средств, и он занимает в долг, а это значит, что он не вложил ещё своего общественно полезного труда в «общий котёл», за который получил бы деньги. Любый товар, который мы покупаем в кредит, он уже кем-то был создан, кто-то вложил в него свой труд. И если человек его получает быстро, не вложив труда, то он пользуется чужим трудом просто так, это похоже на паразитизм.

Акцент исключительно на потреблении — это своего рода «возвращение» в детство, в детское состояние. Причём большая часть активности человека будет направлена на удовлетворение избыточных или паразитических потребностей, которые формируются некими «авторитетами». Мы что-то делаем, проявляем в жизни активность только потому, что мы чего-то хотим, к чему-то стремимся. И в этом отношении хотеть можно гораздо большего, чем просто «набивать брюхо». Однако, чтобы человек смог сформировать и сформулировать для себя, что же он на самом деле хочет, ему необходимо быть с собой в контакте, слушать себя, научиться соотносить свои возможности со своими желаниями. Такое умение, как «жить по средствам» или соотношение своих ресурсов, возможностей с жизненными целями и задачами, — один из признаков взрослости. Безудержное потребление, его культ, призывы к нему как раз и нивелируют это умение, что формирует у человека инфантильные черты.

И такие черты довольно часто можно наблюдать у людей в обществе потребления, особенно у молодёжи. Инфантилизация населения принимает всё большие масштабы. В обычной жизни это проявляется как более позднее взросление, ориентация на лёгкую, беззаботную жизнь, неспособность к физическому труду, возрастающее число людей, впадающих в игровую и интернет-зависимость, безответственность.

В психологии есть такое понятие, как ведущая деятельность. Им обозначают деятельность, с которой связано возникновение важнейших психологических новообразований у человека в процессе его развития.



Общество потребления как основа создания незрелой личности

Ведущая деятельность дошкольника — игра, а взрослого человека — труд. Получается интересная параллель: возрастает количество людей, впадающих в игровую и интернет-зависимость, меняется отношение к труду как таковому. У большинства из этих людей меняется ведущая деятельность на ту, которая соответствует дошкольному возрасту. Ещё один переход в детство. И, как следствие этих процессов, увеличивается возраст вступления в первый брак, а также процент тех, кто вообще не связал свою жизнь брачными узами. Брак — это ответственность. А ответственные поступки характерны для более зрелых личностей. Ребёнку не нужен равный «Партнёр», ему нужен «Родитель». «Партнёр» и «Родитель» — здесь, естественно, роли. И, кстати, эта безответственность проявляется не только в сфере построения брачных отношений, но и на самых разных уровнях нашей жизни. Люди боятся брать на себя ответственность.

В обществе, ориентированном исключительно на потребление, меняется отношение к труду как таковому. Особенно молодое поколение, которое вступает в жизнь, внимает этому очень сильно. Появляются новые профессии, которые находят исключительно в сфере услуг, причём большая часть услуг либо избыточна, либо направлена на «паразитические» потребности. Нам постоянно твердят, что жизнь должна быть лёгкой и всё должно быть доступно по нажатию одной клавиши. Можно вообще многого не делать. Всё сделают за тебя. Только нажми на кнопку. Можно даже из дома не выходить, тебе привезут свежие продукты, воду и другие товары, окажут услуги.

Я был свидетелем того, как некая торговая компания предлагала студентам и подросткам работу по анкетированию граждан. За 4 часа работы подросток получал 1000 рублей. И от подростков-школьников, которые были заняты в этом деле, слышал мнения: «А зачем вообще учиться? Можно полдня работать и вообще прилично получать». Вы только подумайте: за 4 часа неквалифицированной работы компания платит больше, чем за то же время получит врач, или учитель, или

какой-нибудь инженер на заводе. Согласитесь, вклад у этих работников по отношению к обществу вообще несоизмеримый.

Неспособность к систематическому труду либо ориентация на «лёгкий» заработок — ещё один признак незрелости. Кроме этого, культивируются лёгкие деньги такими сомнительными паразитическими способами, как продажа красоты, азартные игры и т.д.

Когда незримые авторитеты формируют наши потребности и ценности, то это так же напоминает процесс, когда родители решают за ребёнка, что ему делать и что будет сегодня на обед. Не все взрослые сегодня, не говоря уже о молодёжи, могут себе дать ответ на вопрос, зачем они меняют сотовый телефон, автомобиль, покупая более модную и совершенную модель при том, что старая вполне сносно выполняет свои функции. И разве это можно назвать самостоятельным выбором, когда за тебя решают?

Но главное, чем это всё заканчивается для обывателя, — это зависимость и бегство. Зависимость от уже потреблённых благ, от кредитного бремени. Люди теряют сон, покой, время, позитивные мысли только ради того, чтобы отдать кредиты и найти возможность, чтобы снова «обогатиться», отнеся свои сбережения банкирам, погашая долги. Такое положение вещей формирует у человека ещё одну зависимость.

И, конечно же, бегство от реальной жизни. Бегство в виртуальный мир, в симулякр жизни, виртуальные игры, которые собственно заменяют жизнь, избавляя человека от этой бешеной гонки потребления современного мира.

Что делать

Те проблемы и наблюдения, которые были описаны выше, имеют системный характер и требуют изменений на разных уровнях: духовном, социальном, политическом. Каждый из нас, несмотря на то, что он просто человек, может изменить существующее положение вещей на своём уровне, какую бы социальную нишу он ни занимал.

• Жить по средствам.

Транслировать эту идею не только себе, но и своим детям. На

личном примере показывать им, что жить в долг — это по меньшей мере личная несостоятельность, неспособность планировать, делать выбор, пользоваться внутренней свободой.

• Отказаться от кредитов.

Погасить старые кредиты (если есть) и отказаться от новых. Пересмотреть свои потребности на предмет избыточных (то, без чего вы точно сможете прожить) и паразитических.

Направляйте свободные средства на ваше образование, здоровье, саморазвитие или на образование и развитие ваших детей.

• Искоренять вещизм в вашей семье.

Лучше всего это доносить своим детям и членам семьи на собственном примере.

• Ограничить просмотр телевизора не только детям, но и для всей семьи.

Заменить высвободившееся время чтением книг, совместными занятиями, семейным досугом, самообразованием, спортом.

• Для формирования трудолюбия показывать личный пример.

Когда в семье родители работают, создают социально полезный продукт, это лучший пример детям. Ребёнок должен знать и видеть, чем родители зарабатывают на жизнь, что полезного делают для других.

• Поддерживать у ребёнка-школьника игровую активность, в которой он помогает родителям, делает что-то полезное.

Ребёнок, находясь в окружении взрослых, через механизм подражания моделирует в игре ту деятельность и то поведение, которые видит вокруг себя. Взрослым нужно всячески поощрять такие игры ребёнка, в которых он помогает родителям. Давать ему какие-то простейшие поручения. Важно донести до ребёнка, что он помогает, делает полезное дело, делает его хорошо (вне зависимости от результата).

• Распределение обязанностей. С 5-летнего возраста ребёнку в семье можно давать какие-то простейшие обязанности. Это может быть поливка цветка, кормление кошек, уборка игрушек. За успешное выполнение обязательно хвалить и поддерживать.

• Родителям отказаться от такого мотиватора детей, как деньги

и покупка вещей.

Речь идёт о замене родительского внимания покупкой игрушек или денег. Некоторые родители за хорошие отметки в школе или поведение дают деньги. У ребёнка в таком случае может закрепиться однозначная связь денег с его достижениями. Достижения должны быть для личностного развития, а не ради денег, причём у ребёнка может сформироваться убеждение, что учёба в школе, поведение — это товар. В этом случае важно придумывать другие бонусы для ребёнка, не денежного характера.

• Формирование у ребёнка разумного отношения к деньгам.

Обычно дети замечают, как взрослые в их семьях относятся к деньгам и как их тратят, как умеют ими распоряжаться. В какой степени взрослые могут разумно распоряжаться своими деньгами, так ребёнок формирует к ним своё отношение.

• Для подростков в обязательном порядке обрести опыт самостоятельного заработка.

Желательно, чтобы это был ручной труд. Хорошее время для этого — период летних каникул.

Опыт заработка ручным трудом может быть отличным мотиватором к учёбе в школе. После получения такого опыта подросток может переоценить важность и нужность обучения, получения дальнейшего образования вместо сиюминутной тяги к зарабатыванию денег.

Подросток узнает на собственной «шкуре», как деньги достаются, что с неба они не падают и родители их «не печатают».

Подросток сам заработает свои карманные деньги. К заработанным деньгам совершенно другое отношение, нежели к тем, что достаются даром, от родителей. Как дополнительный эффект — он их потратит более разумно.

• Будьте ответственными.

Личный пример — лучший способ научить ребёнка поступать ответственно.

• Наличие у ребёнка обязанностей.

Обязанность — это не просьба, выполнением которой можно пренебречь. Обязанность всегда предполагает, что имеющий обязанность отвечает за её невыполнение или некачественное выполнение. Степень ответственности, определяется в каждой семье по-своему. Обязанности для ребёнка должны быть адекватны его возрасту, личностным особенностям, умениям и навыкам.

Давать детям свободу только в тех рамках, в которых они могут нести за неё ответственность.

Человек, который не имеет свободы, не может быть ответственным, и наоборот. Ребёнок должен знать, что есть что-то, что в рамках данной обязанности он определяет сам. Свобода — один из немаловажных бонусов для ребёнка.

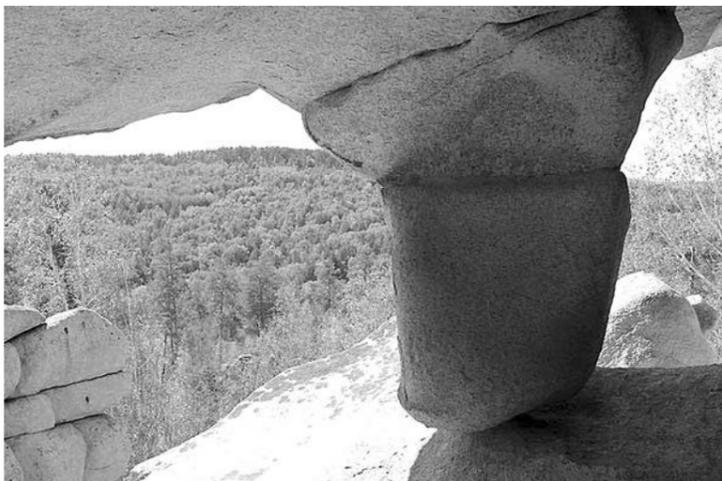
Мы живём в интересное и вместе с тем непростое время. Многие из нас хотят жить лучше и надеются на позитивные изменения в будущем. Считаю, что каждый из нас способен менять свою жизнь, создавать своё будущее. От того, как мы будем реагировать на вызовы современности, как мы воспитаем себя и собственных детей, зависит степень зрелости нашего общества.

Пётр ЗАРУБИН,
психолог

г. Новосибирск

<https://www.b17.ru>

Публикуется в сокращении



Шиханы — немые свидетели потопы

Аракульские шиханы — самый южный скальный массив Среднего Урала и самый высокий (более 40 м). Он расположен близ г. Верхний Уфалей Челябинской области. Своё название Шихан получил от широко распространённого на Южном Урале диалектизма «шихан» и названия башкирской родовой группы «уван» — «высокая конусообразная гора». У подножия Шихана лежит одно из живописнейших уральских озёр Аракуль.

Максимальная ширина цепи 40–50 м, максимальная высота над землёй 80 м (вершина Чемберлен). Южная сторона, обращённая к озеру Аракуль, на всём протяжении имеет высоту около 30–40 м над землёй. Северный склон намного ниже (15–20 м) и положе. Сложен Шихан огромными гранитными плитами и глыбами, отдалённо напоминающими матрацевидные граниты «Семёрки», «Чёртова городища» и скал Петра Гронского. Шиханский гра-

нит имеет большее содержание кварца и, следовательно, более светлый цвет.

Протяжённость стены составляет более двух километров, а высота над уровнем моря превышает 500 м. Сама конфигурация каменного узкого гребня, торчащего посреди тайги, уже навеивает мысли о возможном его искусственном происхождении.

В 2002–2005 годах сводный отряд Южноуральского филиала Института истории и археологии УрО РАН и Челябинского археологического центра под руководством Е. В. Тидеман проводил археологические раскопки на берегу озера Аракуль, в результате была выявлена древняя стоянка Средний Шихан-1 (ранний железный век — Средневековье).

Всего в окрестностях Аракуля известно в настоящее время 13 археологических памятников (от энеолита до второй половины XIX века).

Но на самом деле Шихан — это несколько другое.



Стерлитамакские шиханы

Самый высокий шихан — Тратау (или Торатау). Его высота — 402 м над уровнем моря, а относительная — 280 м. Тратау — самый южный из шиханов. У его подно-

жия сохранились развалины женской тюрьмы, одного из островков ГУЛАГа.

Другой шихан, Куштау, — самый большой по площади. Он имеет форму вытянутого хребта с тремя вершинами. На шихане Куштау (357 м) зимой работает горнолыжная трасса. Так что в холодное время года можно не только насладиться видом красивых гор, но и прокатиться по ним на лыжах.

Самый северный шихан — Юрактау, его высота — 338 м над уровнем моря (или 220 м от подошвы).

К настоящему времени четвёртый шихан Шахтау уничтожен в ходе работ для получения сырья Башкирской содовой компании. Однако известно, что и эта гора хранила памятники археологии.

Так, в 1960 г. при земляных работах на юго-восточном склоне горы было обнаружено погребение. По сведениям сотрудника краеведческого музея г. Стерлитамака Б. В. Склярова, костяк лежал в полускорченном положении, головой на запад, правая рука была положена под голову.

Шиханы, по утверждению учёных, — свидетели пермского моря, которое существовало в древности где-то 285 млн. лет тому назад. Это была эпоха Пермского периода. В то время море простиралось на Русской равнине от Уральских гор до Кавказа.

Здесь можно увидеть окаменевших морских обитателей — кораллы, брахиоподы (плечено-

гие моллюски), губки и т. д. Интересующиеся геологией могут пополнить свою коллекцию интересными экземплярами. По сути, шиханы можно назвать настоящим геологическим музеем под открытым небом. Вдобавок на их склонах встречаются редкие растения, занесённые в Красную книгу.

Шиханы — это горы из гидрокарбоната натрия, пищевой соды. Из природной соды делают кальцинированную соду и другие виды солей для химического, стекольного, металлургического производства и пищевой промышленности. Пищевая сода NaHCO_3 (она же природный минерал нахколит, питьевая сода, бикарбонат натрия) чаще всего получается не при очистке природной соды такого же состава, а химическим путём.

Месторождения природной соды были не востребованы вплоть до начала XIX века. До этого времени её получали переработкой золы морских водорослей и других растений морского побережья.

В общем, сода — это морская осадочная порода, образовавшаяся из разложившихся морских растений и моллюсков.

Так что шиханы — немые свидетели потопы, хранящие много тайн о допотопной цивилизации.

Андрей КАДЫКЧАНСКИЙ,

писатель, историк, видеограф, путешественник, член Русского географического общества
Архангельская область.



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

ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД из Родового поместья Кедр Пензенской области. Мёд светлый, однородный, пластичный, очень вкусный (добавление от редакции).

Цена 3 л — 600 руб.
Высылаем почтовой посылкой. Постоянным покупателям всегда скидки.
Тел.: 8-908-529-7402 — Анна; 8-908-529-7501 — Александр.

НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛЯНО-ВОСКОВЫЕ СОСТАВЫ для защиты древесины от влаги, плесени и УФ-лучей.
ИП Сальков А. В, Респ. Хакасия, ПРП Родники.
Salkov@mail.ru.
Тел. 8-983-152-8490, Артём.

Родовое поместье Котышевых предлагает **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный, гранулированный, собранный вручную с любовью — 200 руб./100 г.
Целебный, 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. 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; земляничные — 130 руб., в пирамидках — 140 руб.

Упакованный иван-чай (фольга, картонная коробка, красивая этикетка) — 150 руб./100 г.
Старинный русский — 150 руб., с корнем девясила, боярышником, черёмухой — по 200 руб. каждого вида; с листом смородины, липовым цветом, берёзовыми почками, таволгой, чабрецом, мятой, мелиссой — по 160 руб. каждого вида; с черникой — 300 руб.
Иван-чай: «Малиновый» — 250 руб.; «Земляничный» — 350

руб.; «Брусничный» — 200 руб.; «Вишнёвый» — 200 руб.; цветочный (с цветами) — 250 руб.; майский — 150 руб.; солнечный (собранный 21–22 июня) — 200 руб.; с имбирём — 200 руб.; с красным корнем — 200 руб.

Можете заказать в группе в ВКонтате <https://vk.com/alexandrovtea>, а также по тел.: 8-912-982-9839, 8-919-482-1034; эл. почта rolina-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, 4–7 лет, 100 руб./шт.; **кедрового стланика**, 220 руб./шт. Саженцы с хорошим комом, заказ от 10 шт., отправка ТК.
САГАН-ДАЙЛЯ, 400 руб./100 г, 3000 руб./кг.

Отправляю по предоплате на карту СБ или с наложенным платежом. Заказы по СМС или на почту: тел. 8-902-563-2564 (ТЕЛЕ2), эл. почта: tsupran76@mail.ru.
Сделать заказ и посмотреть продукцию: eco-trapeza.ru.
Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

Участки, дома

ПРОДАЁМ ПОМЕСТЬЕ 1 га в селе Кучугуры Воронежской области (60 км от Воронежа). В посёлке много молодых семей и детей. Есть дом творчества, где проходят занятия с детьми и коллективные мероприятия.

На участке большой сад: яблони, груши, сливы, вишня, черешня, малина, чёрная смородина; земляника и целебные травы. Есть лес: сосны, берёзы, ели и кедр. С двух сторон участка река Девица. Недалеко есть родник и купель.

В 10 км — районцентр Нижнедевицк со всей инфраструктурой и магазинами. Есть садик, школа, гимназия, музыкальная школа и большой спорткомплекс. Есть также небольшая школа при посёлке,

куда детей возит автобус. Дорога с твёрдым покрытием до границ участка.

Дом 62 м²: гостиная-столовая, зал и две спальни; санузел с туалетом и ванной; новый бойлер; деревянный стеклопакет. Снаружи отделан сайдингом. Есть тепличка, примыкающая к дому. В доме необходим косметический ремонт. Отопление водяное печное. Рядом с участком проведён газ.

Цена 1,65 млн. рублей. Торг при осмотре. Документы оформлены. Телефон, ватсапп: 8-920-420-84-56, Оксана.

ПРОДАЁТСЯ УСАДЬБА 50 соток в живописном экологически чистом месте

Большое подворье, много хозяйственных построек, есть сад. Рядом пруд, родники, лесные насаждения с грибами и ягодами.

В доме (45 м²) есть вода, ванная, туалет, газовое отопление. Дом стоит на окраине деревни, вокруг участка можно брать дополнительно землю.

Имеется трёхфазное подключение, асфальт подведён прямо к дому.

Цена 850 тыс. руб.
Адрес: Белгородская обл. Новооскольский район, село Барсук. Тел. 8-918-445-5710, Елена.

ПРОДАЁТСЯ КРАСИВЫЙ УЧАСТОК 90 соток с выходом к ручью, интересный ландшафт, есть ровные поляны для строительства дома.

На участке посажены вишня, груша, кедр, берёзовая аллея вдоль дороги. На острове с выходом к ручью стоят два улья. Проведено электричество, есть дорога (чистится круглый год).

Прекрасное место для создания Родового поместья.

Адрес: Новосибирская область, Мошковский район, ДТСН Долина Именей, улица Лесная поляна.
Эл. адрес: evstegneeva_katy@mail.ru.

ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ 3,1 ГА (потому что вышла в поселение замуж, решено жить в поместье мужа) в поселении Родники Курганской области. В нашем поселении около 100 участков.

Земля находится в собственности. В поместье высажены сотни растений. Имеются:

Подземный домик «Лисья нора» 3,9х2,7 м, использовался круглогодично. Печь отопительно-варочная системы Кузнецова;
Надземный гостевой домик 3,5х2,5 м. Использовался эпизодически, иногда зимой. Печь отопительно-варочная системы Кузнецова;

Сарай, колодезь;
Электричество 220 и 380 В.
Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Озеро Луданное в 5 мин. ходьбы.

До ближайшей деревушки (половину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5 км. До деревни с почтой и школой — 5 км. До райцентра — 12 км.

Цена 700 тыс. руб., возможна рассрочка. Можем выслать фото, видео и аудио нашего поселения.

Пишите: zzz65@list.ru.
Звоните: 8-906-883-21-04 (Билайн), Надя и Саша.

ПРОДАЮ ПОМЕСТЬЕ, пл. 1,5 га. На участке имеются дом (каркасно-щитовой), баня (каркасно-щитовая), погреб, выкопан пруд. Разработан огород (10 соток), посажен сад (20 соток, плодоносит), по периметру посажены деревья. Участок огорожен забором, есть ворота и калитка.

Земля и постройки оформлены в собственность.

Цена 2 999 999 руб.
Краснодарский край, Северский р-н, пос. Ведруссия, поляна «Южная», 4. Галина Максимовна Горохова (т. 8-918-160-0696). Можно обратиться по тел. дочери — 8-918-332-6961 (Татьяна Михайловна), а также по дом. тел. в Краснодаре — 8(861) 258-50-47.

ПРОДАЮТСЯ ДВА УЧАСТКА в Республике Хакасия, в поселении Родники, каждый по 1 га. Один участок огорожен.

Тел. 8-906-981-5946 — Наталья Сучкова.

ПРОДАЮ ДВУХЭТАЖНЫЙ КИРПИЧНО-ПЕНОБЛОЧНЫЙ ДОМ 8х11 м на участке 1,08 га в Родовом поселении Благодарное (бывшее СДТ «Юбилейное»), ул. Добрая, д. 1 (возможна прописка), в 23 км от г. Волгодонска Ростовской области.

Дом очень тёплый, благоустроенный. Окна пластиковые, двери металлические. Меблирован. В доме: веранда, баня, погреб, летняя кухня + мастерская, прихожая, просторная кухня-столовая, 2 спальни, 2 санузла, на 2 этаже русская печь с лежанкой, подтопком и духовкой. Отопление печное. В бане банная печь. В мастерской — печь-шведка.

Участок огорожен сеткой-рабицей, живой забор по периметру — 500 кустов смородины. Заложены сад: яблони, груши, сливы, абрикосы, черешни, вишни, орехи... Посажен лес: более 200 сосен, более 300 берёз, а также ели, туи, дубы, ясени и др.

Скважина 23 м, вода чистая, питьевая, не кончается сутками. Водопровод — пластик, введён в дом.

В 50 м — река Сал. Берег высокий, сделана лестница на мостки для купания, рыбалки.

Можно подвести электричество за 15 тыс. руб.

Продаю ½ дома, ½ участка.
Цена 500 тыс. руб. Собственник второй доли живёт далеко в Краснодарском крае, устроившись на новом месте. Поэтому дом и участок в полном распоряжении новых хозяев.
Тел. 8-928-112-4790, Светлана.

ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ в поселении Родники Курганской области. Поместье закладывалось в 2003 году одновременно с организацией поселения. Продаю, потому что вышла замуж, решено жить в поместье мужа. В поселении около 100 участков.

Площадь участка 3,1 га. Земля в собственности. Высажены сотни растений.

Имеются:
1) подземный круглогодичный домик «Лисья нора». Внутренние размеры 3,9х2,7 м. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова;

2) надземный гостевой домик. Внутренние размеры 3,5х2,5 м. Использовался эпизодически, иногда зимой. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова;

3) сарай;
4) колодезь;
5) электричество 220 и 380 В.

Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Есть озеро Луданное (от поместья 5 мин. ходьбы).

До ближайшей маленькой де-

ревушки (половину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5 км. До деревни с почтой и школой — 5 км. До райцентра — 12 км.

Цена 700 тыс. руб.
Можем выслать фото, видео и аудиорассказ о нашем поселении.
Тел. 8-906-883-2104 (Билайн), эл. адрес zzz65@list.ru.
Надя+Саша.

ПРОДАЁТСЯ ЭКОБАЗА площадью 3200 м² 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:

блок из трёх шестигранных домиков (по четыре спальных места, оборудованных кухней) с купольной крышей и выходом в общую веранду, далее — в сад;

блок, состоящий из кухни и комнаты на шесть спальных мест с общей верандой;

блок из двух комнат по шесть спальных мест с общей верандой; беседка площадью 80 м²;

беседка 30 м²;

блок, состоящий из комнаты для тренера 16 м² (на 4 места) и аудитории 30 м²;

четыре душевых с бойлерами; старый каменный дом, жилой, с печкой, топится углём. В хутор заведён газ (готовится проект газификации хутора);

хозпостройки;

колодезь, скважина 60 м; стоянка для машин;

плодосающий сад (яблони, груши, абрикосы, вишни, черешни, смородина, сливы);

участок огорожен, по периметру посажены туи, сосны, можжевельники, ясени, осины;

санузлы с унитазами — 2 шт., раковины для умывания — 3 шт. (на улице одним блоком).

пирамида каменная с основанием 4,7 м;

спорткомплекс и площадка под большой каркасный бассейн, батут, место для кострища.

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 обгибает 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 УСАДЬБУ 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 м², жилая времянка, в которую входит баня, комната отдыха 14 м², 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: приглашать 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. Переводой.

Тел. 8-900-252-5070.

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. От участка до трассы примерно 1,5 км, до реки — 500 м.

Стоимость — 200 тыс. рублей. Тел. дом. (842372)6-91-71; моб. 8-908-979-9714.

ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,45 ГА с домом в центре РП Благородия Ярославской области. Дом двухэтажный, кирпичный, 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.

Цена 4,1 млн. руб.

Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

СДАМ В АРЕНДУ ИЛИ ПРОДАМ домик в деревне, в посёлении Любоисток! Срочно нужны хорошие, порядочные соседние 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 Капля, 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 делаем сами.

Тел.: 8-960-592-4325, 8-950-704-3411. Если не дозвонитесь, пишите СМС (связь иногда прерывается, а СМС доходят всегда).

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.

Семена и саженцы

ВЫШЛО СЕМЕНА ЛОФАНТА АНИСОВОГО в вашем конверте. Эта трава — многолетник, медонос, вкусный, целебный чай. Выращиваю лопант уже 60 лет и постоянно пью из него чай, поэтому здоров, а мне скоро исполнится 83 года.

Тел. 8-962-755-3349, после 19:00 (мск). Адрес: 414057, г. Астрахань, ул. Звёздная, д. 25, кв. 22. Прошакову Юрию Игнатьевичу.

Предлагаем **СЕМЕНА ЧЁРНОГО ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Растёт достаточно быстро, морозостоек и засухоустойчив.

Все части 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.

Разное нужное

ПРИГЛАШАЮ МУЖЧИНУ для строительства дома в Родовом поместье. Проживание и питание гарантирую. Брянская область, ПРП Серебряные росы.

Светлана Луковникова, тел.: 8-926-848-2080, 8-977-541-5680.

Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

Новинки



«Озеро света». Сборник стихов. Королева С. 136 с., илл., — 350 руб.

* * *

«Саманный дом и другие постройки из глины своими руками. Древние методы строительства, доступные каждому. Экономично и экологично». Макарова О. 144 с., илл., — 250 руб.

«Живые Духи из дольменов». Шершукова Т. 104 с., ил. — 180 (160) руб.

«Орлиного цвета крылья». Крестьяева 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. — 460 руб.

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., ил. — 200 (180) 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. 272 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., ил. — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., ил. — 300 (260) руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 120 (100) руб.

«Тайны, поведанные волхвом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 80 (65) руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:
• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., ил. — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2». 136 с., ил. — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Геленджикский район Краснодарского края». 144 с., ил. — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковой 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.

«Падали звёздные 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 героини. Побывальщины для детей». Перьков А. 80 стр., цв. ил. — 150 (130) руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грань Кристалла». — 155 (140) руб.

«Часть 2. Творение судьбы». — 155 (140) руб. «Часть 3. Обретение целостности». — 155 (140) руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 (120) руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Землян» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 (40) руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 80 (65) руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте: **КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕТИК: 8-960-650-9990**
— форма заказа в интернет-магазине издательства www.zeninasvet.ru;
— письмо на адрес редакции с указанием названия, количества экземпляров, адреса, контактного телефона;
— факс (4862) 75-27-46;
— (4862) 41-34-22 (автоответчик);
— e-mail: zakaz@zeninasvet.ru
Заказы отправляются почтой по предоплате или с наложенным платежом.

Новинки!



Представляем сборник стихов Софьи Королёвой «ОЗЕРО СВЕТА».

Стихотворения этого сборника рождались как ответы на внутренние вопросы и размышления автора.

Каждый стих, как путеводный клубочек, ведёт нас в глубину — туда, где взору открывается более широкая картина происходящего, где звучит вечно «да» и где даже в пасмурную погоду за облаками сияет солнце.

Пусть каждый, следуя за стихотворным путеводным клубочком, найдёт своё внутреннее ясное небо и другие сокровища. Книга проиллюстрирована рисунками художника Натальи Шиковой.

136 страниц.
Цена 350 руб.

Новинки!



Представляем новую книгу Ольги Макаровой «САМАННЫЙ ДОМ И ДРУГИЕ ПОСТРОЙКИ ИЗ ГЛИНЫ СВОИМИ РУКАМИ. Древние методы строительства, доступные каждому. Экономично и экологично».

В книге описан практический опыт возведения на приусадебном участке жилых и нежилых строений из самана — смеси глины с соломой. Главные условия —

экологичность, доступность и надёжность используемых материалов. Описаны порядок подготовки, этапы работы с саманом. Также даются рекомендации по поиску мест и созданию родников, колодцев. Описываются способы очищения воды для полноценного функционирования организма.

Книга посвящена в первую очередь тем, кто создаёт своё Родовое поместье и проявляет любознательность в смежных областях жизнедеятельности.

В книге описываются различные этапы строительства саманных сооружений: Технология строительства саманного дома; Утепление дома натуральными материалами; Внутренняя и внешняя отделка саманного дома; Различные виды красок, применяемых для окрашивания известковой или глиняной штукатурки; Цокольная тёплая штукатурка; Старинные методы защиты древесины от влаги, вредителей, гниения; Тандыр; Саманная баня; Родник на участке; Уличная печь; Лечебные свойства глины.

Главы книги проиллюстрированы фотографиями и рисунками автора.

144 страницы.
Цена 250 руб.

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,
rod-zem@zeninasvet.ru — материалы для публикации, письма,
yarmarka@zeninasvet.ru — объявления в рубрику «Ярмарка».
Сайт: zeninasvet.ru/rodzem, http://vk.com/rodovaya_zemlya

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна. Редакция может не разделять мнение авторов. Редакция сохраняет за собой право редактирования материалов, поступающих в газету. Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на использование произведения в любой форме и любым способом, если иное не оговорено. За содержание материалов рекламного характера редакция ответственности не несёт. Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-22608. ISSN 1999-2726. © «Родовая Земля», 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. Объем: 8 п. л. Заказ № 1661
Подписано в печать 2.11.2021 г.
По графику — 18.00, фактически — 18.00.
Выход в свет 3.11.2021 г.
Тираж 2000 экз.
Цена свободная.

Хартия Общины

Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение»

№ 3С-5818-7530Л
Земли наших ПраРОДИТЕЛЕЙ в лъто 7530 от СМ3Х [Город Сочи] двадцать седьмое Рамхатъ [17] октября 2021 г.]

ПРЕАМБУЛА

Мы, Находящиеся в живых разумные, правоспособные и дееспособные Мужчины и Женщины/Женщины из крови, плоти и костной ткани осознающие себя Божественным Доверием воплощённым на Земле с осознанием Азъ Есмь, Потомки нашего РОДА, нашего НАРОДА, потомки ПРОВОДТЕЛЕЙ Русов, наследники Царства Русского живём на земле наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ называющейся в разные времена: Древняя Русь, Русь, ПРАРУСЬ/ПРУСИЯ/ ТАРТАРИЯ/ Царство Русское/Российская Империя/Союз ССР/РСФСР/Союз Советских Социалистических Республик/Россия, Хозяева Земли Руси и всех её ресурсов во всех формах и проявлениях, унаследованных от наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов по праву РОЖДЕНИЯ. Хозяева своей жизни, Учредители и Бенефициары своих всех персон, Собственники всего существующего, созданного, произведённого, построенного имущества, собственники всей немущественной, интеллектуальной, личной, церковной собственности во всей полноте и безвозвратно, обладатели Безусловного Суверенного права, Безусловного Непрерывного Высшего Естественного права, Высшей воли и Власти на Земле!

НаРОД – Мужчины и Женщины/Женщины каждый кто изъявил свою Добрую Божественную Волю в настоящей Хартии самостоятельно, добровольно, в трезвом уме, ясной памяти, в здравом рассудке, солидарно в единстве принимаем на себя полное и полное владение, управление, распоряжение землей и всеми её ресурсами и принимаем все наследство наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ повсюду, во все время во всех формах его проявления.

Преисполненные решимости возродить Духовные ценности, приРОДУ, знания и технологию наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов, долготелее активной жизни по Конам Мироздания, хранить и укреплять Здоровье Духовное, культурно-нравственное и физическое, жить в гармонии и Ладу с ПриРОДОЙ соблюдая КОНЫ Мироздания, утвердить основные ценности общества Мужчин и Женщин/Женщин - почитание РОДА, Честь и Достоинство, здоровый смысл, ответственность. Создать условия, при которых соблюдаются безусловно права и свободы Мужчин и Женчин/Женчин и их РОДОВ. Осуществлять строгий контроль, за исполнением, должностными лицами, обязательств, данных Мужчинами и Женщинами/Женщинами, в соответствии с международными договорами и другими источниками международного права.

Объединить наши силы для поддержки Мирового баланса и Равновесия, создать условия, при которых соблюдаются справедливость и уважение, равные и неотъемлемые права являются основой свободы, справедливости, всеобщего мира и безопасности, содействовать духовно-нравственному, социальному прогрессу и улучшению условий жизни при большей свободе, жить вместе, в мире друг с другом, как добрые соседи, использовать международный аппарат для содействия экономическому и социальному прогрессу всех НАРОДОВ Мира.

Объединять и далее осознанных самоопределившихся/самоопределяющихся Мужчин и Женчин/Женчин, Общины в Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», для более успешного достижения целей всеобщего мира и благополучия, развития дружественных отношений между НАРОДАМИ. Согласно Божественного, естественного, суверенного, международного права, Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» и присоединившиеся/присоединяющиеся к нему Общины экстерриториальны и имеют надгосударственный статус, в связи с чем любой и каждый Мо-

нарх, Клан, Орден, государство, страна, строй, партия, гражданин, физическое или юридическое лицо обязаны оказывать содействие и всяческую поддержку Мужчин и Женщинам/Женщинам находящимся под защитой РОДОВ Изначальных и Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» отныне и навсегда.

Настоящая Хартия Провозглашена и закреплена во всех мирах и пространствах

Согласно этому Общине Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» через представителей Мужчин и Женчин/Женчин, собравшихся на Земле наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов, ныне известном как город Сочи, предъявившие свои полномочия, в надлежащей форме, приняли Хартию Общин Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение».

Акт № 1

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- 1. Исключив посредников осуществлять власть непосредственно, путём созидания Общин и Местного самоуправления наделенных полномочиями НАРОДНЫХ Советов которые используют значительную самостоятельность на местах жизни Мужчин, Женчин/Женчин и их РОДОВ.
- 2. Развивать дружественные отношения на основе чести, достоинства, совести, здоровымысли, уважения, самоопределения и ответственности НАРОДОВ.
- 3. Осуществлять МеждуНАРОДное сотрудничество в духовного, культурного, социального, экономического и гуманитарного характера
- 4. Быть центром для согласования действий Мужчин, Женчин/Женчин, Общин в достижении этих общих целей.

Акт № 2

Для достижения целей, указанных в статье № 1, Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» и его участники действуют в соответствии со следующими Правилами:

- 1. Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» основано на принципах Божественного права, Безусловного Суверенного права, Безусловного Непрерывного Высшего Естественного права, Высшей воли и Власти на Земле
- 2. Создание консульств, регистрирующих, лицензирующих и иных департаментов, фондов, ведомств для плодотворного сотрудничества с королевствами, странами, государствами иными правовыми формами и образованиями
- 3. Пользуется на всех Землях наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов, где они ни находились, такой правоспособностью, которая может оказаться необходимой для выполнения функций и достижения его целей. Не устанавливает никаких ограничений в отношении права Мужчин и Женчин/Женчин участвовать в любом качестве и на равных условиях в его главных и вспомогательных ведомствах
- 4. Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» использует на всех Землях наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов, где они ни находились на основании Безусловного Суверенного права, Безусловного Непрерывного Высшего Естественного права, Высшей воли и Власти на Земле, единой формы: "Документ удостоверения личности", "Технические характеристики Средства Передвижения" "Отличительный знак Средства Передвижения" индивидуально для каждой Общины.
- 5. Имеет свой Логотип, Герб и Знамя

Акт № 3

ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ

- 1. Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», вправе обсуждать любые вопросы или дела в пределах настоящих основных положений делать рекомендации участникам Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» по любым таким вопросам или делам.
- 2. Вправе рассматривать общие условия сотруд-

ничества в деле поддержания всеНАРОДного мира и безопасности

3. Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», вправе обсуждать любые вопросы, относящиеся к поддержке всеНАРОДного мира и безопасности, поставленные перед ним любыми королевствами, странами, государствами иными правовыми формами и образованиями, которые не являются участниками и представителями Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», делать в отношении любых таких вопросов рекомендации заинтересованному королевству, стране, государству и иным правовым формам и образованиям.

Акт № 4

Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» организует исследования и делает рекомендации в целях:

- 1. Содействия международному сотрудничеству в области развития международного права;
- 2. Содействия международному сотрудничеству в области экономической, социальной, культуры, образования, здравоохранения /здравоохранения и содействия осуществлению прав и свобод Мужчин и Женчин/Женчин
- 3. Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» рассматривает и утверждает любые финансовые и бюджетные соглашения со специализированными учреждениями, проверяет административные бюджеты таких специализированных учреждений с той целью, чтобы сделать рекомендации заинтересованным учреждениям для полноценного осуществления прав и свобод Мужчин, Женчин/Женчин и их РОДОВ

Акт № 5

Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» устанавливает свои собственные Акт, правила и процедуры, которые публикуются в средствах массовой информации и/или в сети интернет, на официальном сайте.

Акт № 6

Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» образует такие вспомогательные ведомства, которые оно сочтет необходимыми для осуществления своих функций.

Акт № 7

Без ущерба для сторон, Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» вправе, если все стороны, участвующие в любом споре, об этом просят, делать сторонам рекомендации с целью мирного разрешения этого спора.

Акт № 8

Неотъемлемое право Мужчин, Женчин/Женчин и их РОДОВ использовать индивидуальную или коллективную самооборону, защиту жизни своей и своих близких, если произойдет покушение, нападение, в том числе вооруженное, на Мужчину, Женчину/Женчину, Общину, участника, представителя Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение». До тех пор, пока Совет Безопасности Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» не примет мер, в том числе необходимых для поддержания международного мира и безопасности, использует индивидуальную или коллективную самооборону, защиту жизни своей и своих близких самостоятельно. О мерах, принятых Мужчиной, Женчиной/Женчиной Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», при осуществлении этого права на самооборону, должно быть немедленно сообщено Совету Безопасности Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», в соответствии с настоящими Основными положениями, в отношении предпринятых в любое время таких действий. Совет Безопасности Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» принимает меры, какие он сочтет необходимыми для поддержания и/или восстановления справедливости, мира и безопасности. Все экономические и гражданско-правовые споры рассматриваются только в НАРОД-

ном третейском суде Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», где перед рассмотрением спора независимые судьи выбираются из самоопределившихся Мужчин и Женчин/Женчин Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение».

Акт № 9

Мужчины и Женщины/Женщины, Общины Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», которые несут или принимают на себя ответственность за управление территориями, народы которых не достигли еще полного самоуправления, признают те правила, что интересы жителей/населения этих территорий являются первостепенными, и, как священный долг, принимают обязательства максимально способствовать благополучию НАРОДА этих территорий в рамках системы международного мира и безопасности, установленной настоящими Основными положениями, и с этой целью:

- 1. Обеспечивать, соблюдая должное уважение к культуре указанных НАРОДОВ, их политический, экономический и социальный прогресс, прогресс в области образования, здравоохранения, справедливое обращение с ними и защиту их от злоупотреблений;
- 2. Развивать местное самоуправление, учитывать должным образом стремления этих НАРОДОВ и помогать им в прогрессивном развитии в соответствии со специфическими обстоятельствами, присущими каждой территории и ее НАРОДАМ, и с их разными степенями развития;
- 3. Укреплять международный мир и безопасность;
- 4. Способствовать развитию созидательных мероприятий, поощрять исследования и сотрудничать друг с другом и где и когда это уместно, со специализированными международными организациями ради практического достижения изложенных в настоящей статье духовных, нравственных, культурных, социальных, экономических и научных целей.

Акт № 10

Мужчины и Женщины/Женщины, Общины Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» также соглашаются, что в отношении территорий, на которые распространяются действия Акта № 9, должны быть основаны на общем принципе добрососедства, с надлежащим учетом интересов и благополучия НАРОДОВ и остального мира в делах социальных, экономических и торговли. Кроме того, не должно проводиться никакого различия на основе политического, правового или международного статуса страны или территории, независимо от того, является ли эта территория независимой, неподконтрольной, самоуправляющейся или как-либо иначе ограниченной в своем суверенитете.

Акт № 11

1. Всякий договор и всякое международное соглашение, заключенные любым Мужчиной Женчиной/Женчиной, Общиной Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» после вступления в силу настоящей Хартии Общин Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение», должны быть, при первой возможности, зарегистрированы и опубликованы Международным Объединением Живых Мужчин Живых Женчин «Единение».

2. Ни одна из сторон в любом таком договоре или международном соглашении, не зарегистрированных в соответствии с пунктом 1 настоящего акта, не может ссылаться на такой договор или соглашение ни в одном из ведомств Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение».

Акт № 12

В том случае, когда обязательства Мужчин Женчин/Женчин, Общин Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» по настоящей Хартии Общин Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» окажутся в противоречии с их обязательствами по какому-либо другому международному соглашению, преимущественную силу имеют обязательства по настоящей Хартии Общин положений.

В лъто 7530 от СМ3Х двадцать девятое Рамхатъ [Октябрь девятнадцатого дня две тысячи двадцать первый год] Находящимися в живых мужчинами и жен(щиной): опубликование в газете «В Добрый ЧАС» номер 27 (1025) сентябрь 2021

Мужчина с собственным именем © Дмитрий Основатель: Международной Общины «РодаРадье», публичное уведомление о создании в СМИ №8(205), август 2021 газета "Родовая земля". Волеизъявление - публичное уведомление в СМИ от девятого дня июля месяца 2021 г. https://vk.com/d.khara?z=photo134754923_457243407%2Fwall134754923_15204 Самоопределение № 11041976/1460 Мужчин с собственным именем © Сергей Основатель: Международной Общины «РодаРадье», публичное уведомление о создании в СМИ №8(205), август 2021 газета "Родовая земля". Волеизъявление - публичное уведомление в СМИ от девятого дня июля месяца 2021 г. https://vk.com/d.khara?z=photo134754923_457243407%2Fwall134754923_15204 Самоопределение № 30071981/1321 Жен(щина с собственным именем © Елена Самоопределение № 25031980/101/588 Координаты GPS: 43°43'13.11" N 40°00'90.45" E Образована МеждуНАРОДная Община "РАДОлье" Является публичной офертой. Вступает в силу с момента опубликования в средствах массовой информации.

В лъто 7530 от СМ3Х двадцать девятое Рамхатъ [Октябрь девятнадцатого дня две тысячи двадцать первый год] находящимися в живых Мужчины и Жен(щина) МеждуНАРОДной Общины «РАДОлье». Мужчин с собственным именем © Дмитрий Мужчин с собственным именем © Сергей Жен(щина с собственным именем © Елена приступили к осуществлению власти непосредственно, управлению и распоряжению на унаследованных землях, принадлежащих Мужчин и Жен(щиной) от наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов по праву РОЖДЕНИЯ. В радиусе 24 километра, отныне самоуправляемой территории от точки координат GPS: 43°43'13.11" N 40°00'90.45" E, образовали Местное Самоуправление «Весёлое РАДОлье», сокращённое название «МСУ Весёлое РАДОлье», на основании Европейской Хартии о местном самоуправлении. Соглашением №111 присоединились к Международному Объединению Живых Мужчин Живых Женчин «Единение». Утвердили (ратифицировали) Хартию Общин от лъта 7530 от СМ3Х двадцать седьмое Рамхатъ [17] октября 2021 г.] [Город Сочи] Является публичной офертой. Вступает в силу с момента опубликования в средствах массовой информации.

В лъто 7529 от СМ3Х тридцать четвёртого дня Тайлътъ [Сентября тринадцатого дня две тысячи двадцать первый год] находящимися в живых Женчинами опубликование в газете «В Добрый ЧАС» номер 27 (1025) сентябрь 2021 Женцина с собственным именем © Елена самонареченная @Марена Facebook: <https://www.facebook.com/lena.dem2> Самоопределение № 04121979/1079/12 Женцина с собственным именем © Марина самонареченная @Моря Самоопределение № 16071959/1225/282 Женцина с собственным именем © София Самоопределение № 24022010/844 Координаты GPS: 55°50'39" N 37°31'16" E Образована РОДовая Община Семьи Демидовых

«Red Drag», https://vk.com/iddemidova_red_drag приступили к осуществлению власти непосредственно, управлению и распоряжению на унаследованных землях, принадлежащих Мужчин и Жен(щиной) от наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов по праву РОЖДЕНИЯ. В радиусе 24 километра, отныне самоуправляемой территории от точки координат GPS: 55°50'39" N 37°31'16" E, Соглашением №18 присоединились к Международному Объединению Живых Мужчин Живых Женчин «Единение». www.unitequal.com Утвердили (ратифицировали) Хартию Общин от лъта 7530 от СМ3Х двадцать седьмое Рамхатъ [17] октября 2021 г.] [Город Сочи] Является публичной офертой. Вступает в силу с момента опубликования в средствах массовой информации. В лъто 7529 от СМ3Х тридцать четвёртого дня Тайлътъ [Сентября тринадцатого дня две тысячи двадцать первый год] находящимися в живых Мужчинами и Женчинами РОДовой Общины «Добрыня» Координаты GPS: 53°69'78" N 59°20'28" E (опубликование в областной газете «Аргументы и факты» Челябинской области (№ 6 от 10-16 февраля 2021 г.) приступили к осуществлению власти непосредственно, управлению и распоряжению на унаследованных землях, принадлежащих Мужчин и Жен(щиной) от наших ПРАРОДИТЕЛЕЙ Русов по праву РОЖДЕНИЯ. В радиусе 24 километра, отныне самоуправляемой территории от точки координат GPS: 53°69'78" N 59°20'28" E, образовали Местное Самоуправление «УРАлея», сокращённое название «МСУ УРАлея», на основании Европейской Хартии о местном самоуправлении. Соглашением №3 присоединились к Международному Объединению Живых Мужчин Живых Женчин «Единение». Утвердили (ратифицировали) Хартию Общин от лъта 7530 от СМ3Х двадцать седьмое Рамхатъ [17] октября 2021 г.] [Город Сочи] Является публичной офертой. Вступает в силу с момента опубликования в средствах массовой информации.

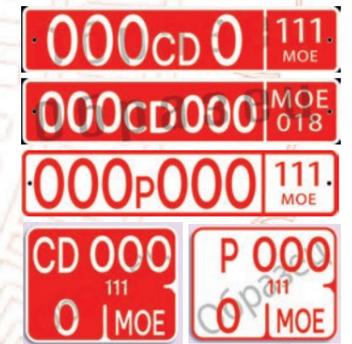
В лъто 7530 от СМ3Х двадцать девятое Рамхатъ [Октябрь девятнадцатого дня две тысячи двадцать первый год] находящимися в живых Мужчины и Женчинами опубликование в газете «В Добрый ЧАС» номер 27 (1025) сентябрь 2021 основатели: РОДовой Общины Семьи Улатовых; Мужчин с собственным именем © Виталий, «Высочайший Манifestъ» <https://www.unitequal.com> (о нас, «+», Со-Создатель ©Виталий) (Публичное Уведомление от 13 июня 2020 г.), Самоопределение № 21112004/278 Живая Женцина (Девчина-девочка) с собственным именем ©Вероника, (Публичное Уведомление от 13 июня 2020 г.) основатель: РОДовая Община семьи Улатовых: <https://vk.com/club193675065>; <https://www.unitequal.com> Самоопределение № 09022012/269 Живая Женцина с собственным именем ©Наталья, (Публичное Уведомление от 13 июня 2020 г.) <https://www.unitequal.com> основатель: РОДовая Община семьи Улатовых: <https://vk.com/club193675065> Международная Община «РАДОСфера»: <https://vk.com/club193661400> владелица персон: «Жарова Наталья Александровна число 05 января 1957 года»; «Улатова Наталья Александровна 05.01.1957» Самоопределение № 05011957

Мужчина с собственным именем ©Сергей, основатель: РОДовая Община семьи Улатовых: <https://vk.com/club193675065>; <https://www.unitequal.com> Самоопределение № 09081981/266 Живая Женцина с собственным именем ©Еліна, «Высочайший Манifestъ» <https://www.unitequal.com> (о нас, «+», Создатель Еліна) (Публичное Уведомление от 13 июня 2020 г.) Социальная страница на Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100042437285931> основатель: РОДовая Община семьи Улатовых: <https://vk.com/club193675065> основатель: Международная Община «РАДОСфера»: <https://vk.com/club193661400> основатель: Международное Объединение Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» <https://www.unitequal.com>,

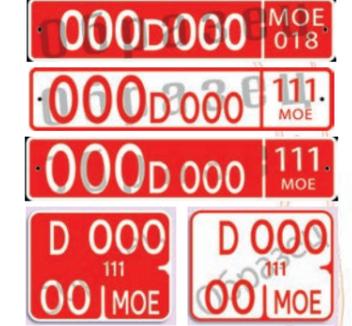
Единые образцы документов, ТхСП, отличительных знаков средства передвижения, используемых лично Мужчинами и Женчинами, индивидуально-Общинами после подписания «Соглашение о взаимодействии» с Международным Объединением Живых Мужчин Живых Женчин «Единение»



основатель: Международный Благотворительный Фонд «Аркона» Живых Мужчин Живых Женчин <https://www.unitequal.com>, основатель: Местное самоуправление «Черноморское Движение» Сочи основатель: МеждуНАРОДная Община «РАДОлье» основатель: Местное Самоуправление «Весёлое РАДОлье» Сочи Самоопределение № 25031980/101/588 Соглашением №13 и №9 присоединились к Международному Объединению Живых Мужчин Живых Женчин «Единение» Утвердили (ратифицировали) Хартию Общин от лъта 7530 от СМ3Х двадцать седьмое Рамхатъ [17] октября 2021 г.] [Город Сочи] Является публичной офертой. Вступает в силу с момента опубликования в средствах массовой информации.



Тип 1 — Отличительные знаки средства передвижения личных легковых автомобилей и мотоциклов Мужчин и Женчин, участников, представителей МОЕ, Общин подписавших соглашение с Международным Объединением Живых Мужчин Живых Женчин «Единение»



Тип 2 — Отличительные знаки средства передвижения легковых, грузовых автомобилей, мотоциклов и автобусов Общин и организаций Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение»



Тип 2 — Отличительные знаки технического средства передвижения легковых, грузовых автомобилей и автобусов Общин и организаций Международного Объединения Живых Мужчин Живых Женчин «Единение»

На правах рекламы. Публикуется в авторской редакции.