

# Родовая Земля

ПЕРВАЯ  
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА  
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 5 (154), май 2017 г.

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



Возврати Любовь в сердце своё! **4** | Важнейшее звено экосистемы **11** | Красота Мира в наших руках **16** | Когда «не лечение» — жизнь **20** | Мальчики — налево, девочки — направо **26** | Игра в игре рознь **28**



**В этом году Круг действующих поселений—2017 проходил в Крыму. Принимающей стороной и организатором выступило Родовое поселение Светлое (Крым), а соорганизаторами — ПРП Синегорье-Ведруссия (Краснодарский край), поселение Ковчег (Калужская область) и Содружество создателей Родовых поместий.**

**К**руг действующих поселений — поистине важное событие в движении развития Родовых поместий. Думаю, что все участники Круга привезли к себе в поселения свет и мощь этого события!

С 31 марта по 2 апреля на Круг действующих поселений собрались представители из 16 действующих поселений от Крыма до Алтая, от Ярославской области и до Ставрополя. Были приглашены представители только из активно действующих поселений. Участники привезли на Круг коллективную (не личную) позицию своего поселения и собрались вместе для осмысливания вопросов развития движения Родовых поместий, для обмена опытом жизни в поселениях и вынесения своих проектов для сотрудничества и взаимодействия.

Итак, на Круге были представлены следующие поселения: Благодарь и Благодарное (Ярославская обл.), Благодарное и Большая Медведица (Челябинская обл.), Лучезарное (Московская

обл.), Ковчег и Милёнки (Калужская обл.), Любодар и Майское (Владимирская обл.), Обережное (Омская обл.), Солнечная Поляна (Томская обл.), Светогорье (Алтайский край), Светлое (Крым), Синегорье-Ведруссия и Сказочный край (Краснодарский край), Ключевское (Ставропольский край).

Вследствие того, что в поселении Светлое общий дом не вместил бы всех участников, то местом проведения Круга был выбран гостиничный комплекс «Смерекова хата» (п. Оленевка, мыс Тарханкут), принадлежащий одному из поселенцев. Для этого участники Круга пересекли весь крымский полуостров до его западной точки.

Организаторы Круга заранее приготовили для участников вопросы для осмысливания в поселениях, ответы на которые участники должны были озвучить на Круге. Также представители поселений могли задавать друг другу докладчикам вопросы, обмениваться мнениями, делиться своим опытом.

На Круге были затронуты следующие актуальные вопросы:

— путь соборности в коллективе и способы решения конфликтов;

— проекты самодостаточности в поселениях и возможности межпоселенческой кооперации;

— решение земельных вопросов;

— популяризация жизни в Родовых поместьях;

— обучение и образование в поселениях;

— создание условий для возвращения Любви в семью.

Слова Павла Щербакова (Светлое) настраивали на осмысливание таких важных понятий как семья, Род, образование, поместье, напоминали, что путь к знаниям лежит через чувства и возвращали нас к прочтению зелёных книжек. Очень интересную практику для достижения согласия и погашения конфликтов провёл Сергей Сарафанов (Благодарное), которую мы повторили с Сергеем в нашем поселении. Особо порадовал доклад Игоря Новосё-

лова (г. Новосибирск) о ресурсе [rodpomestya.info](http://rodpomestya.info). Вдохновила и активно настроила на дела речь Николая Егорова (Ключёвское) о необходимости сбора подписей в поддержку Указа Президента о принятии закона о Родовом поместье. Также Николай Егоров на примере продукции из своего поместья, а семьи Щербаковых и Солдатовых на примере продукции своего поселения показали, как через продажу своих товаров можно популяризовать идею Родовых поместий. Это вдохновляет и радует!

Темы были настолько актуальными, что три дня насыщенной работы Круга пролетели незаметно. Душа откликнулась! Организаторы Светлого сделали всё возможное, чтобы атмосфера Круга была располагающей и душевной. Каждый день начинался и заканчивался добрыми, светлыми песнями вокальной группы РП Светлое, песни звучали в середине дня после обеда. На глазах появлялись слёзы и по коже бежали мурашки от энергии простран-

ства, которое создавали светлые и сильные образы песен. И я поняла, как сила образов может создавать поле и как мы, сонастроенные песнями, можем держать Круг и творить в нём. Это удивительно! Думаю, что каждый участник почувствовал то же. Большая благодарность вокальной группе Светлого за то огромное количество света и тепла, в котором вы все нас искупали, за светлые песни, которые вы поёте всем сердцем! Вы молодцы!

В этом году на Круге действующих поселений была впервые использована онлайн-трансляция, чтобы все желающие могли хоть виртуально, но присутствовать на Круге и получить полезную информацию из первых рук. В первый день Круга было зафиксировано свыше 400 просмотров, а несколько дней спустя, после завершения мероприятия, запись просмотрело более тысячи человек.



# Конфликт как оружие против себя, или Стань миротворцем

■ **Наталья Ладич**

Приморский край  
afalina\_ng@mail.ru

Доброго здоровья всем вам, уважаемые читатели! Как и многие из вас, пытаюсь понять, осмыслить, а порой просто принять то, что происходит в поселениях творцов Родовых поместий.

Мы четвёртый год живём в деревне в надежде перебраться на нашу Полянку. Проходим свой путь к воплощению Мечты, как и все, через определённые этапы или вехи пути, как я их называю. И вопрос отношений как внутри семьи, так и между поселенцами порой встаёт очень остро. И самая острая тема — это проблема конфликта между людьми. А это, согласитесь, очень важный вопрос, так как конфликты не просто тормозят развитие и рост отношений, но порой отбрасывают назад их настолько, что некоторые уже не чают дойти до цели, в пылу битвы за свою правоту потеряв ориентиры. Хочу поделиться с вами своими мыслями и предложениями на эту тему.

**В** основе практически всех разногласий между людьми лежит внутренний конфликт личности. Сложность обнаружения этого внутреннего «диверсанта» заключается в том, что многие из нас не готовы признавать его наличие вообще. Ведь так проще снять с себя всякую ответственность за происходящее. Предлагаю рассмотреть сложившуюся ситуацию с разных сторон.

Творец создал наш мир и человека в совершенном согласии и тесной взаимосвязи со всем сущим, не предполагая ни конфликтов, ни разногласий, напротив — лишь гармонию и единство во всём.

Откуда же «растут ноги» у внутреннего конфликта и в чём его первопричина? В дуальном

восприятии действительности, которая нашла отражение в борьбе и единстве противоположностей, в полярности полушарий нашего мозга, в различии двух основополагающих начал — Духа и Материи, — так ли это важно? Важнее другое — в чём его симптомы, как он проявляется в нас? Чувство неудовлетворённости собой, своей жизнью, нереализованные амбиции рождают внутреннюю агрессию, страх признать себя неудовлетворённым рождает к себе ненависть, которую мы, как «культурные люди», всячески подавляем и, как итог, получаем внутреннего врага в собственном лице, только проецируем его «диверсионную деятельность» на других. И эту «бомбу замедленного действия» старательно прячем не толь-



ко от окружающих, но и от самих себя — авось не «рванёт»?

А что же происходит на самом деле? Человек, раздираемый внутренним конфликтом, испытывает душевную боль и вместо того, чтобы разобраться с источником своих страданий, множит их, не признавая себя их «творцом». Всем нам прекрасно известно, что у каждого из нас своя картина мира, своё мироощущение, подсознательные установки, свои страхи, свои пережитые детские травмы и пр. Но, несмотря на эту, казалось бы, простую истину, мы ждём, а порой даже требуем принятия как основы именно нашей системы координат, и нас зачастую совершенно не волнует, что интересы другого человека, его мировоззрение и даже целая вселенная мыслей и чувств лежат в иной плоскости, чем наша. Пытаясь подстроить другого человека согласно нашим представлениям о мире или «перекроить» чужую вселенную «под себя», мы совершаем насилие.

Как же быть? На сакраментальный вопрос «что делать?», дабы

воцарились мир и согласие, ответ простой: ПРОСТИТЬ СЕБЯ. Начните с этого первого шага на пути к Себе, к своей Душе, к своему Первозданному Образу. Ведь для начала мир и согласие должны воцариться в вашей Душе. Простите себя за причинённую боль, горечь потерь и пустых ожиданий, злость на себя и весь мир — словом, можете простить себя за всё разом, а кому нравится смаковать свои «грехи» по отдельности, советую не заиграться в самосожаление. Отпустите обиды, их груз может стать непосильной ношей даже для самых стойких, это не то богатство, которое стоит копить.

Шаг второй: ПРИНЯТИЕ СЕБЯ. Да, именно таким, какой (какая) ты есть, со всеми своими страхами и надеждами, разочарованиями и глупостью, со всеми достоинствами и недостатками, то есть во всей полноте и совокупности имеющихся в человеке энергий.

И, наконец, шаг третий: ПОБЛАГОДАРИТЕ СЕБЯ за смелость, терпение, любовь к себе и милосердие. Станьте в себе и для себя миротворцами, заройте топор

войны, разберите баррикады и соворите тишину. Возможно, так вы сможете услышать Свою Внутреннюю Мелодию, голос своей Души.

Понимая и принимая себя, нам легче и проще понять и принять другого человека, простить его заблуждения и ошибки. Умение посмеяться над собой, над своими, а не чужими промахами помогает освободиться от чувства собственной важности. Это поистине редкое качество человеческой природы: смех над собой является показателем здорового, критического отношения к себе. Настоящее, истинное единение с другим человеком возможно лишь через единство наших Душ.

Учитесь чувствовать себя и других, желайте себе и другим лишь добра и радости, и вы откроете для себя настоящую радость общения! Просто помните, что есть тысячи дорог от себя и только одна — к Себе. От всей Души желаю вам обрести её, единственно верную, а путеводной звездой на вашем Пути станет для вас ваша Душа.

## Замыкающая Круг

Окончание. Начало на стр. 1.

**П**осле завершения Круга, на четвёртый день, участники совершили экскурсию в Родовое поселение Светлое, которое находится в предгорье Чатыр-Дага, в 20 км от Симферополя. Все вместе мы прошли пешком по поселению, посетили несколько Родовых поместий и духовный центр поселения «Велигорье». И снова перед отправлением домой вокальная группа Светлого пела нам песни, которые пробуждали самые лучшие чувства!

Огромная благодарность организаторам Круга из Светлого — Павлу и Елене Щербаковым, Евгению Макарову, Владимиру Солдатову, а также всем участникам вокальной группы (Солдатовым Владимиру, Оксане, Максиму и Тане, Виктории Камневой, Ольге Петеминой, Дарье Щербаковой, Владимиру Алтунину, Евгению Макарову, Елене Солохиной, Александру и Алёне Колусенко), девушкам, которые кормили нас в общем доме поселения и гостиничном ком-

плексе. Меня очень тронули мудрые размышления о жизни подрастающих Максима, Тани и Даши. Благодарю всех вас, вы — пример, как можно жить одной большой семьёй, единым родом в поселении, как можно сонастроенно взаимодействовать друг с другом, совместно творить и по-настоящему счастливо жить!

Большая благодарность Владимиру, хозяину «Смерековой Хаты» за гостеприимство и предоставление условий комфортного размещения для участников Круга. Теперь я знаю, что где-то на западном берегу Крыма, на мысе Тарханкут есть место, куда можно вернуться и которое хранит информацию прошедшего Круга действующих поселений. Если и вы будете в тех краях, загляните в гости! Желающие, добро пожаловать [www.smerekova-hata.com](http://www.smerekova-hata.com)!

Благодарю сердечно каждого участника Круга за частички опыта и мудрости.

Итоговые мысли Круга:

1. Принятие участия в развитии онлайн-площадки — будущей соцсети — для прямого вза-

имодействия между поселениями (инициатива Содружества создателей Родовых поместий). Ресурс [rodopomestya.info](http://rodopomestya.info).

2. Создание единого образа Школы в РП (ПРП) или площадки, где можно будет обмениваться опытом по темам образования и обучения.

3. Создание ежегодного общегородского праздника (не фестиваля!), который будет подобно Кругу поселений объединять представителей из разных регионов и проводиться в разных местах, передавая опыт.

4. Создание единого календаря открытых событий в поселениях с отдельно вынесенным расписанием обучающих проектов, в которых могут участвовать преподаватели, дети и родители.

5. Разделение программы следующего Круга поселений на мужские, женские и совместные блоки.

6. Создание общей интернет-ярмарки с продукцией из различных Родовых поместий.

7. Запуск цикла небольших программ на радио с аудиторией наших потенциальных едино-

мысленников: интервью и песни (уже были предложены: народное радио «Славянский мир» и радио «Гамаюн»).

8. Организация сбора подписей для Указа Президента России о безвозмездном выделении каждой желающей российской семье или гражданину РФ одного гектара земли для обустройства на нем Родового поместья.

9. Проработка и создание системы региональных кругов поселений.

10. Рассмотрение кандидатуры поселения Белая медведица (Челябинская область) для проведения следующего Круга действующих поселений 2018 г.

Видео онлайн-трансляций Круга можно посмотреть по следующим ссылкам:

День первый — тема «Путь к собранности в коллективе, вече, копа, способы принятия решений, решение конфликтов в поселении, конфликты идеологий», [www.youtube.com/watch?v=LXlh6peU2vE](http://www.youtube.com/watch?v=LXlh6peU2vE);

тема «Опыт и проекты самодостаточности поселений, внутрипоселенческая кооперация, создание общих бизнес-проектов, формы взаимодействия», [www.youtube.com/watch?v=V\\_0gQY560is](http://www.youtube.com/watch?v=V_0gQY560is).

День второй — темы «Предложения по успешному взаимо-

действию поселений», «Как распространять идеологию Родового поместья, общение с властями, популяризация жизни в РП, решение земельных вопросов», [www.youtube.com/watch?v=J207XqRLx6o](http://www.youtube.com/watch?v=J207XqRLx6o).

День третий — темы «Образование в поселениях Родовых поместий, методики, формы обучения, наработки в поселении», «Опыт по созданию условий для возвращения Любви в семью», «Что нужно предпринять, чтобы подрастающие в поместьях дети не ушли в систему, а взрослые дети, живущие в системе, присоединились к пожилым родителям, создающим Родовое поместье?», [www.youtube.com/watch?v=ipJU0H9ZVaA](http://www.youtube.com/watch?v=ipJU0H9ZVaA).

Естественно, что работа Круга не закончилась, она будет продолжена в поселениях. Мечтаю, что мысли, идеи и предложения Круга распространятся по поселениям, приведут людей к согласию и объединят их в совместном процессе развития движения Родовых поместий. Ведь важен каждый из нас. Вместе мы — сила! Мы всемогущи! Так есть и будет!

**Лидия ЛУНЁВА-АХМЕДОВА**,  
участник Круга-2017.

ПРП Синегорье-Ведруссия,  
Краснодарский край.  
[www.ahmedov-rad.ru](http://www.ahmedov-rad.ru)



## Новости «Родной партии»

**16** марта 2017 г. в Москве представители политической партии «Родная партия» приняли участие в проводимом Общероссийским народным фронтом «круглом столе» на тему «Совершенствование использования земельных ресурсов страны».

Цели мероприятия: — привлечение широкого круга экспертного сообщества к обсуждению на платформе ОНФ вопросов совершенствования использования земельных ресурсов страны в современных условиях; — подготовка предложений для органов исполнительной власти по исполнению поручения Президента РФ.

Участники мероприятия: члены Центрального штаба ОНФ, представители Исполкома ОНФ, представители рабочих групп ЦШ ОНФ, представители федеральных исполнительных органов власти, Министерство сельского хозяйства Российской Федерации, Министерство экономического развития Российской Федерации, Федеральная антимонопольная служба, представители общероссий-

ских общественных организаций, представители отраслевых союзов и объединений, руководители сельскохозяйственных предприятий, крестьянских (фермерских) хозяйств, представители научного сообщества, представители поселений, состоящих из Родовых поместий, являющихся членами или сторонниками «Родной партии»: Александр Самохин (ПРП Дуброво, Нижегородская область), Мария Пельменёва (ПРП Ангарские трели, Иркутская область), Антон Лядыгин (ПРП Миродолье, Московская область) и Валерий Сотский (ПРП Дуброво, Нижегородская область). Также в режиме конференц-связи приняли участие представители поселений Родовых поместий с докладами из следующих регионов: Николай Егоров (Ставропольский край), Евгений Бондаренко (Воронежская область), Сергей Кульченко (Новосибирская область), Александр Огнев (Иркутская область), Иван Лебедев (Нижегородская область). Представители поселений из ряда других регионов были слушателями.

На «круглом столе» рассматривались два вопроса:

— обеспечение доступности земель сельхозназначения, находящихся в государственной или муниципальной собственности, для отечественных сельхозпроизводителей;

— снятие ограничений на строительство жилых домов на землях сельскохозяйственного назначения для семей отечественных сельхозпроизводителей.

В рамках «круглого стола» был рассмотрен вопрос — Родовое поместье: понятие, критерии, что строить, где, минимальный размер для строительства и освоения и пр.

Предложено внести новый вид разрешённого использования — Родовое поместье. Данное предложение было поддержано.

Представители ОНФ рекомендовали представителям «Родной партии» представить проект Федерального закона «О Родовых поместьях» для изучения и проработки вопроса реализации проекта с соответствующими государственными органами.

**Пресс-служба политической партии «Родная партия».**

## Итоги конференции в Костромской области

**21** апреля 2017 г. на базе ФГБОУ ВО Костромская ГСХА прошла Всероссийская конференция «Родовые поместья — как один из механизмов устойчивого экологического развития сельского хозяйства». В конференции принимали участие представители администрации Костромской области, начальники департаментов, участники поселений Родовых поместий из Костромской, Владимирской, Рязанской и Смоленской областей, сотрудники Центра естественно-научного развития «ЭКОсфера», сотрудники Филиала ФБУ ВНИИЛМ Центрально-европейская лесная опытная станция, преподаватели, аспиранты и магистранты ФГБОУ ВО Костромская ГСХА.

На конференции обсуждали актуальные вопросы развития Родовых поместий, их трансформации в семейные крестьянские хозяйства с применением технологий экологического, органического земледелия; способы восста-

новления плодородия почв, интродукции новых культур на землях Родовых поместий (княженики арктической, голубики узколистной, лесных и луговых лекарственных растений). Отмечено, что Родовые поместья могут быть одной из форм освоения выведенных из оборота (заброшенных) земель. Жизнь в экопоселении способствует повышению рождаемости и воспитанию здорового молодого поколения. На данной территории актуально малоэтажное строительство с применением более дешёвых энергоэффективных технологий.

По результатам конференции выработан ряд рекомендаций и предложений по правовому и нормативному обеспечению Родовых поселений:

1. С целью совершенствования нормативного обеспечения просить принять областной закон «О Родовых поместьях», признать поселения Родовых поместий новым видом сельских населённых пунктов:

— объединяющих индивидуальное жилищное строительство; — организующих одновременное производство сельскохозяйственной продукции и восстановление экологических систем. В областном законе описать порядок их создания и особенности планировки.

2. С целью восстановления и сохранения плодородия почвы, улучшения водного режима считать обоснованным высаживание лесозащитных полос по границам и внутри участка.

3. Считать, что целесообразно доводить обобщённую информацию о жизни и деятельности Родовых поместий с помощью средств массовой информации.

4. Организовать на базе ФГБОУ ВО Костромская ГСХА курсы дополнительного образования по освоению агропермакультуры на базе органического земледелия.

**Организаторы конференции.**

*Костромская обл., пос. Караваяво, Учебный городок.*

## 45 новых поселений могут возникнуть на Дальнем Востоке

**А**гентство по развитию человеческого капитала на Дальнем Востоке (АРЧК ДВ) составило список 45 мест компактного расположения земельных участков, полученных в рамках программы «дальневосточный гектар», где могут появиться новые населённые пункты.

По словам Министра Российской Федерации по развитию Дальнего Востока Александра Галушки, «подано более 7,5 тысяч коллективных заявок».

Из 45 мест потенциальных поселений 25 находятся в Приморском крае. Наибольшее число, девять, располагаются в Хасанском районе: с концентрацией более 50 участков в одном месте —

пять, более 100 участков — четыре, более 150 участков — четыре. Они сформированы как за счёт индивидуальных «гектаров», так и участков, полученных по коллективным заявкам (от группы граждан до 10 человек).

«Компактное расположение участков объясняется преимуществами того или иного места. Так, Хасанский — это прибрежный район, где люди используют программу, чтобы взять участки для строительства дачи у моря. Пользуются спросом те участки, где поблизости есть инфраструктура», — отмечает Валентин Тимаков, генеральный директор Агентства по развитию человеческого капитала на Дальнем Востоке.

По поручению Минвостокразвития России АРЧК ДВ провело опрос граждан-участников программы «дальневосточный гектар» по теме создания поселений. В опросе приняли участие около 700 человек. 47% опрошенных высказали желание объединиться с другими получателями «дальневосточных гектаров» для устройства совместного проживания — создания посёлка. При этом 37% готовы возглавить и (или) участвовать в организации поселения. Практически все участники опроса (84%) сообщили, что для создания поселения им потребуется помощь в обустройстве инфраструктуры.

<https://надальнийвосток.рф>.

## Приглашаем в поселение

**Башкортостан, Куюргазинский район**

Поселение Благодар находится на юге Башкирии, в 20 км от г. Кумертау. 19 шестиугольных (в форме сот) участков по 1,5 га. Находимся мы среди гор, «в чаше». Местность красивая: леса, поля, горы, чистый воздух.

Рады всем, кто сердцем и душой принял книги В. Мегре.

Контакты: Евгений — <https://vk.com/vedpasechnik>;

Ольга — <https://vk.com/id8306172>.

## Как помочь хозяевам поместья отправиться в путешествие

**В** «Родовую Землю» мы писали восемь лет назад, тогда мы были ещё молодой семьёй (27 и 29 лет) и развивали проект «Родовое поместье с нуля в режиме реального времени: легко, интересно, без затрат».

За плечами есть опыт, которым хочется поделиться с читателями газеты, поскольку все они — наши друзья, хоть мы и не знакомы лично, все они строят или уже даже живут в Родовых поместьях, сея зёрна добра во всём мире.

Итак, за эти 8 лет мы многому научились: от строительства и возделывания земли до заготовки впрок и переработки молока (мы очень любим молочное и готовим всё сами: творог, сметану и масло, сыры всевозможных видов, а также щербет и конфеты; на этом, собственно, и зарабатываем!). Родили двух уникальных детей — девочку и мальчика, как и мечтали (им сейчас уже 4 и 7 лет). Рожали детей дома (в РП), без акушерской помощи и врачей, вполне осознанно и со всей ответственностью.

Но это не всё. Мы завели домашних животных — целую семью! Таким образом, мы «обросли», как говорится, целым хозяйством! У нас сейчас 3 коровы, 8 коз, куры, не считая собак, кошек и рыбок. Хотя есть ещё Живое Пространство: наши насаждения, огород, пчелосемья (погибли этой зимой, к сожалению, но мы всё равно хотим научиться пчеловодству). Разумеется, за всем этим хозяйством нужен глаз да глаз!

Иногда мы хотим куда-нибудь поехать: посмотреть новых людей, новые страны, новый образ жизни ради саморазвития или просто ради смены обстановки. Но мы не можем уехать из РП, поскольку привязаны ежедневными обязательствами по уходу и содержанию животных, а также по домоводству и охране нами созданного Пространства (особенно в летний период).

Все, к кому мы обращались за помощью, или не имеют столь разностороннего опыта хозяйствования (у нас ведь столько видов животных!), или не могут выделить личное время на такую подмогу, хотя, конечно, эта услуга должна оплачиваться нами щедро! На один день ещё можно оставить хозяйство на волю господню, но если мы решили отдохнуть семьёй три дня, неделю или две — как тогда быть?

Насколько могут судить по статьям читателей газеты, такая проблема начала возникать у тех людей, которые строят поместье своей мечты, несмотря даже на праздники, которые время от времени устраиваются в поселениях. Место-то не меняется! А что де-

лать, если есть горячее желание сменить обстановку на время и отдохнуть где-нибудь?

Взять, к примеру, Юлию Жемчужникову. В своём объявлении в апрельском выпуске «РЗ» (раздел «Разное», в Ярмарке, с. 31) она призывает приехать к ней и помочь немного отдохнуть от повседневной работы, от привычных дел (хоть и очень приятных, но обременяющих лишением свободы действий). Цитирую: «Приглашаю гостей пожить у нас в Милом недельку, отпустить хозяев в путешествие». И это объявление не единственное!

Когда в нас нуждаются наши питомцы, мы, конечно, лишаемся свободы действий, перемещения, поскольку понимаем, что в ответе за тех, кого приручили. И вот у нас родилась идея, как можно решить эту проблему для всех людей, которые столкнулись с ней! Поскольку это актуально для нашей семьи, мы решили с себя и начать: организовать услуги по домоводству и хозяйствоведению на время отсутствия хозяев. Ведь это же так просто!

Нужно подобрать людей (желательно семейные пары), которые бы имели определённые навыки ведения хозяйства и дома и страстно желали бы познакомиться пожить на земле (ведь многие просто боятся этого!). Также помощь могут оказывать люди, которые хотели бы путешествовать и одновременно получать опыт, попутно зарабатывая на труде, связанном с хозяйствоведением и домоуправлением.

Может, у кого-то уже есть опыт в этой области? Прошу, отзовитесь! Хотелось бы знать, как читатели (строители Родовых поместий) решают такие вопросы, какие есть результаты и конструктивность таких решений. Заранее благодарны за ваши отклики, друзья!

Мы сами с удовольствием ответим на все вопросы, касающиеся нас самих непосредственно: нашего образа жизни, деторождения, воспитания детей, их образования, а также наших принципов домоводства, хозяйствоведения, даже строительства, поскольку мы практики и постоянно совершенствуемся.

Желаю всем быть здоровыми, энергичными и жизнерадостными! И чтобы ничто не омрачало вашего счастья жизни на Земле!

С уважением,

**Ирина ТЕРЕНТЬЕВА.**

Тел. 8-923-34-94-380,

Родовое поместье Лесное,

Емельяновский р-н,

Красноярский край.

[rp.lesnaya@mail.ru](mailto:rp.lesnaya@mail.ru)



# Без Любви всё ничто!

Здравствуй, люди добрые! Давно являюсь читателем «Родовой Земли», занимательные бываю статьи в газете, даже очень. Интересно читать фундаментальную информацию, мощную, идущую от источника, глубоко знающего тему, и душа на неё откликается, и не сомневаешься, что так оно и есть или было. Нравятся статьи, в которых люди делятся своим опытом и которым есть что показать. Если же в статье просто эмоции или умственные рассуждения, основанные на чужом опыте, тогда неинтересно. Конечно же, у каждого свои вкус, опыт и интересы...

Я очень активен включился в движение «Звенящие кедры России», так как много лет до выхода книг В. Мегре находился в поиске смысла жизни, и моя библиотека состояла из христианской, индуистской, буддийской литературы (Е. Блаватская, Е. Рерих, Штейнер, Ошо, Кастанеда и др.), потом пополнилась современными авторами (С. Лазарев). Но только информация Анастасии всё расставила по местам, и живая картина бытия развернулась перед моим взором во всей красе.

Но гладко было на бумаге, да попали на овраги. Реализация идей Анастасии пошла со скрипом, оказалось, что, читая одну и ту же книгу, каждый видит свой образ, и действия у всех разные, стало быть. Вот и любимая «картинкой» из басни Крылова «Лебедь, рак и щука».

Сейчас я отошёл от всей общественной деятельности, потому что, по моему убеждению, эта деятельность представляет собой бутафорию, ну как бы игра. Нет, я не кричу, люди действуют с энтузиазмом, горят, что называется, конечно же, и результаты какие-то есть, и для кого-то они «выше крыши».

Просто я максималист и хочу большего! Я понял, что суть

изложено в книгах В. Мегре не в обустройстве образа жизни, ну и прочих оздоровительных мероприятий, а коренное изменение отношения людей между собой, отношение человека к семье, детям, к Природе, Земле, Космосу! А для этого нужно не играть, а сесть в круг и, глядя друг другу в глаза (без СМС и других форм посредничества), сказать, то есть прийти к решению, что вот с этого момента принципы наших отношений строятся исходя из изложенного в книгах, вот наш камертон. И пока мы вместе, мы должны следовать этим принципам, а дома пусть каждый делает так, как считает нужным.

Вот такой максимализм. Более 10 лет я действовал в этом направлении, теперь пришёл к твёрдому убеждению, что, «прежде чем объединяться, нам надо решительно размежеваться» (В. И. Ленин). Я решил, что, лишь материализовав задуманное лично (живое Пространство, гармоничная семья и т. д.), можно привлечь внимание других, если оно хорошее. Важен только личный рост.

Как подтверждение намерению перед внутренним взором предстало такое видение: Земля — такой серый шарик, и вот на нём по всей поверхности появляются цветные точки, и эти точки разрастаются в большие цветные пятна и соединяются. И вот весь шарик — Земля — уже полностью разноцветный, яркий! Понятно, что это образ будущего Земли, снова ставшей райским садом. А началось возвращение через личное очищение и духовный рост каждого человека.

По-моему, сейчас в среде анастасиевцев доминирует технический подход к реализации идей Анастасии: вот составили подробный план Родового поместья или поселения, или вот прописали (и на собра-

нии большинством голосов утвердили) семейный уклад или прогрессивную школьную программу — и вперёд. Часто используется административный и управленческий элемент и принцип: большинство всегда право (51% от кворума).

На всяких собраниях постоянно звучит тема: как бы нам так организовать управление в коллективе, чтобы хорошо получилось? Но всё не выходит хорошо, и все продолжают экспериментировать.

Размышляя на данную тему, записывал главное, думал: может быть, пригодятся мои мысли кому — мне, внукам, правнукам? Решил поделиться своими мыслями с читателями газеты. Вдруг кто в моих размышлениях свой ответ найдёт?

В общем, кто о чём, а я о Любви.

Если человек не имеет Любви в сердце своём (а это видно сразу, в таком человеке нет доброты, мягкости, приветливости), то его близко нельзя подпускать к какому-либо хорошему делу, потому что это не станет богоугодным делом.

Бог творил с Любовью, человек — дитя Божье, и программа жизни в нём божественная изначально, а значит, творить он может, лишь следуя сценарию Отца, то есть с Любовью!

Без Любви человек может лишь вытворять, то есть безобразничать, и тогда от лукавого сей труд.

Построить Родовое поместье и тем более поселение РП, а также создать школу «Счастье» обычным способом, то есть технически, невозможно. Построить, создать данные объекты доступно лишь людям, находящимся в состоянии Любви. Эти объекты можно лишь сотворить. А творчества без Любви не бывает, ибо творчество есть ипостась Божья, и творить может лишь Бог и дети Его — люди!

Бог с Любовью творил, а после всю её человеку отдал, и стал тот Человеком. А без Любви человек и не человек вообще, а только видимость одна, форма, набитая программой. И управляется такой человек сущностями, которые эти программы создали. Тогда программы управляют человеком, а не промысел Божий.

А Божий человек наполнен Любовью, и она притянет к нему зеркало жизни его и поступков его, которая половина его, и в этом зеркале он увидит отражение своё и свет Любви своей. А если нет Любви в этом человеке, то увидит он в зеркале этом, которое половина его, рожу безобразную и поймёт, что нет Любви в нём. А если не поймёт, то скажет, что зеркало кривое, и выбросит его вон и другое начнёт искать. А в другом снова непотребное. И снова будет новое искать и разочаровываться, пока не поймёт, что зеркало лишь отображает его самого. А кто не поймёт, так и будет страдать и искать несбыточное и уйдёт из жизни в страданиях и невежестве.

Человек сам по себе есть энергетический потенциал: мужчина «+», женщина «-», притянувшись, они создают полноценную единицу, способную рожать новое, себе подобное, Богом определённое.

Семья — божественная единица, и Любовью согреваемое в ней Божье прорастает. Если нет в семье Любви, то и семьи нет, и в этом союзе двоих чертополох растёт, и дети не от божественного рождаются; тут иное, неполноценное, бракованное, и браком такой союз называется.

Кто проснулся и осознал необходимость перемен, поймёт, что нужно прежде всего Любовь вернуть в сердце своё, и будет думать, как сделать это, и целью первоочередной это станет для него, и действовать он начнёт.

А когда вспыхнет Любовь в сердце его и станет он добрым, то захочет дарить, а не торговать, дружить, а не управлять. Тогда сможет этот человек сотворить Пространство Любви, построить поместье Родовое и живым рисовать начнёт — деревья высаживать, а не особняки многоэтажные на своём поместье строить.

И будут радоваться люди живому, растущему на своей земле, своей рукой посаженному, а Землюшка блаженствовать будет, выздоравливая, а не стонать от ран — прудов, зияющих без воды на гектарах новых поселенцев, не кряхтеть под грузом теремов многоэтажных, похожих на Вавилонские башни.

И станут люди массово высаживать деревья на Земле-Матушке не для выгоды своей, а для самой Земли и во имя Любви и Вечности. И сотворят люди с пылающими Любовью сердцами школы «Счастье», где, общаясь с живыми мыслями Творца, дети постигать станут мудрость Его! И тогда вернуться люди, проснувшиеся от векового сна, к божественным первоисточкам в сознании своём и в образе жизни своём. И вернётся к людям тогда в полной мере божественная природа их. И снова начнут понимать люди Бога, а значит, и друг друга понимать, став единомышленниками.

Одним словом, я понял, что сначала нужно позаботиться о возвращении Любви в сердце своё, а уж потом новое строить. И только тогда оно новым будет. Ведь говорил Иисус, что новое вино (идеи) нужно в новые мехи (сознание) наливать, иначе не будет проку от этого нового вина.

Вот такие мысли пришли ко мне, и я поделился с вами, люди добрые.

**Константин ЖИВОВАТЮК.**

Краснодарский край, п. Ильский

## Дарим лес

Для привлечения внимания граждан и власти к участию в решении экологических проблемных вопросов 2017 год объявлен Годом экологии.

Весной во многих городах России проходят акции посадки деревьев, организованные по инициативе Федерального агентства лесного хозяйства.

В рамках проекта «Дарим лес», идея которого принадлежит активистам международной организации «Искусство Жизни», при поддержке Управления лесами Орловской области в апреле 2017 г. в дер. Подмаслово Залегощенского района прошла посадка саженцев сосен и дубов. Волонтеры приехали из Орла и Мценского района (поселение Междуречье).

Всего в акции участвовало около 100 человек, было посажено более 30 000 деревьев.

Несмотря на сильный и холодный ветер, участники были полны энтузиазма. Помогали все: дети собирали сухостой на костёр, где готовились вкусная вегетарианская пища и горячий травяной чай; собачка рыла яму, лоя мышек, и размер ямки был прилич-



ный, чтобы потом поместить туда пищевые отходы.

Посадка зелёных живых саженцев приносит Счастье. Участники получили незабываемый опыт прикосновения к самой природе, помощи ей не на словах, а на деле!

В рамках проекта «Дарим лес» на территории различных регионов нашей страны в 2017 году планируется высадить 1 000 000 и более деревьев.

Задача проекта — объединить волонтеров из разных уголков

России и вовлечь как можно больше городов, максимально расширив географию проекта — от Владивостока до Калининграда — и, двигаясь вместе, с большим энтузиазмом и сильнейшим командным духом, поддерживая и вдохновляя друг друга, реализовать задуманное!

На сегодняшний день в проекте участвует 31 город, присоединяйтесь и вы!

**Елена ЧУМИЧЕВА.**

г. Орёл.



# Как хрупкая девушка в одиночку переехала в деревенский дом

**П**олгода назад благодаря личным стараниям и помощи друзей у меня появился дом, в котором я сейчас постоянно живу и откуда езжу четыре раза в неделю на работу в Минск. Полгода до 17 мая (2016 г.) прошло в усиленных заработках, поездках, переживаниях и сложностях выбора, минутах отчаяния и моей безконечной настойчивости. Понимала ли я на момент покупки, какой груз ответственности и забот приобретаю вместе с желанной жизнью на природе в своём доме и насколько изменю свою жизнь? Да. Сожалею ли о своём выборе? Нет.

Но статья не о том, что всё идеально, мол, птички, зайчики, цветочки — и никаких проблем. Нет. За каждой красивой картинкой стоит абсолютно реальный мир, далеко не идеальный, как и мой домик, и я вместе с ним, — и слава Богу. Ведь многие встречи в жизни не смогли бы произойти в идеальном мире, приторном и скучном. Невероятные сами по себе, они как раз и даны для того, чтобы получить свой жизненный опыт, помочь друг другу измениться, подарить тепло и стать чуточку лучше. Даже если это непросто. О чём это я? О встрече со своим домиком, хотя и не только.

Сколько я слышала реплик о том, что мы, «переселенцы» в деревню, агитируем окружающих на такие же «необдуманные» поступки, не подкрепляя свои решения чёткими, конкретными выкладками. Мол, приехали в деревню из города, но так и не создали мир, достойный жизни цивилизованного человека. Любители городского комфорта и уюта видят в нашем «бегстве» абсолютное неумение по-настоящему обустроить свой быт. Мне кажется, это не совсем так. Я люблю комфорт, могу изменять окружающее пространство под себя и готова в подробностях поделиться с вами своими достижениями.

Итак, что сделано? Сразу после покупки и совместной с друзьями и родными чистки дома от старых вещей первое, что я сделала, — повесила гамак в саду, картину на кухне, поставила на столе цветы. И осталась нечестно под пение соловья. Ведь любое серьёзное дело лучше начинать с маленьких радостей. Так, на следующий день утром всё началось с оторванного кусочка обоев. С того момента и до ноября, собственно говоря, и длился ремонт с перерывами на эмоциональный и физический отдых.

За это время выкопали колодец и канализацию, провели в дом воду со всеми коммуникациями, сделали ванную комнату с душем и местом для стиральной машины. Потолок вычистили от песка и листьев, заново утеплили. Стену за душевой с улицы утеплили и обшили. Во всём доме поменяли проводку, провели Интернет. В прихожей и на кухне убрали лишние перегородки. На кухне со стен сняли обои, вымыли стены, покрасили брёвна в белый цвет.

Одну стену зашили, сделали столешницу, положили плитку, поставили мойку и повесили пару полошек. Подключили газ и га-



**Ева Гилевич — репетитор по английскому и белорусскому языкам. Переехала в недавно купленный деревенский дом и ничуть не жалеет о таком выборе.**

зовую плиту. Отремонтировали печку с лежанкой — моя ещё одна сбывшаяся мечта. Во всём доме сняли прибитую вагонку — открылся невероятной красоты тёмный потолок старого стиля. В большой комнате стены обшили, оклеили обоями под покраску — теперь они просто белого цвета. Во дворе убрали лишний хлам, летнюю кухню пока приспособили под дрова.

Что-то делали своими силами с друзьями и родителями — огромная им благодарность! Для другой работы, безусловно, наняли специалистов. Основной объём работ, чтобы можно было жить в доме, сделан. Теперь остаётся наводить и поддерживать красоту. И радоваться абсолютно иному качеству жизни, несравнимому с жизнью в квартире. Свой дом, сад, лес и речка — это потрясающая личная территория, которой так не хватает в городе. Чему каждый день я не перестаю радоваться. Далеко не всё за эти полгода давалось легко. Ведь я не строитель, не прораб и просто не мужчина, а хрупкая юная девушка, хоть и с твёрдым характером. И были моменты, когда на фоне полного развала в доме, ограниченности ресурсов и дикой усталости от хлопот у меня закрадывалась мысль всё бросить и уехать. Но я справилась и очень этому рада.

Что ещё предстоит? Что касается мебели, то сложилось так, что в доме изначально были пара антикварных стульев, два старых шкафа и сундук. Теперь ещё есть старые живые часы, лампа, лавочка, вышитая шторма на печке и буфет. Часть этого — подарки моего хорошего друга, который познакомил меня с продавцом старой мебели. И некоторые вещи уже куплены у него: у каждой своя история, свои царапинки и своё неповторимое лицо — мне это очень нравится. Кухню ещё ждут круглый стол и подвесные шкафы. В планах в доме облагородить прихожую, сделать её тёплой и уютной. Хочу разместить там свою маленькую коллекцию антикварных вещей, связанных с лошадьми со спальным местом и камином.



Во дворе планирую убрать лишние сараи, один-два самых крепких вычистить и оставить под баню и конюшню. Да, я очень сильно хочу завести лошадь — моя давняя мечта, которую планирую осуществить после зимы.

Чего боюсь? Сильных морозов. Хотя и к ним я готова: печки в рабочем состоянии, дрова заготовлены, обогреватель припасён, лопата ездит со мной в машине, друзья на подхвате. Надеюсь, что справлюсь. Время покажет.

Что изменилось? Конечно, без эмоциональных и душевных перемен тоже не обошлось. Домик научил меня большей ответственности и собранности. Безусловно, изменился и ритм жизни. Поначалу было очень тяжело найти золотую середину между городом и природой. Только привыкнешь к одному — уже нужно настраиваться на другое. Бывало даже так, что утром лежишь с закрытыми глазами и думаешь: а где это сегодня я? Но теперь мне удалось, я ловлю дикий кайф от поездок в энергичную столицу, работы с учениками, встреч с друзьями, культурных мероприятий, общения с людьми. А потом наслаждаюсь возможностью после всех этих впечатлений вернуться в свой тихий и уютный закуток, в свои родные Пески. Отдохнуть тут, побыть наедине с собой и природой, привести мысли в порядок, набрать

же несмотря на то, что сам дом — не новострой. Печки топились, снег чистился, машина заводилась, жизнь шла своим чередом.

Поэтому, оглядываясь назад, понимаю, что было больше страхов, чем настоящих причин, чтобы не перезимовать. На самом деле ничего дико трудного в этом нет. Нужно лишь предусмотреть всё заранее: купить дрова, проверить утепление и печки, подготовить машину к зиме.

За 9 месяцев жизни за городом у меня в гостях перебивало больше друзей и знакомых, чем за последние пару лет моего проживания в столице. К счастью, скучать не приходится: выходные практически всегда заняты приёмом гостей, да и в будни тоже бывают, даже зимой. Про весну и лето и говорить нечего. Скоро придётся составлять график посещений на месяц вперёд!

Дикая природа за окном, комфорт в доме и душевная компания — за этим и приезжают люди. Ну а когда гости не едут ко мне, то я иду в гости к друзьям, которые живут по соседству, — на кофе, кино, прогулку к речке и просто поболтать.

Существует стереотип, что деревня вымирает. Возможно, в традиционном понимании деревня — большой колхоз из множества домов в одну линию — и правда отживает своё. Но зато на это место приходит явление соседствующих и кооперирующихся между собой полухуторов и хуторов, что намного интересней. За последнее время я имела счастье познакомиться с большим количеством взрослых, умных, состоятельных и самостоятельных людей, которые тоже переехали из города и живут, работая в сфере туризма и околотуристических услуг, знают историю и колорит местных земель, гордятся своей маленькой родной и понимают, что здесь совсем другое качество жизни. Это невероятно сильные и интересные личности, за которыми и есть будущее маленьких деревень.

Многие мне говорят, что всё равно такая жизнь в деревне надоеет. Нет! Дом — это безконечное творчество. Небольшой зимний перерыв, и я уже рисую планы насчёт камина в прихожей, плиточки на входе, второго этажа с мансардой, качелей, бани, беседки, конюшни, соседнего участка... Главное, чтобы на всё хватило энергии и сил. Ведь такое творчество никогда не надоеет. Тем более, когда слышишь от гостей самый искренний и тёплый комплимент: «Вот бы тут жить!»

Ну а насчёт переезда за город всерьёз думают уже многие из моих знакомых. А вы? Возможно, для кого-то моя история — повод улыбнуться и покрутить у виска. Ну а для кого-то, надеюсь, это повод сделать шаг в сторону переезда за город, если есть желание, но не хватает решительности. С радостью поделюсь своим опытом. Если чувствуете, что хотели бы жить на природе, — дерзайте, при наличии желания и стандартных возможностей всё абсолютно реально.

...Зима, кстати, выдалась отменная — с 15 октября что надо. Настоящая проверка на прочность, чем все и пугали. Минус 38 градусов мы пережили, полёт нормальный. Ничего не промёрзло: ни вода, ни канализация, да-



# «В деревне я — дома!»

Случаи, когда люди уезжают из села в город, известны каждому, этот «исход» продолжается в России уже многие века. Переезд целого поколения из города в село — дело гораздо более редкое. Особенно когда такие резкие перемены происходят в жизни не уставшего от мирской жизни миллионера, мечтающего о фермерстве, а в жизни обычной женщины. Мария Головина из Кемерово решила на переезд.

В Кемерово, где Мария Головина жила вплоть до 2015 года, её все знали. Мария — логопед-дефектолог, она руководила «Службой лечебной педагогики», работала с детскими с ограниченными возможностями здоровья, активно занималась благотворительной и общественной деятельностью. И вдруг, неожиданно для всех, Мария уезжает в село Чумай — на свою малую родину. Но о ней самой и о её проектах начинают говорить и писать ещё больше.

**— Мария, когда у вас появилось желание вернуться обратно в село? И главный вопрос — для чего?**

— Из Чумая мы уехали, когда мне было 15 лет. Уезжать я не хотела, просто так сложились семейные обстоятельства. Желание жить в родном селе у меня было всегда, но оно зависело от двух важных вопросов: жильё и работа. К тому же мой муж не хотел переезжать, и я всегда считала, что выбора у меня нет. В селе надо жить с мужчиной — на этом убеждении я выросла.

Принять решение жить в Чумае мне удалось в 2014 году. Это случилось на пике успеха в Кемерово, когда всё обещало стабильные перспективы в городе. Решиться мне помогла многолетняя психотерапевтическая работа над собой. Психотерапией я занималась по роду профессии, потому что в работе с детьми и родителями важно осознавать природу эмоций и чувств, которые возникают в отношениях.

Для чего я уехала в Чумай? Я реализовала мечту своего детства, это моё место силы — проверено годами. В селе живёт мой дядя, мы каждое лето вели здесь огород и делали заготовки. Новый год старались тоже здесь встречать, собирая всех родных.

Конечно, просто осуществить свою детскую мечту — это не «повзрослело». Где-то с 2007 года я начала строить планы о создании в Чумае гостевой усадьбы. Ко мне туда часто друзья приезжали, туристы по Кие каждое лето сплавляются, так что я понимала, что наше село притягательно и его расположение на стыке гор и долины создаёт здесь особенный климат и атмосферу. В общем, я поехала в Чумай строить гостевую усадьбу «Марусино». У меня были 1,5 миллиона рублей от продажи квартиры, моя профессия и детский опыт жизни в селе. Ну и сильное желание реализовать свою мечту!

**Для справки.** Чумай — село Чебулинского района Кемеровской области. Расположено на левом берегу реки Кия — левого притока реки Чулым (бассейн Оби). В центре села протекает река Чумай. Население — около 1300 человек. Площадь — 9 кв. км, 15 улиц.

**— А как же муж?**

— С мужем я к тому времени разошлась. Он считал, что я должна меньше работать, больше времени находить дома. У него был другой запрос к функциям жены. Я же решила, что самореализация важнее, и, рыдая, уехала.

**— Как отнеслись к вашему решению уехать из города ваши близкие и родные люди?**

— Мои родные хорошо ме-

ня знают, поэтому спорить никто не стал — это бесполезно. Дети загрузили, для них встал остро жилищный вопрос — они теперь снимают квартиру. Хотя сын пытался настроить невестку на жизнь в селе, но она устояла. Мама считает, что по сути я правильно сделала.

Условия пока трудные. Мама помогает больше всех, потому что она на пенсии и ещё полна сил, сын приезжает, когда не работает. Он начал на нашей усадьбе свой проект — строит курятник. Сноха приезжает реже. Больше всех радуется внук Тимур, ему весной три года будет. Он гоняет собак и кошек, знает их клички, копает то снег, то песок и носит с бабушкой воду из колонки. У него здесь масса занятий!

**— Ну а как оценили ваш приезд жители Чумая? Как они воспринимают те новшества, которые вы привносите в жизнь села?**

— Мой одноклассник, проживающий в Чумае, назвал меня душой. Подруга, которая всю жизнь мечтает уехать в город, смирилась, но относится со скепсисом. Глава местной администрации, агитирующий всех уехавших чумайцев на переезд в село, был шокирован — кроме меня, у него ни с кем не получилось.

Сначала было много открытого недоверия, у некоторых оно и сейчас сохранилось. Я ведь приехала не тихо, а сразу с проектом «Арт-бухта» — места детского творчества. Бюджетники боялись за свои рабочие места, особенно учителя, поэтому приняли меня и проект в штыки. Хотя мои родители работали в этой школе учителями, а мама уезжала из села с должности директора школы, но школа я была точно не нужна.

**Для справки.** «Арт-бухта» — это что-то вроде сельского Дома творчества. В обычной избе по выходным для местных детей проводятся мастер-классы по всевозможным направлениям — от столярного мастерства до выпекания булочек. С момента открытия чумайские ребята приходят сюда просто пообщаться со взрослыми и между собой. Занятия проводят местные мастера и приглашённые из областного центра. Ремонтировать избу под «Арт-бухту» приезжали кемеровские друзья Марии Головиной и Елены Митрофановой — партнёра проекта.

Сейчас ситуация в отношении сильно изменилась со всеми бюджетными учреждениями и с частью населения. «Арт-бухта» селу необходима, это стало очевидным. Сюда ходит очень большое количество детей, и их никто не прину-

ждает. При этом никто из взрослых пока не приходит помогать на субботниках, хотя родители рады, что есть дом для детского творчества. Только одна семья многодетная помогает — Алексеенко, они приехали в село года три назад.

Вообще на словах поддержки больше, чем на деле. Люди в селе чувствуют себя «брошенными», «второсортными»: совхоз-миллионер пришёл в упадок, работы нет. У людей нет общности, нет нравственных ориентиров. Осталось



только прошлое, как они считают, в нём и живут. Поэтому увидеть что-то хорошее и полезное рядом сегодня им трудно. Надеюсь, ситуация изменится.

**— Мария, с кем дружите в деревне?**

— Люди, с которыми я общаюсь каждый день, — это мои соседи. В селе можно жить и с соседями сильно близко не общаться, это от человека зависит, но я людей ценю. У меня получилось собрать творческую интеллигенцию села в сообщество, мы создали творческое объединение, теперь встречаемся и поём, стихи читаем, песни слушаем авторские, придумываем что-нибудь. Вот решили сделать к следующему году наш чумайский календарь, назовём его «Чумайские байки». Фотографии наши местные фотографии сделают, составим вместе рассказы из нашей сельской жизни.

**— Ощущается ли нехватка общения после очень насыщенной жизни в Кемерово?**

— Недостатка в общении я не испытываю, другое дело, что качество общения изменилось. Больше стало Интернета — переписки, скайпа. Очень обогатили меня семинары, которые организовал Фонд Тимченко для проектировщиков, победивших в конкурсе «Культурная мозаика 2015». Круг друзей вырос, и появились люди, которые занимаются похожими практиками в других регионах. Мы теперь «банда».

**— Как теперь проходит ваш обычный день в Чумае?**

— Встаю в 6 или в 7 часов, редко в 8 — это только зимой. Грею чайник, растапливаю печь, кормлю трёх домашних кошек, трёх своих собак и одну соседскую, наполняю кормушку для птиц. Потом бегу в «Арт-бухту»: там кормлю двух подобранных у своего дома котят-подростков, заряжаю

печь, в морозы затапливаю её утром. Бегу домой: приношу воду и дрова, завтракаю, чищу снег во дворе, если успеваю до работы. Затем к 10 или к 11 часам иду в музей (с февраля прошлого года у меня бюджетная ставка в Чумайском краеведческом музее), это примерно 1,5 км по улицам. В музее всё по плану работы, но иногда удаётся поработать в Интернете, посмотреть почту и соцсети. Домой иду в лучшем случае в 15 часов, чаще — в 16:30. Захожу

зала? Чё попало! Они у тебя и так черные, чё ты их мажешь? Лучше губы накрась, а то бледные они у тебя».

**— Мария, а есть что-то, чего вам остро не хватает в Чумае?**

— Очень мне не хватает присутствия рядом соратников, единомышленников, команды профессионалов. Один в поле не воин, говорят. А вот и воин, если в этом поле люди живут. Среди людей всегда есть «живые», особенные дети. Но нужны мне те, кто встанет со мной плечом к плечу.

**— Какие планы у вас на будущее? Какие надежды?**

— И планов, и надежд достаточно. На 2017 год я планирую создание НКО, строительство столовки при «Арт-бухте», проведение гастрономического праздника в селе для развития в будущем гастроно-

мического туризма, участие в конкурсе проектов «Культурная мозаика — 2017». На пятилетку я планирую создать в «Арт-бухте» арт-резиденцию, летний творческий детский лагерь, организовать продажу продукции мастерских, развивать гастрономический туризм в Чумае. На своей усадьбе — достроить дом, построить сад, выкопать пруд и завести птицу. И встречать Новый год со своей семьёй в большом доме. Сейчас в доме пока не хватает места для всех.

**— С какими основными трудностями приходится сталкиваться — и бытовыми, и моральными?**

— Основная трудность бытовая — зимой топить печь в двух домах и летом носить воду на поля. Пока эти процессы отнимают много времени и сил. Силы у меня есть, а времени — нет. Моральная трудность в том, что люди неактивные, «мёртвые» в массе своей. Среди них несколько категорий. У работоспособных и активных чумайцев от 35 до 45 лет главная забота — «как и где побольше заработать и детей в город отправить учиться и жить, потому что самим уже не светит, но хочется». Есть те, которые «не просыхают». И никто не поднимает планку в сознании выше вопросов выживания.

**— В чём тогда главное преимущество жизни в деревне?**

— Я думаю, что у каждого эти преимущества свои, кто как смотрит на жизнь в деревне. Для меня это постоянная душевная радость от того, что я дома. Я всегда мечтала жить в деревне, иметь большой участок и большой дом с комнатами для всех поколений семьи, чтобы речка и лес рядом, чтобы собаки во дворе и кошки в доме только зимой. Чтобы простор и чистый воздух, чтобы рассветы и закаты в окне, чтобы коровы и молоко со сметаной на столе и чтобы люди неравнодушные, например, как тётя Лиза-соседка, могли мне сказать: «Маш, ты чё это брови нама-

мического туризма, участие в конкурсе проектов «Культурная мозаика — 2017». На пятилетку я планирую создать в «Арт-бухте» арт-резиденцию, летний творческий детский лагерь, организовать продажу продукции мастерских, развивать гастрономический туризм в Чумае. На своей усадьбе — достроить дом, построить сад, выкопать пруд и завести птицу. И встречать Новый год со своей семьёй в большом доме. Сейчас в доме пока не хватает места для всех.

И вот мои надежды связаны с этими планами. Но есть одна самая большая надежда, которая живёт во мне постоянно, она из разряда «личное». Это надежда на то, что я сумею преодолеть все свои «замкнутые круги» и научусь любить ближнего, не раздражаясь.

**— Вы в Чумае вот уже почти два года. Сейчас можете сказать, кто кому нужен был больше — вы Чумаю или он вам?**

— Чумай — это страна моего детства, здесь я всегда чувствовала себя дома. Я не думала, когда переезжала, нужна ли я Чумаю, это он был мне необходим! Теперь вижу, что и я ему нужна.

Хотя... Вот я задумалась. И Кемерово я была нужна, и Кемерово мне до сих пор необходим как источник энергии, которого я не нахожу в Чумае сегодня, в том числе энергии финансовой. Но дело, видимо, в том, что в Чумае я ближе всего к Отчому дому. А для меня это стало важным только в последние годы.

**— У вас много трудностей, но всё же вы живёте в гармонии. Вернёмся к самому началу нашего разговора: получается, прожить «без мужика» в деревне всё-таки можно?**

— Конечно! Я же живу.

**Евгения БОРИСОВА.**  
wotan365.ru



всей жизни. Его и хотим передать своим детям.

Дом и семейная ферма расположены в Волоколамском районе, в километре от построенного ещё в XV веке Иосифо-Волоцкого монастыря — исторического и архитектурного памятника. Рядом с монастырём — православный храм.

Все продукты они производят не только для продажи, но и для себя, а также друзей и знакомых. Поэтому с качеством тут не сходишь — прогоришь, да и вспоминать о тебе будут соответственно.

— Мы не закупаем ингредиенты у поставщиков, — говорит Хрестин, — производим их сами. Весь сыр варим из своего молока. И мы лучше откажемся от крупного заказа, чем закупим молоко на стороне. Никаких кредитов не брали. Этой кабалы удалось избежать. У нас 19 коров, 40 овец, есть гуси,

по его признанию, сейчас в работе с людьми.

— Здесь, на земле, всё настоящее, более естественное, чем в городе, — говорит Хрестин, — труд на своей земле позволяет ни от кого не зависеть. Причём здесь заложено что-то родовое. Но пахать приходится. Встаю в 5 утра.

У Хрестина есть несколько наёмных рабочих — молочница, строители, которые возводят помещения для скота, и «электропастух» с напряжением 90 вольт, не позволяющий коровам выбирать за границы поля.

— А отпуск? Ведь отлучиться отсюда, от этого разношерстного стада, ты наверняка просто не можешь? — интересуюсь.

— Нет, почему же, вот только вернулся с Селигера, куда вывозил всю семью. Оставил на хозяйстве племянника Данилу. И я спокоен — молоко не пропадёт, надо — быка заколют, надо — барана

на участки и ждут, когда приедут дачники и всё скупят. Но дачники всё не едут. В итоге земля, хоть она и принадлежит кому-то по документам, но как была бесхозная, так таковой и осталась».

Крестьянское хозяйство выпускает отличные сыры, — удалось попробовать, лучше всякого пармезана. Приезжал к Хрестину итальянский консультант-технолог, работающий на крупном предприятии в Северной Италии, где перерабатывается 150 тысяч молока в день, раскрыл своему российскому ученику секреты вкусного сыра.

Но все сорта сыра хозяйства Хрестина — свои, не итальянские и не те, к которым мы привыкли ещё с советских времён. «У нас — «Стромиловский» (от названия деревни Стромилово), — гордится Вадим. — Делаем сыр с голубой плесенью, с оранжевой. Полутвёрдый сыр, твёр-

Кризис вынуждает россиян изобретать подчас совершенно непривычные формы приложения своих сил, и при определённых обстоятельствах новая модель экономического выживания перерастает в своего рода философию.

### Не дожидаясь катастрофы

Трудолюбивые россияне решили, что называется, не дожидаться катастрофы с ценами на нефть и курсом отечественной валюты, а взять судьбу в свои руки. Петербуржцы Владимир Фрунзе и его супруга Юлия покинули северную столицу в апреле 2012 года, сменив её на поселение Чистое Небо в Псковской области. И теперь живут, ни о чём не жалея. Купили 4 гектара земли, построили дом. Брать чужое жилище в аренду не стали, на первых порах жили в шестиместной кемпинговой палатке.

На жизнь Владимир зарабатывает программистом и переводчиком научных текстов — благо Интернет в поселении принимается, хотя и с перебоями.

Супруги Фрунзе планируют открыть волонтерскую ферму: на участке площадку в один гектар разместить большой огород и лесной питомник, соорудить капсульный модуль для зимнего проживания до 10 человек. «Что такое волонтерство на фермах? — задаётся вопросом Фрунзе и сам же отвечает: — Это всемирная практика агротуризма. Смысл её состоит в обмене труда на еду и крышу над головой. Тут нет прямых товарно-денежных отношений; так что никто никому ничего не платит. А остающееся свободное от работы время волонтер использует по своему усмотрению».

К Фрунзе уже запросто приезжают просто в отпуск — с семьями, с детьми. Обычно у них находятся 5–10 человек одновременно. Если время земледельческого сезона, то люди заняты посевом, прополкой, поливом. Фрунзе намерен соорудить отдельный уличный стеллаж для компактного выращивания рассады, привести в божекий вид заросшую дорогу в ближнюю деревню Аннинское, начать готовить место под закладку ботанического сада.

«Питание, — рассказывает строитель агрофермы, — у нас трёхразовое, вегетарианское. Это прекрасная возможность убе-

# Уехать в деревню и не пожалеть

Имеет ли село шансы стать площадкой не только для экономического роста.

даться в том, что вегетарианцы употребляют в пищу не только лук и салат. Продукты же для специфических диет, вроде сыроедения, гости приобретают за свой счёт».

В рацион всегда входят зелень с огорода, чай, домашний бездрожжевой хлеб, каши. Всё готовится на деревенском молоке. Бывают в меню яйца и сметана, но своих продуктов ещё нет, — «покупаем у проверенных поставщиков из соседней деревни». Волонтеры также — если пожелают — готовят еду. Однажды одна гостья проявила фантазию и как-то летом приготовила очень вкусные котлеты... из подорожника. Каждый вечер за ужином всей коммуной выбирается повар для следующего дня.

### Юрист-сыровар

Земли для возделывания хватит для энтузиастов и в тесноватом, по бытовым представлениям, Подмоскovie. Недавний директор московской фирмы «Техносервис» 47-летний Вадим Хрестин был до своего переселения в деревню вполне успешным руководителем и предпринимателем. Спрос на услуги его предприятия, которое специализировалось на электромонтажных и других жилищно-коммунальных работах в столице, был вполне устойчив, и ничто, казалось бы, не выталкивало Вадима на поиски какого-либо иного образа жизни, нового источника дохода. Но когда за плечами уже накопился жизненный опыт, родилось пятеро (!) детей, он решил всё начать буквально с нуля.

— «Крестьянское хозяйство Хрестина», — так и называется наш бизнес-проект, — рассказывает Вадим. — Это никакие не громкие слова; мы с женой Натальей воспринимаем его делом

куры, свиньи. Сама природа помогает — не успеешь оглянуться, как идёт приплод.

Номинально, по документам, горожанином он быть не перестал — зарегистрирован с семьёй в Долгопрудном, хотя семейной ферме уже семь лет и живут они здесь почти год. Купили брошенный на окраине деревни Стромилово дом, расширили его, благоустроили. Рядом — школа. Так что дети учатся здесь, а не в Долгопрудном. Недавно постро-



или корпус для агротуристов — двухэтажный, с санузелом в здании.

Сам глава хозяйства в юности окончил ПТУ, получив специальность токаря, а уже после службы в армии — Московский юридический институт. И это очень помога-

ет на рынок отвезут.

...Идём по окраине поля, через дорогу — лес. «Раньше здесь был вообще пустырь, — поясняет Вадим. — Я взял всё это, выкорчевал, вспахал, Бог даст, будем там сено косить. Вообще-то у этой земли есть хозяева — нарезали её



дый. У нас — свои йогурты с закваской, разные сорта творога, сметана.

...В ближнем монастыре был детдом, в котором воспитывался Вадим. Так что, можно сказать, он вернулся к своим корням. Именно сюда каждый год приезжали с женой и детьми, пока не облюбовали окончательно себе это место и не решили здесь закрепиться.

Они, как и все те, кто уехал в деревню — причём не в качестве праздного дачника, а на правах хозяина и труженика одновременно, — выиграли в главном: в том, что они здесь, на земле, стоят уверенно, не страшась ни кризиса, ни безработицы, ни роста стоимости коммунальных услуг.

Алексей ГОЛЯКОВ.

«Литературная газета», № 10,  
15.03.2017 г.

www.lgz.ru



# Курочка, овца и казанский кот

## Как на Псковщине традиции возрождают

**В** деревне Сорокино в Псковском районе находится местечко XVII века: здесь вручную выпекают хлеб в дровяной печи, печатают имбирные пряники по древним русским рецептам, каждый сезон собирают шишки для варенья и пьют чай из местных трав.

Ольга Волконская и Алексей Шукин привыкли к запахам корицы, муската и имбиря, потому что печь хлеб и пряники — это их хобби и любимая работа.

Ещё несколько лет назад Ольга, успешный региональный менеджер в Тюмени, не подозревала, что переедет в глухую псковскую деревню, станет фермером и будет с нуля поднимать хозяйство.

### На хмельной закваске

Печь Ольга любила всегда, по примеру мамы, у которой была собственная пекарня. Но основная работа — развитие продаж лакокрасочной продукции — тоже приносила удовольствие, однако готовить кексы, тортики и пирожки было гораздо интереснее. А когда она познакомилась с людьми, которые научили выпечке исконно русского бездрожжевого хлеба на хмельной закваске, появилось желание возродить народные традиции. А делать это, само собой, нужно в деревне, на натуральном сырье.

делать ремонт, а на это всё нужны были огромные суммы.

### 10 лет «на прокорме»

Рабочий день в семье начинается рано — в 5–6 утра. В это время надо ставить хлеб в печь: нужно приготовить около 200 буханок и партию пряников. А потом отвезти их в Псково-Печерский монастырь ещё горячими.

До 12 ночи обязательно успеть замесить новую партию хлеба, чтобы к утру тесто успело подняться. Готовится хлеб на хмельной и ржаной закваске.

— С годами её качество становится только лучше, поэтому пекари стараются использовать её как можно дольше. Нашей уже боль-



ше 10 лет, мы только «подкармливаем» её мукой и водой, — поясняет Ольга.

Возможно, в этом весь секрет уникальных вкусовых качеств. А может, и в том, что Волконские не боятся экспериментировать и создавать новые необычные виды хлеба. Сейчас в ассортименте ржаной хлеб без сахара, пшеничный с розмарином, десертный амарантовый с изюмом, бородинский с тмином, серый хлеб с различными пряностями, хлеб с отрубями и семенами тыквы и льна.

Если секрет хлеба в закваске, то в чём же секрет пряников? Свой авторский состав на основе

старинных русских рецептов Ольга придумывала три года.

— Очень много желающих получить этот рецепт, поэтому всех секретов раскрывать не буду. Скажу только, что в основе карамель, мука и молотые пряности — имбирь, гвоздика, корица, мускатный орех.

Выпечка изготавливается вручную на специальной доске, точной копии пряницы XVII–XVIII веков. Каждая вырезается вручную по мотивам старинных славянских былин. Например, пряник «Кот казанский» ведёт свою родословную от лубочной картинки, с которой связана известная история.

В 1745 году Императрица Елизавета Петровна издала указ, чтобы из Казани в Петербург привезли самых лучших котов для ловли грызунов. С тех пор кот стал символом Казани и изображается на русских лубках (вид графики) с XVIII века. Есть пряники и с печор-

скими пейзажами, и в форме курочки, петушка и овечки — в общем, на любой вкус!

### Через тернии

Ольга вспоминает, что первые пряники дались тяжело: много неудачных экспериментов, некачественные специи, отсутствие специального оборудования для помола корицы.

— Приходилось использовать кофемолку, но она быстро ломалась, и каждый месяц нужно было покупать новую. Очень долго мучились! Потом смогли купить мельницу. Честно говоря, силы уже кончились. Если бы кто-то сейчас предложил начать заново, я бы не согласилась.

Но если бы ей дали шанс что-то в жизни поменять — тоже не согласилась бы. Ольга всей душой любит своё дело и считает, что все усилия в конце концов оправдались.



Кухня, на которой происходит весь процесс готовки. Ольга с мужем построили её совсем недавно, до этого приходилось готовить прямо в доме. Фото: АиФ/Ирина Каплан

И всё же толчком для переезда стало здоровье сынишки, которому не подходил тюменский климат. Так Ольга оказалась в Сорокино.

— Когда мы сюда приехали в 2013 году, не было ничего, даже воды, только летний домик да сарай, — рассказывает она. — Пришлось и колодец выкопать, и дом построить, и печь в доме самим сложить. Причём первые две печи выкинули, мастера сложили неправильно, муж сам переделывал. Словами не передать, как много мы работали и сколько вложили сил, чтобы всё здесь обустроить. Если ты живёшь в деревне, нужен колоссальный труд, чтобы прокормить себя и свою семью.

— Начинать своё дело было невероятно сложно. Столкнулись с множеством трудностей, но самое сложное — найти место для реализации продукции. Понимали, что не можем доставлять выпечку в отдалённые районы, потому что даже машины для этого подходящей не было. Как и денег. Нужно закупать оборудование,



Ольга Волконская

АРГУМЕНТЫ  
И ФАКТЫ АИФ.RU

Ольге и Алексею удалось получить фермерский грант, на который они купили машину, новое оборудование и в будущем хотят завести ещё трёх коров, чтобы заниматься сыроделием.

— Когда я сюда приехала, меня удивило, что местные жители в принципе ничем не занимаются, хотя возможностей хватает. Говорят, под лежащий камень вода не течёт. Это действительно так. Надо много работать, чтобы прожить в деревне. Спасибо государству, что фермеров поддерживает.

Ирина КАПЛАН.

«Аргументы и Факты»,  
г. Псков, № 8, 21.02.2017.

www.pskov.aif.ru





**Если у вас возникло желание переехать в деревню, вы должны учесть некоторые моменты. Скажем так, подготовиться морально, на что можно рассчитывать.**

## К чему надо быть готовым при переезде в деревню

**1** Положительные эмоции вам обеспечены. Гармония природы, её ритмы не могут не сказаться благотворно на вашем настроении и самочувствии. Отличная возможность соприкоснуться и ощутить весеннее пробуждение каждой травиночки, каждой букашки. Что может быть прикольнее, когда видишь проснувшегося ёжика, наблюдаешь, как прямо на глазах увеличиваются в размере и набухают почки на вишнях, абрикосах. Зимой тоже хватает захватывающих моментов, пусть краски не такие яркие, но зато узоры зимы неповторимы. И всё это для вас, как сейчас говорится, в режиме 24/7. И совершенно бесплатно, и без особых усилий. Открываешь глаза, и не только глаза, всеми органами чувств воспринимаешь окружающую гармонию и приходишь в умиротворенное состояние собственной души.

**2** Стоит приготовиться к потреблению в изобилии экологически чистых продуктов. У них даже вкус другой, и никаких фальсификаций. Особенно эту возможность оценят те, кто уже не может употреблять магазинные овощи и фрукты по состоянию здоровья, как моя мама. Вся семья ест покупной арбуз — всем нормально, а для неё — скверное самочувствие обеспечено. Ведь ни для кого не секрет, что без селитры на полях уже давно никто ничего не выращивает. Плюс ещё гербициды вообще неизвестно из чего состоят и куда потом деваются... А вот на своём участке вы будете выращивать и кушать чистые продукты, а если Бог даст — ещё и в изобилии. Первый и второй мо-

мент в совокупности дадут вам улучшение здоровья и, соответственно, настроения.

**3** У вас появится возможность общаться с настоящим, нелегальным. Очень большая редкость в наше время! Это может быть общение с вашим небольшим хозяйством, даже просто котом. Я рекомендую пчёл — кайф ещё тот, ведь при правильном подходе они практически не кусаются. Умиротворяют, успокаивают, я уже не говорю про оздоровительный эффект продуктов пчеловодства прямо у вас на дому. Мало того, к пчёлам не надо бежать с кормом, как, например, к цыплятам. Мои родственники держат пару семей пчёл на даче, при этом живут в городе и получают массу плюсов — моральных и материальных, что тоже немаловажно. Можно даже заняться растениеводством, цветоводством. Всё живое, всё чувствует заботу и расположение и оплачивает сторицею. Чего стоит любовь и привязанность даже простой кошки! А есть ведь реальные случаи, когда роль любимой кошки выполняет воспитанница — лошадь, корова, выращенная из маленького телёнка. Самый оптимальный вариант для начала — коза, характер, правда, у животного сложный, но, если полюбит вас, позитив обеспечен, настолько нежное и ласковое животное.

**4** Появится возможность пообщаться с самим собой наедине. Я думаю, это можно отнести к плюсам, которые даёт деревенская жизнь. Почему бы не пообщаться с таким прекрасным и

достойным человеком, как вы сами, разобраться в своих мыслях? В городе прийти в себя не даёт постоянный калейдоскоп лиц и событий.

Но стоит отметить, что необходимо внимательно понаблюдать за собой. Если больше трёх недель жить в деревне вы не выдерживаете, вам становится невыносимо скучно, значит, переезжать категорически не рекомендую. Вы просто затоскуете, будете чувствовать себя как в клетке, и цветочки-ягодки будут не в радость. Тогда для вас единственный выход — вывезти себя, любимого (любимую), на природу на некоторое время для возобновления внутренней гармонии.

**НЕ ТАК ПРОСТО ЖИТЬ В ДЕРЕВНЕ!** Есть и негативные моменты, к которым стоит подготовиться.

Основная трудность — с деньгами. Без них тяжело и в деревне, и в городе. Но в селе вы хотя бы точно не останетесь голодными и будете потреблять экологически чистые продукты в желаемом вами количестве. С детьми в этом плане в деревне вообще намного проще. Чего только стоят ягоды, плоды в неограниченном количестве — всё это не обработано, полезно и съедается столько, сколько душа пожелает. Просто деньги здесь нужны так же, как и в городе, для облегчения бытовой части жизни.

Обустройство канализации, отопления, локального водопровода, автономной мини-электростанции позволит не зависеть от любого дуновения ветра, в сёлах обычно линии электропередачи ещё за царя Панька строились, то и дело что-то ломается и обрыва-

ется. То есть, если хотите жить без особых проблем и не переживать, например, за инкубатор, неся бедные днём и ночью, пока не починят трансформатор, надо сделать финансовые вливания. Так же, как и в городе, в принципе. Кроме того, вас могут огорчить! Кто? Те, кого вы «планируете» полюбить, если можно так выразиться. Меня этот момент сначала очень волновал.

Местные жители ко всему относятся проще, воспринимают жизнь спокойнее, так и надо делать, наверное. Но на практике это тяжело. Любая болезнь цыплёнка или козлёнка может серьёзно подпортить вам настроение. Но может ничего и не болеть, и не гибнуть, просто доставлять вам массу неудобств и, как следствие, разочарование. Ведь мало на свете живых существ, которые могут быть такими, как нам хочется.

Например, мы держим уже пару лет индоуток, нас пока всё устраивает. А вот Владимир рассказал о том, что к ним прилетел чужой утак, присоединился к его индоуткам, пожил какое-то время, а потом исчез в неизвестном направлении вместе с утками. Ещё одна хозяйка отметила надоедливость мускусных уток, они даже ей бельё каким-то образом регулярно на верёвках портили.

Нужно учитывать, что что-то может пойти не так, как планировалось. Что может «не пойти»? Да всё что угодно. Может не взойти пол-огорода кукурузы, а ещё лучше — картошки, случай реальный. Корова, коза, поросёнок, гуси могут съесть или потоптать весь отличный цветущий цветник, а семена-то выписаны втридорога из Интерфлоры...

Корова может биться и не отдавать молоко. Конь может кусаться и «кидать» задними ногами — как такое животное держать, если даже прежние хозяева предусмотрительно промолчали о таком изъяне у животного?

Ко всему этому надо быть готовым. Я вспоминаю, как выкармливала новорождённых крольчат пипеткой. Нерадивая мамаша их разбросала, а двоих, ещё живых, удалось найти. Сначала один погиб — несчастный случай, придавила наша собака, от нежности придавила, а он же маленький, вот горя было... Второго докормила уже до нормального вида, уже шерсть появилась, как у взрослого, и он тоже пропал у меня на глазах. Это был первый год моей жизни в деревне. Очень тяжело. Голова соображает, а сердце на части рвётся.

При общении с живыми существами может быть всё что угодно. И даже если вы решили никого не заводить, ваше спокойствие и гармоничное единение с природой могут нарушить соседские куры, которые тщательно перегребут посаженный вами чеснок, или соседские индюки нагребут кучи земли на том месте, где вы пару дней назад тщательно выровняли территорию и торжественно поселили газон. Любый труд в деревне связан с неусыпным бдением.

Даже если вы приезжаете на время, а живёте в городе, всё равно вам надо не забывать о тех, кого приручили, даже если это просто картошка в огороде. Только так можно получить хороший результат хозяйствования. Но это требует сил, у деревенского жителя нет выходных и праздников, плюс борьба с собственной ленью, а может быть, и с собственными недугами, что тоже иногда необходимо. Но если вы действительно полюбите деревенскую жизнь, то отличное самочувствие и крепкое здоровье вам обеспечены.

**Александра ПОЛИНА.**

[https://vk.com/feed?w=wall-59727033\\_1530](https://vk.com/feed?w=wall-59727033_1530)

**Д**орогие друзья, приглашаем вас совершить визуальное путешествие вокруг Света, посетив разные страны, окунуться в мир разных народов, прочувствовать национальные особенности и дух людей, населяющих нашу землю.

Используя науку образности и луч, который открыла нам Анастасия, мы сможем заглянуть в разные уголки нашей планеты. В этом путешествии мы собираемся посетить Америку, Японию, Италию, Индию и Австралию, начав путешествие с нашей Родины — России. И все мы понимаем, что это ступенька на пути к школе будущего и открытию новых способностей человека. Следуя этому пути,

## Слёт «Вокруг Света за 14 дней» с 9 по 23 июля

ПРП Калиновец, Нижегородская область, Воротынский район

мы познакомимся с культурой и традициями разных стран, с историческими и географическими особенностями, флорой и фауной, национальной кухней, народной одеждой и многим другим.

Участников ожидают мастер-классы, отображающие культурно-ремесленные особенности народов: приготовление национальных блюд, изготовление элементов народной одежды и бытовых предметов, изучение народных песен и танцев.

Завершит наше путешествие

встреча всех народов в одном большом дружном хороводе — взявшись за руки, сольются воедино дети разных народов и возвестят в пространство: «А на земле быть Добру!»

Возрастные группы участников: от 5 до 11 лет — с родителями; от 12 до 20 лет — самостоятельно.

**Стоимость участия:**

до 20 мая — 10 000 руб., с 20 мая по 30 июня — 12 000 руб., с 30 июня по 8 июля — 14 000 руб., по прибытию в лагерь — 16 000 руб.

Для многодетных семей — скидки.

Заявки на участие принимаются по телефону: 8-906-383-1998 (Дарья).

Проект некоммерческий. Все средства идут на питание, бытовые нужды и мастер-классы.

**Как добираться:** доезжаете до Воротынца (Нижегородская область), далее рейсовым автобусом до д. Осинки, оттуда встретим по звонку.

С собой необходимо взять палатку, туристический коврик,



спальник, тёплые вещи, костюм для бала и народных игр, можно ненужные ткани для изготовления костюмов разных народов, предметы гигиены, личный столовый набор.

Мы ждём вас, друзья!

Подробности в группе ВКонтакте: <https://vk.com/club132371432>.

# Печь Бубафоня

«Не перевелись ещё мастеровитые Левши на Руси», — хочется сказать, глядя на оригинальную конструкцию этой печи. Пусть её название «Бубафоня» не звучит очень красиво, зато по своей теплоотдаче она не уступает заводским разработкам.

## Тепло в дом, а не в трубу!

Тот, кто думает, что горящие дрова отдают нам всё своё тепло, глубоко ошибается. КПД стандартной дровяной печи не превышает 50%. Остальные 50% «греют облака». Причина таких больших потерь проста: при сгорании дров происходит процесс термического разложения (пиролиз) с образованием горючих газов. В обычной топке им не хватает времени и температуры, чтобы воспламениться и отдать свой энергетический потенциал, поэтому они просто улетают в атмосферу вместе с углекислым газом. В пиролизных котлах энергия топливных газов используется лучше (КПД 85–90%), поскольку процесс горения топлива здесь идет медленно и при высокой температуре.

Конструктивная схема стандартного котла-пиролизника достаточно сложная, и её трудно воспроизвести без специального оборудования. В этом отношении печь длительного горения Бубафоня — настоящая находка для мастера-самодельщика. В её простой конструкции удачно реализован процесс пиролиза. Эффективность сгорания топлива достигает 90% и не уступает заводским котлам, стоимость которых в десятки раз выше.

Такую установку можно успешно использовать везде, где нет газовых сетей (гаражи, теплицы, дачные дома), зато в избытке имеются дрова и другие отходы переработки древесины. На чистом угле бубафоня работает плохо, поскольку это топливо спекается, образуя шлаковый слой, блокирующий работу печи. В смеси с дровами уголь ведёт себя лучше, увеличивая теплоотдачу.

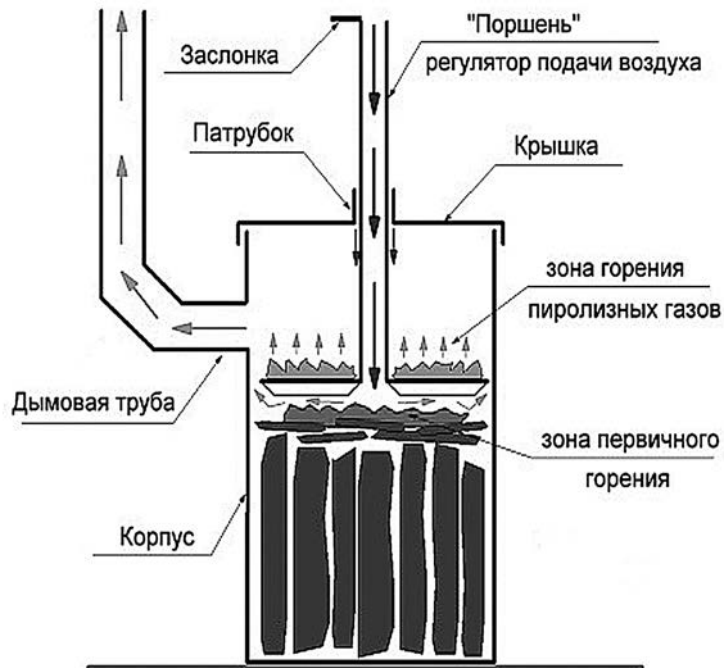
## Принцип работы печи Бубафоня «на пальцах»

Коротко перечислим самые важные особенности этой печи.

Процесс горения топлива идёт сверху вниз (как у восковой свечки), а не снизу вверх, как у обычной печи. Дрова закладываются в вертикальном положении, а сверху на них насыпают щепки, опилки и бумагу для растопки.

Для дожигания пиролизных газов используется распределитель воздуха — стальной «блин» с лопастями и отверстием посередине. Воздух в зону горения поступает через трубу, приваренную к «блину». За внешнее сходство эту конструкцию иногда называют «поршень».

Топливо поджигается сверху (при снятом распределителе воздуха). После разгорания пламени «блин» с лопастями ставится на топливный массив, а сверху на корпус печи надевается крышка. Некоторые пользователи разжигают печь прямо через воздушную трубу, заливая в неё немного керосина.



Процесс термического разложения древесины происходит под «поршнем». Под его весом горящее топливо уплотняется, температура возрастает, и происходит термическое разложение с выделением горючих газов. По мере сгорания дров «поршень» опускается вниз, не давая топливу разрыхлиться и потерять температуру, необходимую для пиролиза.

Выделяемый топливом горячий газ сгорает над поверхностью распределителя воздуха, увеличивая КПД печи на 20–30%.

Тяга печи регулируется посредством задвижки, установленной на трубе «поршня». Кислород, необходимый для горения пиролизного газа, поступает в верхнюю камеру через зазор между «поршнем» и крышкой. Поскольку тяга у такой печи достаточно мощная, то выхода дымовых газов через зазор между крышкой и корпусом, а также поршнем и крышкой не происходит. Высота дымовой трубы, по отзывам владельцев, должна быть не менее 4 метров.

## Из чего можно сделать котёл Бубафоня?

Самые популярные варианты этой конструкции основаны на 200-литровой бочке или старом газовом баллоне ёмкостью 40 литров. Первый вариант обладает большей теплоотдачей и длительным периодом горения (до двух суток). Поэтому его используют для отопления больших теплиц, мастерских и ангаров.

Самодельный котёл Бубафоня из газового баллона даёт меньше тепла и выделяет его не более 8 часов. Поэтому его место — в дачном домике, небольшом гараже или хозяйственной постройке.

Учитывая не слишком презентабельный вид данной конструкции, её ставят в дачном доме после небольшой доработки. Она за-

ключается в обкладывании стального корпуса кирпичом или натуральным камнем. Эти материалы не только сделают печь красивой, но будут играть роль аккумуляторов тепла.

## Последовательность изготовления

В качестве примера рассмотрим процесс изготовления печи Бубафоня из газового баллона.

**Первый этап работы** — срезка его верхней части. Позже она понадобится нам в качестве крышки корпуса.

**Второй шаг** — изготовление колена-вытяжки. Для этого в боковой части корпуса баллона нужно вырезать отверстие подходящего диаметра. Колено сваривают из углового обрезка стальной трубы диаметром 100–120 мм. Для стояка дымохода придётся найти более широкую трубу — 120–150 мм. Такой диаметр необходим для улучшения тепловой эффективности котла.

На конце вытяжки нужно приварить переходник для установки дымохода (фото 1). Уплотнение перехода «вытяжка-стояк» выполняется шнуровым асбестом на глине или стеклотканью.

**Шаг третий.** Привариваем к крышке две ручки и верхний патрубок, который будет направлять движение «поршня». К корпусу печи крепим сваркой стальную полосу. Она создаст бортик, препятствующий сдвигу крышки с корпуса.

В крышке баллона газовой сваркой вырезаем отверстие для установки воздухопроводной трубы (внешний диаметр 80–90 мм).

Воздуховодная труба может быть не только круглой, но и квадратной. От этого работа буржуйки не ухудшится, зато её сборка станет проще.

**Шаг четвёртый.** Из толстого стального листа (3–4 мм) вырезается «блин» с отверстием посе-

редине, диаметром, равным диаметру трубы воздуховода. Зазор между краем пластины воздухо-распределителя и стенками баллона должен составлять 1/20 диаметра «блина».

Толщину металла для пластины выбирают в зависимости от размера корпуса котла. Так, для бытового газового баллона диаметром 30 см для изготовления «блина» потребуется пластина толщиной 8–10 мм. Для 200-литровой бочки эта толщина будет меньше (4–6 мм).

Снизу к пластине воздухо-распределителя привариваем шесть лопастей. Они необходимы для равномерного горения топлива в нижней камере и полного сгорания пиролизных газов в верхней (фото 2).

В некоторых конструкциях в центре распределительного узла крепится вторая круглая пластина меньшего размера с небольшим отверстием (3–4 см). Она нужна для того, чтобы между топливом и лопастями оставалось свободное пространство выхода газов, а горящие угли не забивали канал подачи воздуха. Собрав все части печи, остаётся загрузить её дровами, установив их вертикально, а сверху на них разложить щепки и бумагу для розжига.

Если печь будет топиться не сухими, а сырыми дровами, то в конструкцию дымовой трубы нужно внести изменения. Её следует продлить вниз, сделав колено для сбора конденсата, и поставить на нём сливной кран.

## Надеваем «рубашку» на Бубафоню

Отзывы о работе печи Бубафоня в большинстве своём положительные. Тепловой отдачей котла, сделанного из газового баллона, хватает для обогрева помещения площадью до 60 м<sup>2</sup>. Единственный недостаток конструкции — неравномерный прогрев. Самый простой способ его устранения — обдув корпуса вентилятором. Отметим, что намного выгоднее сделать котёл Бубафоня с водяной рубашкой, который сможет обогреть несколько помещений.

Мастера предлагают два места для установки водяного контура — на корпусе котла или на его дымовой трубе, которая сильно нагревается. Проще всего сделать такую систему по принципу «труба в трубе», надев на корпус котла или на дымовой канал бочку или трубу большего диаметра. Открытые торцы «рубашки» нужно герметично заварить и врезать в неё входной и выходной патрубки для подключения к отопительным приборам.

Можно сделать теплообменник из водопроводной трубы, установив её витки в наружный стальной кожух и засыпав их песком для более равномерной передачи тепла. Кроме этого, змеевик можно разместить внутри кирпичной кладки, сделанной вокруг корпуса котла.

<http://greensector.ru>



Фото 1. Отвод из стальной трубы с переходником



Фото 2. Основная деталь печи — воздухо-распределитель «поршень» с лопастями



Фото 3. На корпус надевается крышка, и котёл разжигается через воздуховод при помощи небольшой порции керосина



## ■ Михаил Стефанов

Пермский край, г. Березники.  
«Центр Возрождения колодного  
пчеловодства России»,  
<http://skara.ucoz.ru/p.htm>

**К** сожалению, в наших лесах уже давно нет медоносной пчелы. Мало кто задумывается над тем, что и леса нуждаются в контакте с пчелой, благодаря которому рост лесов также увеличится. Если создать полноценный контакт леса и пчелы, зелёная масса леса увеличится дополнительно к естественному приросту за 20 лет в 32 раза! Сейчас этого невозможно достичь никакими другими способами! Это кажется невероятным, однако с точки зрения живой природы это обычная закономерность, в результате которой урожайность лесов достигнет астрономических цифр. Фактически только за счёт этой урожайности население страны сможет полностью обеспечить себя качественными и полезными для здоровья продуктами питания: грибами, ягодами, орехами. С восстановлением лесов уровень рек повысится, сами леса наполнятся живностью, а климат планеты придёт в состояние, близкое к первоначальному.

Так маленькое насекомое с крыльшками способно изменить жизнь целой планеты. И наша задача заключается лишь в том, чтобы помочь этому маленькому насекомому с крыльшками вернуться наконец в свою естественную среду обитания — Лес.

Если мы проследим трёхсотлетнюю историю пчелы, то обнаружим удивительный факт: на протяжении этого времени правителями разных стран издаются указы, губительно действующие на популяцию пчелы на нашей планете. Как ни печально, но сегодня эта война с пчелой продолжается. В ход вступают не просто указы правителей, а более мощные средства — химизация сельского хозяйства и повсеместная сотовая связь.

Почему видные деятели всех времён многократно обращают внимание человечества к пчеле? Почему, собственно, на Руси всегда почитали пчеловодов? Почему Анастасия в зелёных книжках рассказала о старом способе колодного пчеловодства, ведь она уделяет внимание только значимым вещам и событиям?

Потому что пчела является важнейшим звеном, без которого, если его убрать, вся биологическая система начинает рушиться. Медленно... Незаметно... Неуклонно... Настолько всё глубоко связано. «Ой, только не нужно нас пугать!» — скажут некоторые. Дело тут не в запугивании. Чтобы исправить любую ошибку, её первоначально нужно увидеть. И только когда увидишь, возможно осмысление и действие.

Мне говорят: не напрягайся, люди построят поместья, настроят колод, и медоносная пчела будет спасена. Это так, но не совсем. Дело в том, что сегодня, когда человек приходит на землю, перед ним стоит масса первоочередных задач: как построить дом, как накормить семью, где заработать деньги. И, естественно, человек при этом выбирает тот вид деятельности, который может ему гарантировать заработок и выживаемость в новых условиях. Именно поэтому многие поселенцы вынуждены выбирать отработанный и хорошо описанный в большинстве книг ульево-рамочную техно-



# Центр Возрождения Колодного Пчеловодства

логию содержания пчёл. Хотя есть, безусловно, и те, кто пробует содержать пчёл в колодах. При этом массовым колодным пчеловодством, даже в рамках анастасиевского движения, назвать нельзя.

Несколько лет назад мы с друзьями из поселения Светорусье организовали ежегодный Слёт колодного пчеловодства: <https://vk.com/kolodarus>. Трёхлетняя практика проведения Колодных Слётов показала, что интерес к колоднему пчеловодству есть, и не только в рамках движения на землю, но и за его пределами. Именно поэтому на Слёт приезжают люди как из разных регионов нашей страны, так и из разных слоёв общества. Можно, наверное, и дальше действовать в том же духе, но настало время делать более значимые шаги. Только тогда можно будет увидеть хоть какие-то реальные позитивные сдвиги в нашей жизни. Именно поэтому был создан проект под названием «Центр Возрождения колодного пчеловодства России», ознакомиться с которым полностью можно по адресу: <http://skara.ucoz.ru/p.htm>.

Многие люди интересуются: а нет ли фундаментальных исследований в этой области? Ответ: «Нет и быть не может». Почему? Потому что любой учёный получа-



ет зарплату, которая, в свою очередь, и определяет направление работы учёного. Скажет завтра руководитель института учёному: «Изучай тараканов», и учёный вынужден будет следовать указке своего начальника. То есть любое исследование кем-то оплачено, и этот кто-то использует любое исследование в своих и только в своих интересах. Пока данная модель финансирования будет сохраняться, исследования в лучшем случае будут нечестными, а по-настоящему серьёзные, важные, значимые исследования в течение длительного времени про-



возникает закономерный вопрос: почему от жителей планеты скрыт важнейший планетарный биологический процесс, дающий жизнь всему живому?

Различные СМИ достаточно часто пишут о гибели пчёл в том или ином регионе. Этими новостями уже никого сейчас не удивишь. Однако при этом нет ни одной государственной и тем более частной организации, которая бы хоть как-то практически занималась данной проблемой. «Центр Возрождения колодного пчеловодства» и есть начало создания такой пчелоохранительной организации.

Ни для кого не секрет, что многие государства выплачивают пчеловодам за содержание пчёл некие суммы. В России тоже существуют некоторые программы, по которым пчеловоды могут получить от государства небольшие символические суммы. Это говорит о том, что в принципе важность пчеловодства доказана современными учёными и хоть незначительно, но всё же признаётся на уровне государства.

Возьмём для примера Башкирию, в которой, по статистике, 85 тысяч пчеловодов. Из них лишь всего 20 человек занимаются бортевым пчеловодством. Почему же так мало? Потому что бортевое пчеловодство — работа в условиях леса и на высоте — является очень трудной. Большинство тех работ, которые делает современный человек в офисе, на заводе или в магазине, просто несравнимы с этим трудом. Поэтому ввиду высокой социальной значимости было бы логично со стороны государства признать данный труд государственно важным и выплачивать лицам, осуществляющим данную работу, государственную зарплату на уровне с другими государственно важными работами, такими как полицейский, врач, учитель, лесничий. Такая мера, в свою очередь, дала бы возможность не только восстанавливать пчелу на необъятных просторах нашей страны, но и явилась бы материальной поддержкой людей, пришедших на землю. Потому



водиться не будут никогда. Исправить эту ситуацию можно прямым народным финансированием, когда каждый человек добровольно и осознанно оплачивает социальные проекты.

Для примера возьмём всем известный процесс опыления. Написано о нём достаточно много. Однако всё написанное является описанием микромира: пестики... тычинки... пылинки... На уровне же макромира о влиянии опыления в масштабах страны или планеты в течение, скажем, ста лет вы не найдёте ни в одном источнике ни строчки. В результате чего в сознании человека формируется мнение, что опыление — это что-то маленькое, незначительное, мало оказывающее на жизнь человека влияние. В связи с этим

что многие из них тогда могли бы начать работать лесными пчеловодами-бортниками и колодниками. То есть «Центр Возрождения колодного пчеловодства» помимо пчелиных дел будет заниматься ещё и законотворческой деятельностью.

Когда я только начинал этот проект, даже не предполагал, что достаточно много людей готовы помогать и действовать. Интересно и то, что многие рамочные пчеловоды отозвались о проекте положительно. Благодаря каждому перечислившему или сделавшему репост человека (репост сейчас — это тоже работа, её тоже кто-то должен делать). Если бы все были такими, как вы, мы бы уже давно жили в большом счастливом обществе!

# Присмотритесь к сидератам

Иван Парфентьевич Замяткин о многократном увеличении урожая

Почти 10 лет внедрения системы органического земледелия на своём дачном участке убедили меня в её огромных преимуществах по сравнению с традиционными технологиями.

В качестве контроля использую среднерайонные данные райсельхозуправления по хозяйствам, потому что никакой достоверной статистики об урожайности на дачных участках по 6–10 соткам нет. Случайные данные показывают огромную пестроту — собирают местные огородники, например, картофеля от нуля до 300–350 кг с 1 сотки.

Участок был получен на бывшем совхозном, вспаханном и отравленном химическими удобрениями и пестицидами поле. Почва — супесь, маломощный чернозём с содержанием гумуса только 2–3% и пахотным горизонтом 15–18 см. Плужная подошва была настолько утрамбована, что с трудом поддавалась лопате.

Первые годы старался внести на грядки побольше навоза и прочей органики, пока не понял, что бюджет пенсионера ниже уровня бедности и не вынесет такой нагрузки. Да и силы не те, чтобы ежегодно перелопачивать почву врукопашную, заделывать навоз.

Невольно стал присматриваться к сидератам, проверять их пользу, осваивать их агротехнику. Особенно понравились рожь озимая, рапс яровой, горчица белая, фацелия, бобы, овёс, донник и другие культуры. Не брезговал и сорняками, такими как щирца и аистник. Теперь плодосмен (чередование на одном культивируемом участке земли растений различных ботанических видов) максимально наполнен сидератами, грядки зеленеют от снега до снега.

Так, рано весной, прямо из-под снега, начинает вегетировать озимая рожь, накапливая к посадке основных культур до 200–300 кг зелёной массы на сотке. Практически ещё по мёрзлой земле или под



зиму высевая фацелию, которой нужно всего лишь 40–45 дней, чтобы набрать до 300 кг зелёной массы на сотке. Весенних утренняя и осенних заморозков до -8–9°C она не боится. Прекрасный сидерат — бобы овощные, они дают не только надземную массу, но и мощную корневую систему, накапливают беззластный азот, рыхлят почву на глубину до метра и более.

Рано начинает вегетировать донник, а растёт он иногда до ноября, в первый же год после посева даёт до трёх укосов отличного зелёного удобрения, а корень прекрасно рыхлит и удобряет почву, делает её структурной. Аналогичную «работу» выполняет и многолетник эспарцет, только на ещё большую глубину и на более бедных почвах.

Рапс, горчица, овёс, пажитник, люпин также быстро наращивают до 500–600 кг массы с сотки. Высевать их в конце июля — начале августа после уборки лука на репку и севок, земляники последнего года пользования, скороспелых сортов овощных культур и картофеля. В октябре сидераты заделывают не глубже чем на 10–12 см или оставляют на поверхности в виде мульчи.

От дорогих органических удобрений, тем более химиче-



ских туков и пестицидов, отказался полностью, использую только опад (в основном лист берёз, растущих рядом с участком) да древесную золу. Все культуры, в том числе и картофель, выращиваю только на грядках шириной до 90 см с проходами не менее 100 см. Такая разреженная посадка на узких грядках даёт обилие света, воздуха, пищи каждому растению.

Здоровые, бурно развивающиеся растения хорошо противостоят болезням и вредителям, к тому же на участке всегда есть оби-

лие нектароносов (рапс, горчица, кориандр, семенники моркови, лука, свёклы, фацелия, лофант анисовый, ягодники и другое), которые привлекают множество энтомофагов (организмы, питающиеся насекомыми). Так что никакие химические средства защиты растений не применяю. Грядки обязательно мульчирую.

Результат: почва насыщена гумусом до 8–10%, рыхлая (при посадке рассады помидоров колышки не забиваю, просто втыкаю рукой), влагоёмкая (потребность в поливах сократилась в три-четыре раза), сорняков стало меньше в несколько раз (не могут пробиться сквозь мульчу). Почва в таком состоянии становится пористой,

но такая жара неблагоприятно сказалась на картофеле, капусте, других овощах.

Большие перепады влажности и температуры привели к растрескиванию клубней, кочанов, корнеплодов большинства сортов на соседних участках. Мои грядки были насыщены органикой, и, как результат, мульча оказалась прекрасным буфером, нейтрализовала удары стихии.

В результате картофель сорта Бородинский розовый в 2000 году дал 1680 кг с сотки, ныне — 1820 кг (по району 130 ц с га), в среднем в гнезде оказалось 4,5 килограмма клубней, в отдельных гнездах — до 8 кг. Кочаны капусты сортов Московская поздняя и Крауتمان были до пуда, с сотки — более 1800 кг (по району в пределах 200 центнеров с га).

Посеял на грядках по 10 м<sup>2</sup> озимую рожь и овёс на семена. Рожь собрал 7 кг (70 ц с 1 га, по району 17,3 ц с 1 га), овёс дал 8,3 кг (83 ц с 1 га, по району 18 ц с 1 га).

Мне не раз говорили: на одной сотке или грядке можно получить большой урожай, если постараться. А вот как увеличить урожайность хотя бы в 2–3 раза на сотнях гектаров в крупных хозяйствах?

Хочу отметить, что, во-первых, далеко не все и на одной сотке получают хотя бы двукратную урожайность, следуя традиционной технологии. Во-вторых, и в условиях сплошной механизации можно не пахать, не ставить ежегодно землю на «дыбы», если внедрить давно известные технологические колеи, не трамбовать землю без надобности тяжёлой техникой по 20–30 раз за сезон.

Плодородие можно повышать и в условиях нехватки навоза, который давно уже не отвечает своему высокому титулу «удобрение № 1». Как показывает опыт прошлых лет и современный, для этого надо максимально насыщать севооборот травами, в том числе и сидератами в виде чистых и прочих посевов, в занятых парах.

**Иван ЗАМЯТКИН.**

Красноярский край, п. Шушенское.

Газета «К Земле с любовью!», март 2016 г.

<http://plodorodie.ru>

## Советы Зеппа Хольцера

Как в суровом климате выращивать теплолюбивые растения

**1** Не допускать попадания утренних солнечных лучей: самый холодный момент в течение дня наступает незадолго до появления первых солнечных лучей. Когда солнце светит на растения, чувствительные к морозу, в их цветках и нежных побегах лопаются ситовидные трубки. Ведь в момент таяния лёд ещё раз расширяется. Пример: если заморозить в морозильной камере воду в стакане, сначала ничего не произойдёт. А если вынуть его из холодильника и оставить в тепле, то стакан лопнет. Однако если поставить стакан в морозильную камеру, чтобы вода оттаивала медленно, она растает, но стакан при этом останется целым. Тот же процесс происходит и с растениями. Если они будут защищены от лучей утреннего солнца до тех пор, пока не прогреется воздух, чтобы цветы и побеги могли медленно оттаять, тогда растение почти не пострадает от мороза. Поэтому

очень важно защищать чувствительные к морозу растения от утреннего солнца за счёт того, что перед ними будет что-то посажено, или за счёт посадки с западной стороны дома, а не с восточной.

**2** Закладывать водоёмы природного типа для накопления воды: отражение тепла от поверхности водоёмов в водном ландшафте уравнивает перепады температур воздуха, так как вода в течение дня принимает тепло, а ночью снова его отдаёт. Кроме того, высокая влажность воздуха, возникающая на территории водного ландшафта, стимулирует развитие растений и способствует выравниванию температур.

**3** Использовать камни в оформлении сада: камень в течение дня поглощает тепло и ночью медленно отдаёт его. В этом можно самим убедиться, если подойти ночью к камню

и положить на него руку. Он будет тёплым, а к утру остынет. Благодаря этому эффекту кафельной печки он оказывает балансирующее действие на всё, что находится поблизости от него, и поэтому ночной мороз не может причинить особого вреда. Итак, я могу посадить между камнями чувствительные и теплолюбивые растения и таким образом защитить их от мороза.

**4** Применять метод мульчирования: толстый слой соломы или листвы — хорошая защита почвы от промерзания. Тот, кто хочет сэкономить на мульче, может посадить рядом с чувствительными к морозу растениями лиственное дерево. Осенью листва опадёт, укроет и защитит землю от мороза. Используя подобный приём, я выращивал у нас в Краматорхофе даже виноград и лимоны.

## Поможет горчичный жмых

**Ж**мых горчичных семян является универсальным удобрением: это и фитосанитар, и отличная подкормка, и надёжная защита от вредителей. Его можно использовать при посадке томатов, картофеля и капусты. В этом случае в лунку вносят по горсти вещества. Можно использовать состав и при посеве редиса, моркови и прочих культур. Для этого в бороздки жмых засыпают, как соль, припудривая сверху тонким слоем земли. Расход — не более 1 кг/м<sup>2</sup>.

Многие садоводы-огородники отмечают, что с помощью горчичного жмыха им удалось избавиться от проволочника, медведки, колорадского жука. Многие уверяют, что, после того как впервые попробовали использовать жмых, картофель без этого удобрения больше не сажают: клубни выкапывают крупные, здоровые, без червоточин.

Жмых горчичный можно использовать как средство для борьбы с долгоносиком на землянике или малине: просто посыпьте



те листья жмыхом. Весной очистите плантацию земляники (это относится и к малине, красной и чёрной смородине, крыжовнику, розам и прочим многолетникам). Прямо на землю вокруг кустов насыпьте горчичный жмых. Добавьте питательные вещества («Биогумус», «Оргавит») и присыпьте землёй, которую лучше взять в компостной куче или с того места, где растёт крапива. Таким образом, вы подкормите растения, избавитесь от вредителей и оградите кусты от грибковых заболеваний.

<http://fb.ru>



# Грядки Розума — возрождение земли

**Р**озум Владимир Никитович — разработчик технологии собственных тёплых грядок, профессиональный садовод, для которого органическое земледелие — не пустые слова. Обустройство водоёмов на собственном участке, построение теплиц, грамотное возделывание земли при помощи простых орудий труда, использование сидератов и органических удобрений, повышение урожайности плодовых деревьев, кустарников, овощей «всех рангов» — это малая часть трудов В. Н. Розума.

А тёплые грядки В. Н. Розума стали очередным развитием собственных навыков и умений. Идею мастеру «подарили» заброшенные огороды и неужоженные земли, неплодородные почвы. Результат — в высокой урожайности, полной натуральности продуктов, минимальных трудовых затратах.

В последнее время грядки Розума получили известность, так как это отличный способ возродить бедную почву и создать усло-

вия для получения высоких урожаев в засушливых регионах.

Для создания своих грядок В. Н. Розум из Ивано-Франковска использовал идею конденсации влаги на более холодных поверхностях. Грядка Розума в своём сечении имеет воронкообразную форму, с вершиной, направленной в глубину. В центре грядки делается углубление, в которое укладываются крупные ветки для создания определённого пространства. Именно там в жару и будет конденсироваться влага, так как температура земли на глубине ниже, чем на поверхности, а воздух свободно проходит сквозь толщу мульчи и древесных остатков. Таким образом, грядки конструкции Розума одновременно улучшают почву, производя органическое удобрение, и собирают влагу прямо из воздуха.

Делать грядку Розума имеет смысл там, где земля ещё не обработана и не отличается плодородием. Глинистая, каменная почва не радует дачников, так как обычно требует невероятных уси-

лий по её обработке и завоза большого количества плодородной земли или чернозёма. Избежать этого можно как раз с помощью таких грядок. Порядок создания грядки Розума примерно такой:

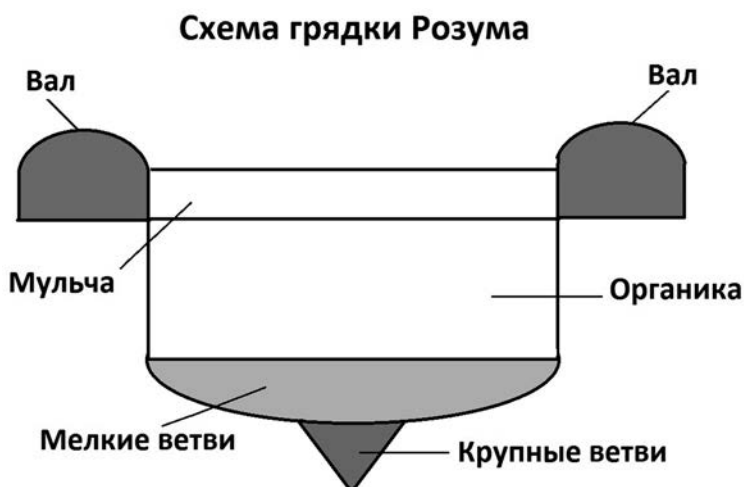
— выкопать ров шириной 80–100 см и глубиной примерно в штык лопаты;

— землю при копке рва выложить слева и справа, сделав небольшие валы;

— края рва выровнять, придав ему форму воронки, если смотреть в сечении;

— посередине рва выкопать клиновидную канавку глубиной 15 см и шириной 20 см.

Далее нужно последовательно заполнить ров органикой, начиная с центральной канавки. В неё укладывают сравнительно крупные ветки. Затем сверху укладывают слой более тонких однолетних веток. Поверх этого слоя — различную органику, листья, кору, остатки плодов, заполняя канавку до среза земли. А сверху пространство между валами заполняется мульчей. Все эти

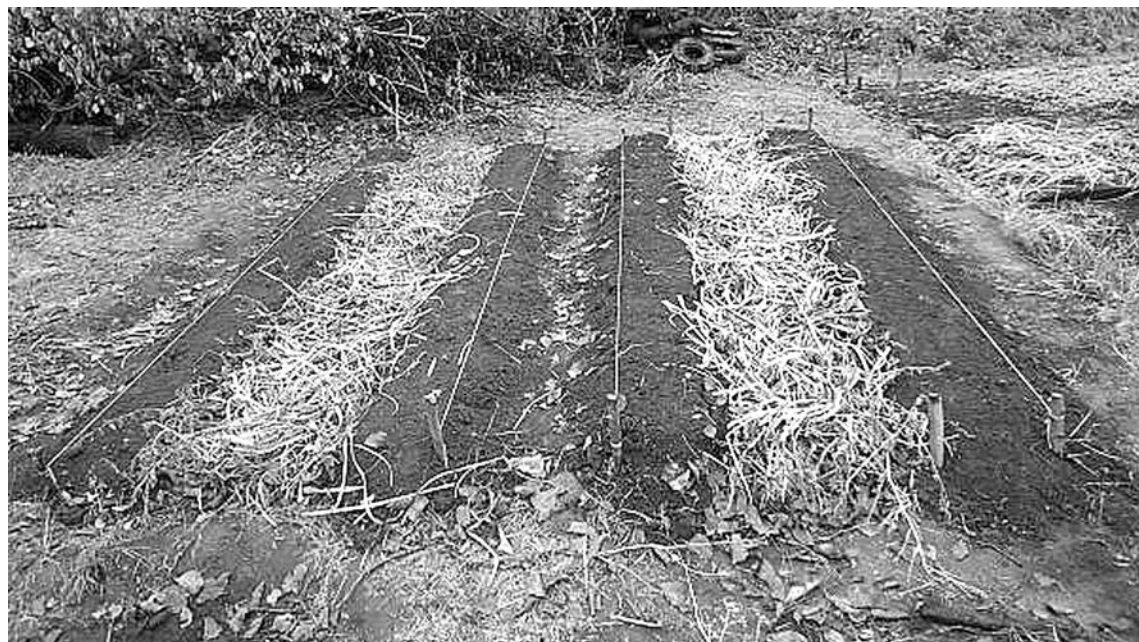


## ПРЕИМУЩЕСТВА КЛИНОВИДНОГО РВА ДЛЯ ОРГАНИКИ ПЕРЕД ПРЯМОУГОЛЬНОЙ КАНАВОЙ

Меньше размеры зоны, где недоступен кислород и где есть риск гниения органики



**В ГРЯДКЕ Розума ОРГАНИКА НЕ ГОРИТ И НЕ ГНИЁТ!**



слои щедро проливаются ЭМ-раствором, чтобы эффективные микроорганизмы начали свою работу по производству органического удобрения.

Этот ров — источник влаги и органики для будущего урожая. Сами растения сажаются на валах справа и слева от рва.

На первый взгляд, такое использование почвы кажется расточительным, но нужно помнить, что на самом деле ещё и почвы-то плодородной нет.

Грядки Розума год за годом будут создавать и умножать плодородие, производя гумус из растительных остатков. А растения, высаженные на валах, будут получать даже во время засухи достаточно влаги и питательных веществ. Кроме того, они открыты для воздуха и солнца. Это и позволяет уже в первый год получить высокие урожаи на неплодородной до этого почве.

[https://vk.com/topic-129145554\\_34310414](https://vk.com/topic-129145554_34310414)

# Мульчирование почвы опилками

**О**пилки — прекрасный мульчирующий материал, разрыхлитель почвы, добавка к компосту.

Это один из самых доступных способов мульчирования. Материал этот легко достать бесплатно.

Стоит отметить, что опилки могут быть свежими или выветрившимися (лежалыми).

Для мульчирования грядок применяют опилки, полежавшие хотя бы год, они будут коричневого цвета. Свежие опилки сильно вытягивают азот из почвы. Опыт показывает: мульчирование огородных культур свежими опилками сильно сдерживает их рост — весь сезон они могут простоять в одной поре, так и не дав прибавления вегетативной массы и урожая.

А вот там, где нужно сдерживать рост сорняков, свежие опилки могут пригодиться. Бывалые огородники применяют свежие опилки так: укладывают их на год или два в междурядья постоянных грядок, благодаря этому в междурядьях практически не растут сорняки. Затем через год-два переносят уже лежалые опилки с междурядий на грядки.

В проходы же засыпают свежие опилки.

## Польза мульчи из опилок.

Внесение на грядки опилок можно применять, когда необходимо разрыхлить почву. Например, глинистые почвы очень вязкие, обычно в них не хватает воздуха для хорошего развития корневой системы культур. Здесь опилки придутся кстати, постепенно поправят структуру такой почвы, сделают её более рыхлой.

Слой опилочной мульчи нужно делать не менее 5–7, не более 10 см. Особенно подойдёт такая мульча для моркови и других мелкосемянных культур с нежными всходами, для озимого чеснока, допустима для земляники.

Однако можно быстро составить свежие опилки и сделать их прекрасным удобрением.

Описанный ниже способ позволяет обогатить опилки азотом и внести микроорганизмы и грибы, разлагающие их.

## Нам понадобятся:

- свежий коровий навоз: одно ведро развести с водой в ёмкости объёмом примерно 70 л,
- любой биопрепарат для ту-



алетов и выгребных ям, — примерно 200 л увлажнённых опилок (это около 20 ведёр).

Время приготовления прекрасной мульчи-подкормки примерно 20 дней.

Смешаем в ёмкости ведро навоза (10 л) и воду (60 л) и добавим в этот объём ЭМ-препарат для выгребных ям, септиков и туалетов по инструкции, а через неделю добавим ЭМ-препарат для септиков в той же дозе второй раз. Дадим настояться 12–14

дней. Затем полъём подготовленные (увлажнённые) опилки раствором навозной жижи: понадобится примерно 3–5 л. Тщательно перемешаем опилки, укроем тёмной плёнкой. Дадим постоять им ещё 6–8 дней.

Вносим такие опилки в качестве мульчи и разрыхлителя в грядки, это очень хорошая добавка к компосту.

**Вера БОЛОДУРИНА.**

г. Орёл.

<http://prirodnoe-zemledelie.ru>





Хочу поделиться своим опытом выращивания и использования лекарственных и пряных трав. Но обращаю внимание, что любые целебные свойства растений могут принести вред, если дары природы использовать, не посоветовавшись со своим врачом и не соблюдая правильные дозировки. Заготовкой трав занимаюсь в течение всего дачного сезона. Путём проб и ошибок выбрала для себя растения универсальные (но с основным прицелом на сердечно-сосудистые заболевания), которые можно использовать и в качестве профилактики. Все их не описать, очень уж большая у меня лечебная плантация на участке, но расскажу о самых любимых.

### Мелисса

Прежде всего это мелисса, или лимонная мята.

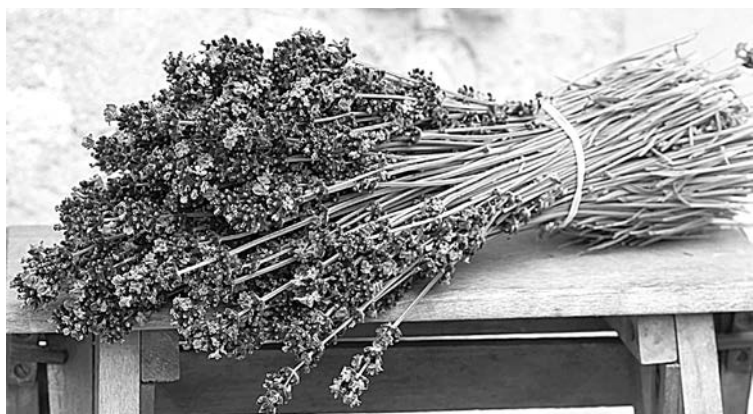
Мелисса не любит тень и кислые почвы. При повышенной влажности часто поражается грибком, и тогда растение погибает. Размножаю я её делением кустов (можно вырастить и из семян, но так проще). Использую в свежем и сушёном виде в течение всего сезона. Добавляю в чай и напитки, в мясные и рыбные блюда, главное — не переборщить.



Мелисса почти не имеет противопоказаний, это одно из немногих растений, которое используют при лечении детских неврозов, сердечных и желудочно-кишечных заболеваний. Улучшает она и сон. Ванны с её отваром снимают усталость и раздражительность. В качестве профилактики я завариваю 1 ст. л. сухой травы 1 стаканом кипятка и настаиваю 15–20 мин. Пить лучше с мёдом и лимоном.

### Лаванда

Следующая моя любимица — лаванда. Увидела однажды в Крыму целую поляну с этим цветущим растением и испытала неопиш-



мое чувство восторга и наслаждения. Первая попытка вырастить её из семян была неудачной, но я решила не сдаваться. Купила на базаре у бабушки свежие, почти зацветшие веточки лаванды и высадила их у себя под абрикосом, предварительно «припудрив» стимулятором корнеобразования. Потом полила, накрыла банками и стала наблюдать.

К моему изумлению, черенки прижились, наверное, вняли моим просьбам. Я её размножила и всем друзьям раздала. Уход за ней включает в себя обязательную обрезку весной и внесение комплексных минеральных удобрений осенью.

Землю вокруг посадок посыпаю песком. И за это благодарит лаванда изумительным аро-

матом весь дом. Ни одно чаепитие без него не обходится. О противопоказаниях информацию не встречала (кроме аллергии, но в редких случаях). Сушу на протяжении всего периода цветения целыми охапками.

Лофант размножаю делением куста, потому как он абсолютно неприхотлив. На зиму обрезаю куст, оставляя 10 см, обсаживаю им грядки с огурцами и перцами. Растёт он в саду и одиночными кустами. Его аромат привлекает пчёл, ведь он ещё и отличный медонос.

### Шалфей, иссоп...

Растут у меня ещё шалфей (лекарственный и мускатный), иссоп, котовник, мята перечная. Из пряных трав хочу выделить май-



ками, чтобы вредители картошки-морковку не испортили. А ведь ноготки способны сохранить не только урожай, но и наше здоровье! Недаром во всех фармакопеех к их названию прилагается эпитет «лекарственные».

В цветах этого растения содержится целебное эфирное масло, красящее вещество календулин, каротиноиды — биохимиче-

может достигать трёхметровой высоты! Правда, молодые побеги амаранта заглушают сорняки, поэтому позаботьтесь о прополке.

В пищу идут свежие, тушёные, варёные и жареные молодые побеги с листьями. Из них можно готовить салаты, закуски, гарниры, а семена использовать как добавку к кашам, хлебу и кондитерским изделиям — такая выпечка приобретает приятный ореховый вкус и долго не черствеет.

Благодаря высокому содержанию рутина (витамина Р) амарант укрепляет стенки сосудов, а комплекс жирных кислот — арахидоновой и линоленовой — защищает от атеросклероза. Особенно ценится амарант своим белком (в листьях некоторых видов его до 58%, а в семенах — 20%). По аминокислотному составу он близок к животному, а по усвояемости превосходит кукурузный и даже соевый белок.



Совет. Если соблюдаете пост или сидите на вегетарианской диете, обязательно включайте в рацион амарант! 200 г его листьев не только покрывают суточную потребность организма в белке на 10%, но и повышают усвоение белка, содержащегося в других продуктах. Из листьев и молодых побегов, которые, кстати, как и цветки календулы, можно засолить на зиму, готовят салаты, супы, борщи, пюре. Хорош также тушёный амарант с пассерованным луком и яйцом.

### Ревень тангутский

В тёплое время года проблемы с желудком не редкость: то он расстроится, то, напротив, возникнет запор. В аптеке вы не найдёте таблетки, которая избавляла бы от двух проблем сразу. А в природе такое средство существует — ревень тангутский.

Это мощное многолетнее растение, которое на второй год выбрасывает густые полуметровые метёлки с мелкими бело-розовыми цветками, становясь украшением сада.

Лечебный эффект этого растения обусловлен наличием двух противоположных по своему действию комплексов. Одни усиливают перистальтику кишечника, оказывая слабительное действие через 8–10 часов после приёма сока корня или его настоя, а вторые обладают вяжущими, закрепляющими и антисептическими свойствами.

Но как же тогда получить нужный эффект? Оказывается, он зависит от дозы. В малом количестве (до 0,2 г) ревень оказывает закрепляющее действие, а в большем (0,5–1 г) — слабительное. Только не путайте ревень тангутский с огородным — этот вид обладает лишь послабляющим действием.

Совет. Что касается ревеня огородного, используйте только молодые его черешки, собранные в мае. В этот период они вкуснее —

# Аптека в огороде

## Как выращивают лекарственные травы

матом во время цветения и отдаст свою целебную силу зимой. Известный английский врач Д. Паркинсон рекомендовал её даже как средство от всех болезней головы и мозга. Лаванда входит в состав чаёв для укрепления сосудов, лечения заболеваний нервной системы, в желудочно-кишечные сборы. Лично я использую её в смеси с мелиссой, лофантом и базиликом (1:1:1:1). Этот замечательный по своим целебным свойствам квартет поддерживает иммунную систему, укрепляет сосуды, улучшает сон и, главное, великолепно помогает справиться с простудой и кашлем.

### Лофант анисовый



Ещё я без ума от лофанта анисового — многолетника с замечательными лечебными свойствами и волшебным ароматом. Это чудо природы я использую на протяжении всего года. В свежем виде добавляю во все салаты, напитки, мясные и рыбные блюда. Особенно хорош он в закатке. Веточка в 12 см, добавленная в банку, зимой наполнит аро-



оран — это многолетняя ароматная трава. Выращиваю из семян в стаканчиках. Высаживаю в марте. Если тоже решитесь, то пусть вас не смущают её очень слабые стебельки, потом она ого-го как разойдётся. Высаживаю в сад в конце мая, в полутень.

Удобряю слабым раствором коровяка (1:20). Первый год трава набирает силу. Следующей весной обрезаю почти под корень, и тогда нарастает нежная масса из мельчайших зелёных листочков и белых цветочков. Использую майоран в свежем виде и сушу на зиму. Пара веточек придаст блюдам изысканный аромат и вкус.

Сушу ещё базилик, петрушку, укроп. На протяжении всей весны употребляю листья горчицы, всевозможные листья салатов. Особенно мне нравится лолло-росса (фиолетовый): он богат йодом, витаминами, а ещё украсит своими листьями любой праздничный стол.

Зачем тратить деньги на дорогие лекарства, когда на участке растёт столько болеутоляющих, ранозаживляющих, жаропонижающих и желчегонных, сколько не всякий фармацевтический завод выпускает!

Из 500 тысяч видов растений, цветущих и колосающихся вокруг нас, наука признаёт целебными около 300. Но это не значит, что остальные бесполезны для здоровья, просто лекарственные свойства большинства из них ещё не исследованы. Зато специалисты, изучившие вдоль и поперёк цветы и травы, которые мы культивируем на дачах как декоративные, заявляют, что на самом деле эти растения способны не только радовать глаз, но и избавлять от самых разных недугов.

### Календула

Кто-то высаживает календулу на клумбе, а кто-то — между гряд-

ские предшественники витамина А (в оранжевых лепестках их вдвое больше, чем в жёлтых), а также витамин С, фитонциды, органические кислоты...

Ещё в древности из календулы готовили настои для полоскания горла при простуде и ангине (1 ст. ложка на стакан кипятка). С её помощью заживляли раны и ушибы, избавлялись от кожной сыпи и отёков. Противовоспалительное и антисептическое действие ноготков, их способность успокаивать боль ценятся и в наши дни.

Кстати, раньше в Приморье хозяйки клали немного растолчённых в порошок цветков календулы в тесто, чтобы оно приобрело красивую желтоватую окраску. А в Италии и Франции, где знают толк в сырах, их основу подкрашивают и ароматизируют с помощью всё тех же ноготков. Ну а многие современные диетологи рекомендуют использовать этот цветок как витаминную специю.

Совет. Добавляйте 2–3 мелко нарезанных цветка календулы в салаты или кипящий бульон при варке супа. Можно приготовить добавку заранее: подержите цветочные корзинки в продуваемой ветром тени, досушите в умеренно горячей духовке, поместите их в хлопчатобумажный мешок и сотрите в порошок. Просейте и ссыпьте в банку. Кладите его в тесто, заправляйте супы (1/2 ч. ложка на порцию).

### Амарант

Зерном, посланным Богом, называли амарант ацтеки. На протяжении 8 тысяч лет он был и основной зерновой культурой индейцев Южной Америки и Мексики, а также главным их лекарством от всех недугов. Амарант очень неприхотлив, отлично растёт даже в засушливую погоду, красиво цветёт и даёт за лето несколько урожаев семян с одного стебля, который



кисловатые, как антоновка, из-за обилия яблочной и лимонной кислоты. Летом черешки грубеют и накапливают избыток щавелевой кислоты, которая не всем полезна: её нельзя употреблять при заболеваниях почек и подагре. Кстати, из молодых черешков получается неплохая начинка для блинчиков и пирожков, а листья хороши для голубцов.

### Фиалки

Анютины глазки (фиалка трёхцветная) найдутся в каждом саду. Не только нам с вами они нравятся: фиалка была любимым цветком Шекспира, Шелли, Гёте и Тургенева. Этот символ верности и любви, скромности и невинности служил эмблемой Древним Афинам, а в Генуе чеканился на монетах.

Природа действительно одарила скромный цветочек несметным богатством: в нём есть эфирное масло, флавоноиды, алкалоиды, сапонины, витамин С, каротиноиды, дубильные вещества. Благодаря такому вот целебному коктейлю фиалка обладает широким диапазоном лечебного действия: снимает воспаление, очищает кожу, оказывает мочегонный и потогонный эффект, повышает иммунитет, помогает при артрите и ревматизме.

Совет. При кожных проблемах (разного рода сыпь, раздражение, крапивница, дерматит) принимайте фиалковые ванны (300–500 г травы на ведро). Жалко перевернуть столько цветов? Тогда просто обмывайте поражённые участки кожи концентрированным настоем фиалки (2 ст. ложки на стакан кипятка).

### Одолень-трава

Так в древности называли синюху голубую. Этот красивый многолетник, увенчанный удлинёнными метёлками ярко-синих цветков, в центре которых резко выделяются жёлтые тычинки, можно сажать не только с декоративной, но и с лекарственной целью.

Выберите для этого солнечный участок с неглубоким залеганием грунтовых вод. Размножается синюха семенами, а весь уход за ней сводится к прополке и рыхлению. В первый год растение образует только розетку листьев, зато на следующий начинает цвести. Помимо всего прочего это ещё и хороший медонос с тонким, приятным ароматом!

Выращиваете синюху с сугубо лекарственной целью? Для лучшего развития корневой системы (а из неё-то и готовят настои) на втором году проведите вершкование, срезав в период массового стеблевания ветки на высоте 20–25 см от земли. По мере отрастания новых побегов вершкование повторите. Выкапывают корневища с корнями осенью после того, как синюха отцветёт. Впрочем, корни растения первого года, которое ещё не цвело, тоже можно заготавливать. Для этого их отряхивают от земли, обрезают остатки стеблей, очень быстро промывают в проточной воде, а затем подвяливают на солнце и сушат в духовке при температуре 50–60°C.

Совет. Успокоительное действие настоя этого растения в 8–10 раз выше, чем у валерианы и пустырника! Синюха снижает давление, обладает отхаркивающим и болеутоляющим действием, нормализует обмен веществ.

**Зинаида КОМАРОВА.**  
Днепропетровская обл.  
<http://vsaduidoma.com>

# Чтобы малины было много



### Совет первый — шпалера

Малину надо обязательно выращивать только на шпалере, это доказано опытом миллионов.

При посадке ровными рядами, при установке столбов и проволоки ваша малина каждый год способна давать в 6–8 раз больше ягод, и при этом вы получаете максимально возможное качество ягод.

Все ваши усилия теряют смысл, если ваша зелёная фабрика (растение малины) не способна проявить свои природные преимущества и тянет своё существование наподобие дикой малины.

### Совет второй — обновление

Малина не может вырождаться, биологически это невозможно. Но немало дачных участков, где малина — это запущенные заросли, а ослабленные, болеющие растения малины называют вырождающимися.

Много примеров, когда «вырождающуюся» малину садоводы приводили в порядок и снова получали урожайные кусты с крупными ягодами.

Надо заново по шпалату наметить ряды, в ряду забить колышки по шпалату через 70 см, всё ненужное уничтожить, оставленные в нужных местах растения долж-

ны получить полный уход, а в пустые места (где по шпалату ничего нет) посадить нужные саженцы.

Надо постоянно заново в каждом ряду подсаживать новые саженцы через 70 см, а все лишние растения малины ликвидировать. Надо усилить рост основных побегов в центре куста, и за год-два хороший уход вернёт вашу посадку к урожаю и качеству ягод.

### Совет третий — узкие ряды и удаление поросли

Ряды малины должны быть узкими, до 30 см шириной, а внутри ряда между кустами должно быть свободное место.

Причина неудач в том, что часто малину выращивают в виде широкой полосы, где посаженные растения растут вперемешку с массой растений из поросли, которые выросли сами по себе.

Биология малины такова, что всегда вокруг основного растения вырастает довольно много поросли. Куст малины — это посаженный разросшийся саженец и поросль вокруг него. Поросль — это тоже малина, никто её не сажает, но каждый год она вырастает сама. Для основного урожая поросль малины — это сорняк, и, как с любым сорняком, с ней надо постоянно бороться. Именно поросль забирает на себя больше 50% всех питательных веществ,

добываемых и вырабатываемых всем растением малины.

Когда на малине не оставляют поросли, то все основные побеги малинного куста хорошо освещаются солнцем снизу доверху, поэтому урожаем на них также размещён по всей длине побега, а не только на верхушке. Ягоды хорошо освещены солнцем и обдуваются ветром, поэтому намного меньше поражаются грибными болезнями и насекомыми.

Все эти преимущества вы всегда видите на своих саженцах малины на втором году жизни, когда они ещё не могут быть загущёнными и дают много ягод по всему побегу снизу доверху. Надо приучить себя к правилу: большой урожай малины зависит от постоянного уничтожения поросли. Удаляют поросль острой лопатой, подрезая её в земле на глубине 3–5 см.

Если обычно у малины сорта Киржач в загущённой посадке на каждой плодовой веточке формируется 6–8 ягод, то на посадке, где регулярно удаляют поросль, на каждом латерале (плодовой веточке) формируется по 8–14 и даже по 18 ягод.

При отсутствии поросли корневая система работает на усиленное развитие побегов замещения куста — основы урожая и его качества. Ягоды получаются более крупными, более сладкими и лучше выполненными. На каждой плодовой веточке (латерале) ягод получается больше, да и латерал на побеге образуется тоже больше.

Если мы регулярно удаляем поросль, то на плантации малины сорта Киржач от первых и до последних сборов ягоды почти не мельчают, их вкус остаётся типичным сладким, и даже при дождливой погоде на ягодах почти нет загнивания, и они дольше сохраняются в хорошем качестве.

Малина располагается по участку. Такова её биология, против природы, может, и не надо делать что-то. Не такая великая проблема каждый год в мае-июне

дважды пройтись и острой лопатой подрезать всю поросль, где бы она ни возникала. Совсем не обязательно каждую новую поросль выкапывать, если вы подрезаете её у земли. Если некоторые садоводы вкапывают шифер, металлические листы и говорят, что у них малина не ползёт, так при этом они лишают себя обильного урожая и будут иметь в лучшем случае только небольшую часть возможного урожая малины.

Малина — такая культура, у которой над землёй большой верер листьев, а корни всего на 10–20 см в верхнем горизонте почвы. Вот почему частые подсыхания почвы сильно сказываются на «самочувствии» растения, а испытавшие на себе плохие ситуации побеги малины на следующей год дают вместо 30–35 только 8–10 веточек с ягодами. Вроде нет гибели куста, но и урожая почти нет. И тогда понятно, что урожай нынешнего года очень зависит от условий жизни побега в предыдущем году, и поэтому плохой уход нынешнего года — это фундамент неурожая на будущий год. Такова биология.

### Совет четвёртый — мульчирование

Совет очень старый, и теперь, когда навоза почти нет, надо именно малине стараться отдать весь компост из мусорной кучи, из кучи перепревших сорняков, из возможного привоза торфа или любой органики. Ни яблона, ни смородина так не угнетены при отсутствии органики, нежели малина. В природных условиях при отсутствии органики в поле малина вообще не растёт, а на опушках леса при обилии перегнивших листьев и другого материала даёт хороший урожай. Человек вроде всё знает, но этого мало, надо элементарно выдерживать природные требования малины и мульчировать кусты малины каким-либо растительным материалом.

<http://ecology.md>

## Смешанные посадки в теплице

### ■ Вера Болодурина

г. Орёл — Междуречье  
[vera.saveli-eva@yandex.ru](mailto:vera.saveli-eva@yandex.ru),  
<http://prirodnoe-zemledelie.ru>

Традиционные тепличные культуры можно по пальцам перечесть: томаты, перцы, баклажаны, огурцы. Кто-то дополняет их зеленью и пряными травами.

Так что же ещё можно посадить в теплице, чем дополнить основные культуры? И по каким принципам дополнять?

Конечно, ни одна теплица не должна обходиться без сидератов. При ранневесеннем посеве холодостойких сидератов временная смешанная посадка может состоять из рассады паслёновых и сидеральных культур: вики, овса, горчицы.

Вполне жизнеспособно сочетание цветочной рассады (например, уважаемые в биологическом земледелии бархатцы и календула) и молодых паслёновых.

Интенсивная посадка под молодыми растениями огурцов в теплице может состоять из быстро растущего редиса, укропа, скоропелого салата.

Под томаты можно посеять базилик или высадить его рассаду. Хорошо сочетаются томаты и петрушка. На томатной грядке можно посадить лук на зелень.

Баклажаны будут прекрасно соседствовать с салатом, пара посаженных чесночин защитит от болезней.

Ближе к лету к высокорослым томатам можно подсадить прекрасно развивающиеся в теплице дыни и арбузы. Томаты при этом лучше вести в один стебель, а дыни и арбузы посадить в заранее подготовленные и особым образом заправленные лунки.

Компаньонами сладкого перца могут стать огуречная трава (бораго), которая защитит перец от повреждения слизнями, базилик, сильный аромат которо-

го отвлечёт вредителей от основной культуры, а также настурция и лук.

Примерно к августу под высокорослыми томатами можно посеять горчицу, которая защитит от фитофторы и фузариозного увядания, выполнит роль живой мульчи, а потом послужит прекрасным удобрением и снимет почвоутомление.

Конечно, здесь перечислены только самые распространённые сочетания. На самом деле вариантов смешивания гораздо больше. Экспериментируйте! Смешанные посадки позволяют не только получить большой урожай с единицы площади, но и уменьшить повреждение вредителями и болезнями, снять почвоутомление.



# Жить в поместье и менять Мир к лучшему (этим и зарабатывать)

Расскажу о нашем опыте красивого, полезного для Мира заработка.

## ■ Василиса Новикова

Экопоселение Росток,  
Ростовская обл.,  
Белокалитвинский р-н, хутор Дубовой

По образованию я художник, всегда мечтала сделать красивее всё, на что падал мой взор. В детстве на специальных занятиях и дома я расписывала деревянные и глиняные изделия. Много лет занималась вышивкой одежды; получила красный диплом по вышивке в художественной школе. Окончила Ивановское художественное училище.

А ещё меня учила моя бабушка. Я просто влюблена в это искусство! Ручная вышивка — это настоящее волшебство.

Моя бабушка вышивала для меня всё: одежду, пальто и купальные принадлежности. Эти вещи я всегда несказанно любила. Когда меня одевали в вышитое бабулей платье, мне казалось, будто она держит меня на руках, обнимает своим Светом, своей Душой! Мне было так хорошо, что я с трудом соглашалась надевать другие вещи. Однажды мама на Новый год купила мне дорогое блестящее платье, всё в рюшечках. Мама настаивала, чтобы я пошла на Ёлку в нём, а я рыдала и умоляла разрешить надеть вышитое бабулей платье. Мне тогда было 5 лет, и я на всю жизнь запомнила тот день и ту боль. Я так ярко чувствовала разницу бездушного блестящего платья и намоленного волшебного, в котором чувствуешь себя как в раю или как у Бога за пазухой.

Мало кто в жизни надевал вышитое, намоленное... Такая же разница между грудным вскармливанием и бутылочкой. Ребёнок на грудном вскармливании бутылочку не возьмёт, а тот, кто не знал этого, будет и бутылочке рад.

Я изо всех сил стараюсь, чтобы у моих детей были такие волшебные вещи, хотя свободное время для вышивки бывает только по ночам...

Когда я работала в вышивальной мастерской, поняла, что вложить хоть каплю души в изделие, вышитое машинками, не получится. Контролируя шесть вышивальных машин одновременно, невозможно вкладывать душу и чувства в изделие, так как сам становишься частью машины во время дико ускоренной работы.

Преимущество ручной вышивки ещё и в том, что каждое изделие неповторимо, а многие сложные швы и их комбинации невозможно сделать на машинке.

Я думаю, что изделие становится волшебным, когда в него вложено много мыслей и чувств доброго, счастливого человека, желательно близкого. В древности вышитые обережные рубахи оберегали воинов от стрел.

Раньше я пробовала зарабатывать вышивкой, но сейчас ушла от этого. Вышитые вручную изделия дорого стоят, так как качественная вышивка очень долго делается. Тогда я перешла на роспись по ткани. Это своеобразный аналог вышивки. Изделие долго носится, недорого стоит и выглядит как вышитое. Времени на изделие ухо-

дит не слишком мало (успеваешь душу в него вложить), и не сильно устаёшь. То, что я вышивала за несколько месяцев, делаю за несколько вечеров росписью.

Я провожу мастер-классы по вышивке и росписи по скайпу. Это недорого, но доступно каждому. Также выезжаю по приглашению, если собираются группы от 10 человек. На страничке ВКонтакте ([vk.com/vasilisa.novikova](http://vk.com/vasilisa.novikova)) я выкладываю свои изделия. Мы шьём только из 100%-ного льна или шёлка, зная их уникальные свойства.

Также я помогаю обрести новый вид и смысл вашим вещам. Бывает так, что кто-то дарит детям вещи с не очень красивым рисун-

Одежда сильно влияет на внутреннее состояние человека, даже на его работоспособность. Раньше, когда я выходила работать в поместье в трико, у меня сразу портилось настроение, я быстро уставала, болела спина, я чувствовала себя рабыней на плантации. А когда начала трудиться в льняных, вышитых бисером сарафанах, весь мир изменился. Походка стала плавнее, сутулость ушла (спина не болит), выхожу на участок и чувствую себя ведруссой-волшебницей, спасающей нашу Землю-Матушку.

Большое влияние наша одежда оказывает на гостей из города.

Ещё мы делаем пасту для посу-



ком (например, человек-паук или ещё что-то) или неподходящими надписями. Вещь может быть качественной и дорогой, но вас не устраивают смысл и образ рисунка, символа или надписи (на английском или другом языке).

Почти любую одежду можно изменить росписью: закрасив пауков, нарисовать искрящийся голубизной пруд с лебедями, лилиями и кувшинками, или белочку сре-



ды ветвей кедра, или папу и маму с детьми в чудном саду, возле домика из Мечты. Также есть миллиарды стильных орнаментов, в которые можно вплести славянские символы.

Вы можете это сделать сами, консультируясь со мной по скайпу, или выслать изделие на переобразование.

Многие не знают, что почти во всех художественных магазинах есть краски по ткани, они хорошо держатся на ткани. Расписная футболка моего мужа уже износилась, а рисунок как новый!



чуть меньше половины ведра золь, а воды доливаем до полного ведра. Если залить горячей водой, щёлок приготовится быстрее, до полного оседания частиц. Холодная вода увеличивает срок приготовления пасты до нескольких дней. Мы на печке с краю держим ведро с щёлоком, и, когда есть время, я его начинаю разделять — верхнюю жидкость (жидкий щёлок) сливаю для стирки в стиральной машине. Сливать можно маленьким шлангом или аккуратно ковшиком, не поднимая муть.

Мы уже давно стираем щёлоком в стиральной машинке, на одну закладку белья льём 1 литр щёлока. У нас вода мягкая, поэтому мы соду не добавляем, в случае с жесткой водой можно добавить несколько ложек соды. Также я кипячу белое бельё (при сильном загрязнении) в концентрированном щёлоке.

Однако со щёлоком нужно быть осторожнее! Если краска не стойкая, он отбелит, если ткань очень слабая, может раздёрнуть.

Густой осевший щёлок процеживаем через железное сито. Работаем только в клеёнчатых перчатках, так как большое количе-

ство щёлока сильно сушит кожу. Процеженную жидкую пасту я отстаиваю несколько дней до отделения жидкого щёлока, его сливаю для стирки, а оставшаяся паста идёт для мытья посуды, в неё добавляю эфирное масло мяты.

Паста из щёлока великолепно обеззараживает, чистит и убирает запахи. Высылаем почтой.

Продавая такую пасту, мы спасаем Мир от наплыва очень опасной для здоровья бытовой химии, сохраняем здоровье людей и планеты, а значит, меняем Мир к лучшему!

Я делаю омолаживающий крем для лица и век, но только маленькие партии для себя, родных и друзей, немного остаётся на продажу. Я подобрала масла с сильными омолаживающими свойствами (гипоаллергенные), добавила пчелиный воск и эфирное масло герани (пахнет как розочка). Результат от приёма такого крема виден через несколько дней.

Девушки, делайте крема сами для себя и друзей! Этим вы меняете Мир! Красивые лица людей — это и есть красота Мира!

Мы создали диск сказок-притч для детей и взрослых (с иллюстрациями), я уже писала о нём в газете («РЗ» № 1, 2017 г.). На написание сказок меня вдохновляют дети, у нас их двое. Сказки — самый эффективный метод воспитания, лучший способ рассказать о прекрасном и сложном Мире, мотивировать детей к чему-то. Сказками можно создавать поколения, их осознанность, чувствительность, тем самым влияя на их будущие решения. С добрыми, мудрыми сказками в сердце дети сотворят Мир только прекрасным!

Сказки для ознакомления выложены на моей страничке ВКонтакте.

Все дела в поместье и для заработка мы делаем вместе с мужем, он бард, участник Каравана Любви Солнечных бардов.

Выбирая заработок, мы хотели прежде всего не расставаться друг с другом, быть с любимыми детьми и поместьем, и у нас это получилось! Чего мы всем желаем!

О нас и наших изделиях можно узнать ВКонтакте: [vk.com/vasilisa.novikova](http://vk.com/vasilisa.novikova), тел. 8-928-105-1611, 8-928-199-1910.

**От редакции.** Василиса, сердечно благодарим вас за присланные подарки. Желаем вам творческих успехов, реализации задуманного и семейного счастья! Будьте счастливы!





## VI Фестиваль на Дobreй Земле

ждёт всех с 17 по 25 июня 2017 года!



**Н**а дворе уже стоят тёплые денки, солнце всё пригревает и пригревает, впереди долгожданное летнее тепло, и поэтому в голове уже потихонечку закрадываются мысли о том, где бы весело да с пользой провести время. А раз так, то расскажем вам об одном из первых летних фестивалей этого года.

Многие из вас, дорогие читатели «Родовой Земли», знают о Дobreй Земле, в предыдущих выпусках мы писали о детских программах, а теперь пора рассказать и об очередном VI фестивале на Дobreй Земле, который пройдёт в этом году с 17 по 25 июня 2017 года.

Так уж повелось, что фестиваль — это праздник, праздник радостный, глубокий, душевный. Это место, где встречаются единомышленники, старые друзья, но случаются и новые встречи, неожиданные, интересные. И особенно прекрасно и замечательно для нас, доброземельцев, что каждый раз на фестивале складываются новые семейные пары. А это значит, что фестиваль — живой, и мы чувствуем особую ответственность, каждый год стараясь сохранить и мысленной эстафетой передать в год следующий этот светлый, едва осязаемый источник добра.

Но фестиваль — это не только праздник, это место решения насущных задач. За хоровами, добрыми, непринуждёнными разговорами, купанием и гулянием по округе нельзя никак забыть и о важных целях нашего движения Родовых поместий и экопоселений, да и всех, кто старается вести осознанную жизнь на земле, быть верным своему сердцу и мечте. Как развиваться поселениям в изменчивых внешних условиях? Идти на изоляцию или взаимодействие с внешним миром? Как создать устойчивый заработок, да так, чтобы он не противоречил нашим принципам? Как учить детей? Как решить проблему второго поколения? Эти и многие другие вопросы мы будем поднимать на выступлениях и «круглых столах» в рамках секций «Свое дело», «Развитие поселений», «Экология и устойчивость», «Альтернативное и семейное образование» и пр.

Поэтому внесите в свои календари поездку к нам, приезжайте со всей семьёй, с любимыми или по одному, поучитесь новому или поделитесь своим опытом. Мы приглашаем жителей всех поселений Родовых поместий России, поселений других стран и тех, кто только задумывается о переезде из города.

Приглашайте друзей и знакомых, будьте уверены, что Дobreй Земли хватит на всех!

**Дмитрий СОЛОВЬЁВ,**  
координатор Фестиваля,  
житель РП Родное,  
dmitry.solovyev@list.ru  
Владимирская область,  
Судогодский р-н, близ деревни  
Студенцово, Дobreя Земля.  
Сайт добраяземля.рф



■ **Оксана Мицкевич**

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

## Ода сныти

**В**от уж она моя любимица! Весной, когда первая зелёная травка только-только выглядывает из земли, я направляюсь в укромный уголок сада, где специально развела сныть.

«Снитка» — так когда-то ласково называл её Серафим Саровский. Причём сохранились древние писания, где рассказывают, что Преподобный Серафим Саровский питался снытью (внимание!) три с половиной года! Так, он поведал одной дивеевской сестре: «Я сам себе готовил кушанье из снытки. Ты знаешь снитку? Я рвал её да в горшок клал, немного вольёшь, бывало, в него водицы — славно выходит кушанье. На зиму я снитку сушил и этим одним питался, а братия удивлялась, чем я питался. А я снитку ел...»

Ещё в древности называли её снedyю. Наши прабабушки говорили: «Дожить бы до сныти!»

Не отсюда ли пошло слово «снedyть» (бел. «ужинать»)?

Вот что говорит о пользе это растения великий мудрец Гугл:

«Сныть — уникальное пищевое растение, которое содержит в себе массу полезных веществ и используется как в приготовлении различных блюд (в супах, салатах, окрошке), так и в народной медицине. Излечивает множество заболеваний пищеварительной, сердечно-сосудистой системы. Лечит почки и мочевой пузырь, растворяет тромбы в сосудах. Благоприятно влияет на центральную нервную систему, укрепляет опорно-двигательный аппарат. Противопоказаний не имеет».

Интересно, правда?

А сколько животворной энергии даёт нам эта травка в ранневесенний период!

Узнать её не сложно: из ножки растёт на трёх стебельках по 3 листочка.

Вот я однажды и решила развести это великолепие в укромном уголке сада моих родителей.

Правда, деревенские жители с ней борются, как со злостным сорняком. Согласно, хорошо разрастается эта травка, но если вы регулярно косите, то она вам не страшна, плюс постоянно свежая зелень к столу будет.

Однажды, когда я выкапывала на улице этот сорняк, дабы пересадить в сад, подошёл отец, недоверчиво посмотрел на меня и спросил:

— И что это ты за хрень копаешь?

Я ничего не ответила, толь-



ко улыбнулась. Когда он отошёл, услышала за спиной голос маленькой дочери:

— Знал бы он, что эту «хрень» с таким удовольствием каждый день в салате ест!

Да, первые зелёные салаты и коктейли у нас начинаются со сныти. Важно её срывать совсем молодой (10–20 см, не больше), когда листики ещё нежные. Её следует хорошо вымыть, нарезать и перетереть с солью. К тому времени уже вовсю растёт зелёный лук у меня на окошке и даже поспевают первый свежий огурчик на подоконнике. Вот их также добавляю в салат (можно использовать и кислый огурец), в общем всё, как я описывала в рецепте о первых зелёных салатах. Вкусна сныть и в супах, и с тушёными овощами, и в веганских котлетах, но, конечно же, большую пользу она приносит в свежем виде. Надо сказать, что вкус у неё нейтральный, поэтому хорошо сочетается с любыми комбинациями продуктов.

А сейчас выкладываю свой новоизобретённый и новоиспечённый рецепт, уже испробованный и продегустированный моими друзьями.

Получив единогласное «ОДОБРИМ!», теперь могу смело делиться им с вами.

### Чебуреки со снытью (рецепт украден :-))

Для начала рецепт тончайшего теста с хрустящей корочкой:  
мука — 5 стаканов,  
масло сливочное — 200 г,  
масло растительное — 3 ст. л. (я в тесто предпочитаю добавлять горчичное — и вкус, и цвет, и польза!),



укус (мы, конечно, будем использовать яблочный) — 2 ст. л., соль — щепотка.

**Начинка:**

Сныть моем, мелко режем, перетираем с солью.

Далее берём луковицу, также мелко режем и пассируем с небольшим количеством соли и (обязательно!) красного перца.

Я, конечно, предпочитаю добавлять зелёные перья дунганского лука<sup>1</sup>.

Всё перемешиваем, а далее... далее меня нужно было оттащить от миски, чтобы я не съела всю начинку!

**Приготовление:**

Масло из холодильника натереть на тёрке.

Налить воду из холодильника в стакан, перелить в ёмкость побольше.

Добавить растительное масло, соль и уксус.

Размешать всё до однородной смеси.

Муку растереть руками со сливочным маслом до состояния крошки и добавить воду с маслом и уксусом.

Замесить тесто, разделить его на 10 частей. Накрывать плёнкой и поставить на 1 час в холодильник.

Тесто лучше не доставать всё сразу из холодильника. Берём по 1 шарик. Стол посыпав мукой. Делаем руками лепёшку из теста. Затем раскатываем тесто скалкой от середины к краям в очень тоненький корж (просвечивающийся). Если края коржа будут неровные, ничего страшного, всё перекроется во время лепки.

На середину коржа выкладываем начинку, оставляя свободными края теста. Затем вилкой делаем надрезки по краям, тем самым соединяя их.

Я жарю всегда без растительного масла, просто запекая любые пирожки или чебуреки с двух сторон. А когда подрумянятся, перед подачей на стол уже смазываю сверху сливочным маслом. Получается довольно аппетитно и не вредно!

<sup>1</sup> Дунганский лук — зелёный лук, он называется иначе «душистый лук», только потоньше, плоский, пожестче, и вкус чесночный, но не острый. Он родом из Монголии, Китая и Дальнего Востока, а у нас прижился в киргизской и казахской кухнях, там, где дунгане (выходцы из Китая) проживают. Его используют в салатах и начинках.



# Как наладить шикарную жизнь в теле

**П**арадокс, о котором почему-то никто и нигде не говорит и, наверное, никто не знает. Суть его состоит в следующем: чем выше качество обслуживания организма, тем больше требований он предъявляет.

Как ни странно, организм ведёт себя подобно ребёнку, которого чем больше балуешь, тем больше он капризничает. Или подобно снобу, который быстро привыкает к роскоши и которому очень трудно угодить. В чём это проявляется?

Например, когда начинаешь активно заниматься спортом, то замечаешь, что форма быстро теряется, если на короткое время прекращаешь тренировки или тренируешься недостаточно усердно. Могут появиться боли в мышцах, суставах, позвоночнике, слабость, недомогание, болезни. А раньше, когда вообще не занимался собой, ничего такого не было, тянул потихоньку свою ляжку и ни на что особо не жаловался.

Когда переходишь на питание пищей первого рода, казалось бы, самой качественной и полноценной, может возникнуть дефицит каких-либо витаминов и минералов, вплоть до того, что даже волосы и зубы могут посыпаться. А раньше, когда питался в основном консервами, колбасой да макаронами, съедая для приличия лишь один листик салата в день, самочувствие было вроде ничего, нормальное.

Как же такое возможно и какой тогда смысл заботиться и угодить своему организму?

Для сравнения вообразите себе жизнь бомжа и человека, который привык себя холить, лелеять и ни в чём себе не отказывать. У первого нет даже зубной щётки, он вынужден жить как живёт — минимум желаний и претензий. А представьте, сколько всего и всякого нужно второму! И чем выше планка качества жизни, тем больше для этого требуется всевозможных вещей и атрибутов.

Вот так же и организм: когда его кормишь низкосортной пищей, он опускается до маргинального состояния. Организм стано-

вится словно оглушён и безчувствен, его нагрузили непосильной ношей, заставили тянуть каторжную ляжку. Ему уже не до чего — вытянуть бы свой груз. Аналогично мул, обречённый всю жизнь ходить по кругу, вращая жернова мельницы, не сопротивляется и не ропщет, он приспособился к своей участи и погрузился в глубокий сон, у него просто нет иного выбора. И организму тоже ничего не остаётся, как смириться, приспособиться. От такой жизни организм очень быстро изнашивается, однако, покуда жизнь тлеет, он покорно тянет свою ляжку. Слава Богу, способность к выживанию в экстремальных условиях заложена Природой. Но не безгранично и до поры до времени, конечно же.

А теперь представьте, что происходит, когда организм освобождается от груза, снимают с него ляжку и отпускают на свободу. Шикарная жизнь начинается! Запускаются процессы очищения, обновления, регенерации. Организм вспоминает, каким ему положено быть по Природе, и принимается за работу по восстановлению и возрождению всего утерянного. Но, как вы понимаете, для шикарной жизни требуется уже намного больше всевозможных атрибутов. Возникает критичный, повышенный спрос на витамины, минералы, микро- и макроэлементы.

А тут ещё наваливаются проблемы «переходного периода». Вырастают горы мусора в процессе «капитального ремонта», их надо куда-то вывезти, а мощности выделительных систем не хватает. Вследствие этого — обострение хронических болезней, расстройство нервной системы, общее ухудшение самочувствия, ломка. А у «хозяина» ещё и срывы постоянные: он то и дело норовит снова накинуть ляжку на своего «мула» и вернуть его к прежней жизни. Организм оказывается в очень сложных условиях, он сбив с толку, ему очень трудно перестроиться. В такой ситуации вместо ожидаемых перемен к лучшему может наступить ухудшение. Организм как бы застревает между двумя ступенями пирамиды. По-старому жить уже

не может, а по-новому не умеет. И сколько это будет длиться — неизвестно. У всех по-разному, индивидуально.

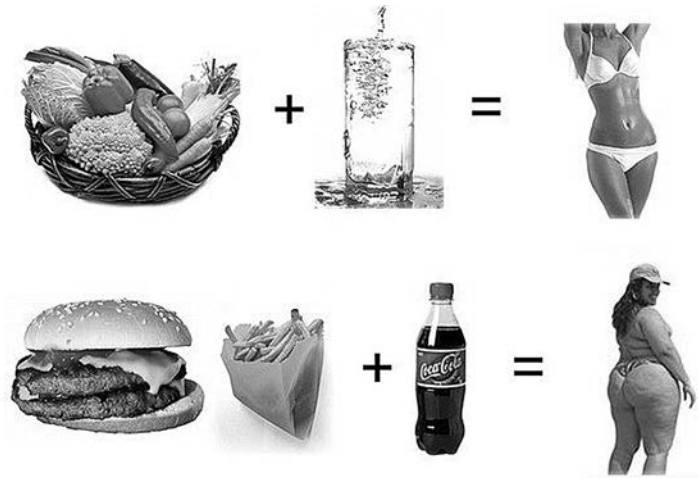
Так вот, если вы хотите наладить действительно шикарную жизнь в своём теле, надо к этому подходить грамотно и осознанно, а не абы как. Шутка ли, переместиться на другую ступень пирамиды!? Нет, совсем не шутка.

## Главный принцип — постепенность

Резкий переход на питание исключительно живой растительной пищей может сопровождаться очень неприятными эффектами. Наступает кризис: пищеварение расстраивается, обостряются старые болезни или откуда-то появляются новые, вес резко теряется, возможны головные и зубные боли, аллергические реакции, раздражительность, нервозность, плохое самочувствие и даже депрессивные состояния. Конечно, всё со временем нормализуется. Однако именно кризисный период, когда вместо ожидаемых улучшений наступает, наоборот, ухудшение всего, является основной причиной, по которой люди не выдерживают и возвращаются к мёртвой пище. Резкий переход нехорош во всех отношениях. Это сильный стресс для сознания и для организма. Увеличивать долю живой растительной пищи в своём рационе нужно постепенно, без напряжения, с удовольствием.

## Не ограничение, а замещение

По возможности заменить конкретно вредную пищу менее вредной. Например, сахар — мёдом, пирожные и торты — 72%-процентным шоколадом или сладкими сухофруктами, копчёное — варёным, сковородку — пароваркой, жирное — постным, оливковое и подсолнечное масло — льняным или кедровым, каши — пророщенными бобовыми и злаками, диким рисом. Изделия из муки высшего сорта, дрожжевой хлеб, все виды законсервированных продуктов и прочую супермаркетную синтети-



ку вообще исключить и заменить чем угодно натуральным. Обратите внимание: здесь производится не ограничение, а замена одних продуктов другими, более ценными и менее токсичными.

## Не засорение, а очищение

Пищу следует выбирать из тех соображений, чтобы она больше очищала, чем засоряла. Например, изделия из муки высшего сорта забивают кишечник и печень мазутообразной массой, а продукты из муки грубого помола с отрубями — очищают. Варёные каши превращают организм в застойное болото, а пророщенные бобовые (фасоль, маш, нут, чечевица), пусть даже отваренные в течение трёх-пяти минут, очищают организм на всех уровнях — от клеток до фильтросистем. Дикий рис, даже варёный, — очень хорошая еда в переходный период.

А есть продукты, которые очищают организм лучше любого голодания.

Сначала заготавливается расторопша. Взять килограмм-полтора семян расторопши, тщательно промыть, поместить в эмалированный таз и залить водой, настоянной на шунгите. Это лучше сделать рано утром. Вечером воду слить, всплывшие семена выбросить, переложить всё в дуршлаг и накрыть сверху смоченной марлей в четыре слоя. Утром и вечером следующего дня семена хоро-

шо промыть под струёй воды, не снимая марли. Если вода хлорированная, использовать отстоявшуюся, желательнее на шунгите, чтобы уничтожить патогенные бактерии. На утро следующего дня семена должны уже прорасти. Нужно их снова промыть, разложить на поддоны и поставить сушиться в дегидратор при температуре 41°C (или духовку, на самом малом огне, с открытой дверцей).

Итак, вы получите продукт, которому по очищающим, целебным и питательным свойствам практически нет аналогов. Расторопша имеет уникальное свойство: она восстанавливает клетки печени и выводит из организма токсины. К тому же это сильнейший антиоксидант. Флавоноиды расторопши проявляют в 10 раз более высокую антиоксидантную активность, чем токоферол, известный как витамин Е — витамин молодости. В состав этого растения входит уникальное биологически активное вещество — силимарин, которое по своим целебным свойствам многофункционально, так что расторопшу невозможно отнести к какой-либо одной группе лекарственных средств. Расторопшу ещё называют «Подарок Девы Марии». Она же — национальный символ Шотландии. Очевидно, не зря.

Таким образом, если готовить пищу, то выбирайте наиболее полезную, которая будет служить вам помощником в переходный на живое питание период.

<http://siroedbook.ru>



# Выгодные отходы

му на время вашей жизни.

Теперь таким же способом прикиньте, сколько вы тратите денег на удобрения для сада... и прибавьте к первой цифре! КРУТО?

Да, «все так делают». Не все. Но многие.

Ну, «квартирные» жители — ладно. Там даже мусоропровод есть. Да и стимулы сортировать отходы для среднего жителя многоэтажки весьма сомнительны.

Нету у него, бедного, ни сада, ни бани. А счёт за вывоз мусора приходит автоматически.

ВНИМАНИЕ, брезгливые! «Сортировка бытового мусора» или «раздельный сбор мусора» — это не копание в мусорном баке!

Это когда ВМЕСТО одного большого ведра ставят два-три

маленьких. Одно ведёрко — для твёрдых пищевых отходов и другой «органики» (прекрасное удобрение), второе — для картона, синтетических тканей, древесины и мелкого упаковочного пластика (отличный розжиг для дров) и только третье — для «остального».

Чтобы не было запаха и насекомых, применяются те же способы, что и при сборе мусора «в одну кучу»: регулярный вынос отходов, периодическое мытьё ведёр, использование крепких пакетов или слоя старых газет (для органики) и плотных крышек.

Примерно через две недели

все члены семьи (даже маленькие дети) привыкают к «новшество». После этого увиденный в чьей-нибудь квартире несортированный мусор кажется воплощением варварства и антисанитарии.

<http://megalektsii.ru/s5949t1.html>



**К**ак вы думаете, что вы делаете, когда выносите из дома пакет с несортированным мусором? Вы совершаете преступление — нарушаете естественный круговорот веществ. А если бак с отходами стоит около вашего дома, вы ещё и нюхаете все эти прелести. Мало того, вы платите огромные деньги за вывоз и складирование этого «добра».

Сколько в месяц вы платите за вывоз мусора? Умножьте эту сум-



**К**ак вы думаете, сколько лет этой модели? 25, 30, может быть, 40? Это Кристи Бринкли, и ей — 63!

И пока её ровесницы оформляют пенсионное удостоверение, она позирует в купальнике для обложки популярных изданий. Слово «старость» для Бринкли — пустой звук.

Несколько лет назад, накануне своего 60-летия, в интервью журналу «Reople» Кристи сказала: «Я в восторге от того, что скоро мне исполнится 60, я будто на пике своей жизни». Прекрасный пример для тех, кто любит понять, что жизнь прошла и всё кончено.

Кристи родилась в 1954 г., у неё трое детей, последнего из которых она родила в 44 года. До сих пор работает моделью. За всю свою модельную карьеру побывала на обложках более 500 журналов.

Кристи получила множество наград за свою благотворительную деятельность (она — активистка за права человека и животных).

Кристи — вегетарианка с 13 лет и считает вегетарианство главным секретом своей красоты (хороший пример для тех, кто с пеной у рта доказывает, что вегетарианство — зло и причина болезней).

10 минут в день Кристи качает руки, ноги и пресс на своём домашнем тренажёре, а также делает 100 отжиманий.

Кроме того, она занимается

йогой, бегом, аэробикой, танцами, сёрфингом, рафтингом, плавает на байдарках, катается на лыжах и велосипеде. Своё потрясающее тело она считает не даром природы, а результатом упорного труда.

Ниже приводим частичное интервью с Кристи, в котором она делится своим секретом красоты и правильного питания.

«Кристи придерживается вегетарианского образа питания, и суть её концепции заключается в том, чтобы «есть настолько больше «цветов» в день, насколько возможно». Ключевой фактор здорового рациона для Кристи — это... цветное разнообразие! К примеру, тёмно-зелёные овощи предлагают больше питательных веществ, нежели овощи с менее насыщенным цветом, а яркие цитрусовые насыщают организм совсем другим спектром нутриентов.

## Главный секрет красоты и правильного питания

— Вы — вегетарианка, а что насчёт вашей семьи?

— Да, я отказалась от мяса ещё в 13 лет. На самом деле после моего перехода на вегетарианство родители и брат также сделали выбор в пользу растительного



рациона.

— Какой ваш стандартный план питания?

— В течение уже многих лет я говорю о том, что необходимо съедать как можно больше разнообразных по цвету продуктов в

день. Это основная концепция, на которую я полагаюсь при организации питания для своей семьи. Для меня важно, чтобы присутствовали насыщенно зелёный, жёлтый, красный, пурпурный цвета и всё что угодно. Откровенно гово-

ря, я стремлюсь к тому, чтобы максимальное разнообразие присутствовало не только в еде, но и в физической активности и вообще во всех составляющих жизни.

— Расскажите, каков ваш завтрак?

В последнее время мой завтрак представляет собой овсяную крупу с льняными семенами, немного зародышей пшеницы, каких-нибудь ягод, сверху добавляю йогурт, всё это перемешиваю. Можно, по желанию, добавить грецкого ореха. Такой завтрак здорово насыщает и не требует много времени на готовку, что немаловажно для меня.

— Кристи, что вы предпочитаете на обед?

— Дневное блюдо представляет собой огромную тарелку салата, как несложно догадаться, с разнообразием цветов в ней. Иногда это чечевица с нарезанными помидорами, в другие дни — нут с зеленью и специями. Вместо салата может быть бобовый суп, но преимущественно на обед я готовлю салат. Кусочки авокадо сверху также хорошая идея. Семена, орешки тоже идут в ход.

— Перекусы?

— Да, я фанат перекусить так называемыми «полезными сладостями», и это то, с чем я планирую завязать в ближайшее время. Я также очень люблю яблоки, они всегда со мной. Вместе с яблоками зачастую идёт ложка арахисового масла».

<http://timeallnews.com>



## Прислушайтесь к «хотелкам» организма

**Б**ывают моменты, когда кажется, что если сейчас не съешь шоколадку, то просто умрёшь. Или так хочется чего-то солёного, или кислого, или просто чего-то очень хочется, причём совершенно непонятно чего. И начинаешь есть всё подряд.

О чём же сигнализирует наш организм вот такими непреодолимыми приступами хотения?

Дело в том, что способ питания среднестатистического человека далёк от здорового и правильного, поэтому организм просто сам не знает, где же взять те или иные питательные вещества, вот и хочется иногда непонятно чего. Нужно внимательней и осознанней относиться к таким «хотелкам» организма и правильно их расшифровывать. Следующий список продуктов поможет сделать правильный выбор.

Итак, вам хочется шоколадных конфет или чего-то кислого: значит, организму не хватает магния. Что нужно съесть: фрукты, орехи, тыквенные семечки, зерновые, бобовые.

Очень хочется чего-то сладенького — организм требует

углеводов, или хрома, или фосфора, или серы. Что нужно съесть: овощи (томаты, зелёный перец, бобовые, картофель, соя, шпинат, капуста, чеснок, лук, листовые овощи, репа), фрукты — бананы, а также сухофрукты, пшеничные зародыши, зерновые, клюкву, чечевицу.

Если очень хочется хлеба, то организм просит азота. Нужно съесть продукты с высоким белковым содержанием — орехи и бобовые.

Захотелось газировки или жирного — необходим кальций. Восполнить его можно с помощью шпината, зелёного лука, салата, изюма, моркови, кольраби, орехов, репы, брокколи, кунжутных семечек.

Захотелось мяса — не хватает железа. Нужно есть тыквенные семечки, гречку, бобовые, грибы, чернику, зелёные овощи, семена подсолнечника.

Любите соскребать горелые корочки со сковородки? Вам не хватает углеводов. Нужно есть свежие фрукты.

Захотелось солёного? Нужны хлориды. Где взять? Они в этих продуктах: морская соль и

морская капуста, свёкла, пшено, морковь, помидоры, латук, сельдерей, оливки.

Захотелось почаёвничать? Организм требует фосфора, серы, железа, натрия, или магния, или всего вместе. Восполнить нехватку этих микроэлементов помогут следующие продукты: орехи, бобовые, овощи (капуста, красный перец, лук и чеснок), крупы, соль морская, яблочный уксус (им можно заправлять салаты), тыквенные семечки, бобовые, черника, грибы, зелёные овощи, артишок, гречневая каша, изюм, фрукты.

Женщинам перед критическими днями часто хочется просто смести со стола всё подряд — просто не хватает цинка. Помогут следующие продукты: овощи-корнеплоды, овощи листовые, кунжутные семечки, тыквенные семечки.

Полностью отсутствует аппетит — значит, не хватает витаминов В1, В3, марганца или хлоридов. Нужно включить в рацион семечки, орехи, бобовые, отруби, крупы, зерновые, сушёные грибы, голубику, ананасы, морскую соль, водоросли, свёклу.

[www.forum.krishna.ru](http://www.forum.krishna.ru)

## 10 лучших советов от Ошо

1. Люди принимают всё так серьёзно, что это становится обузой для них. Учитесь больше смеяться. По мне, смех так же свят, как и молитва.

2. Каждое действие ведёт к немедленному результату. Просто будьте бдительны и наблюдайте. Зрелый человек — тот, кто наблюдал себя и нашёл, что для него правильно и неправильно, что хорошо и что плохо.

И благодаря тому, что он нашёл это сам, у него есть огромный авторитет: даже если весь Мир будет говорить что-то другое, для него ничего не изменится. У него есть собственный опыт, на который он может опираться.

3. Все мы уникальны. Никогда ни у кого не спрашивайте, что правильно, а что неправильно. Жизнь — эксперимент, в ходе которого следует выяснить, что правильно, что неправильно. Иногда, может быть, вы поступите неправильно, но это даст опыт, от которого вы получите пользу.

4. Бывают моменты, когда Бог приходит и стучится в вашу дверь. Это и есть любовь — Бог, стучащийся в вашу дверь. Через женщину, через мужчину, через ребёнка, через любовь, через цветок, через закат или рассвет... Бог может стучаться миллионами разных способов.

5. Желание быть необычным — это очень обычное желание. Расслабиться и быть обычным — по-настоящему необычно.

6. Жизнь — это тайна. Её нельзя предсказать. Но есть многие люди, которым хотелось бы жить предсказуемой жизнью, потому что тогда не было бы страха и не было бы сомнений ни в чём.

7. Сначала станьте уединённым. Сначала начните получать удовольствие от самого себя. Сначала станьте таким подлинно счастливым, что не будет иметь никакого значения, если никто и не придёт к вам; вы полны, переполнены. Если никто и не посту-

чится в вашу дверь, то всё равно всё в порядке — вы ничего не упускаете. Вы и не ждёте, что кто-то придёт и постучит в вашу дверь.

Вы дома. Если кто-то придёт к вам — хорошо, прекрасно. Если никто не придёт — тоже хорошо и прекрасно. Тогда вы можете идти на отношения с другими. Теперь вы можете делать это как хозяин, а не как раб.

8. Если ты богат, не думай об этом, если ты беден — не принимай свою бедность всерьёз. Если ты способен жить в мире, помня о том, что мир — это только спектакль, ты будешь свободным, тебя не коснутся страдания. Страдания — результат серьёзного отношения к жизни; блаженство — результат игры. Воспринимай жизнь как игру, радуйся ей.

9. Смелость — это движение в неизвестное вне зависимости от всех страхов. Смелость — это не безстрашие. Безстрашие случается, когда вы становитесь всё смелее и смелее. Высшее переживание смелости — безстрашие, смелость, ставшая абсолютной. Но в самом начале разницы между трусом и смельчаком не так уж велика.

Единственное различие в том, что трус слушает свои страхи и следует им, а смельчак оставляет их в стороне и движется дальше. Смельчак идёт в неизвестное, несмотря на все страхи.

10. Вы меняетесь каждый момент. Вы — река. Сегодня она течёт в одном направлении, завтра — в другом. Я ни разу не видел одного и того же лица дважды. Оно постоянно меняется. Но надо иметь проницательные глаза, чтобы это видеть. Иначе опускается пыль и всё становится старым; кажется, что всё уже было.

Решает отношение. Слушайте сознательнее. Пробудите себя. Когда чувствуете, что вам надоело, лягните себя как следует. Себя, а не другого лягните. Откройте глаза. Пробудитесь. Слушайте снова.

**Ошо.**

# «Главное для больного — своевременный уход врача»...

Забастовка врачей продолжается. Уже есть первые результаты — смертность среди больных снизилась на 30%. Был такой анекдот. Но это не шутка.

**Н**асколько смертоносна медицина, становится очевидным, когда происходят забастовки врачей. Когда в 1976 году в столице Колумбии, Боготе, все врачи, за исключением врачей скорой помощи, исчезли со своих рабочих мест на 52 дня, уровень смертности упал на 35%. Представитель Национальной ассоциации похоронных бюро заявил: «Это может быть совпадением, но это факт».

В округе Лос-Анджелес произошло падение уровня смертности на 18%, когда в 1976 году врачи вышли на забастовку против повышения стоимости страховки на случай врачебной ошибки.

То же самое произошло в Израиле в 1973 году, когда врачи ограничили общение с пациентами до 7000 приёмов против прежних 65 000. Забастовка продолжалась в течение месяца. По сведениям Иерусалимского похоронного общества, уровень смертности в Израиле упал на 50%. Такого кардинального падения уровня смертности не случалось со времён предыдущей забастовки врачей, которая состоялась за двадцать лет до этого» (Роберт С. Мендельсон, из книги «Исповедь еретика от медицины»).

Вот что, оказывается, происходит: когда больных лечат, то на самом деле их калечат. Не всех, конечно, но многих. То есть существует такое медицинское явление, как ятрогения (от греч. *iатros* — врач, *генeа* — рождение) — ухудшение здоровья пациентов в результате действия врачей.

«В 2001 году в США ятрогенные факторы (фатальные реакции на

лекарства, ошибки врачей, необоснованные хирургические вмешательства) явились причиной смерти 783 936 человек. Таким образом, наиболее опасной болезнью в Соединенных Штатах в настоящее время является сама медицинская система. Для сравнения, в том же 2001 году от сердечно-сосудистых заболеваний умерли 699 697 человек, от рака — 553 251» (Уолтер Ласт, «Медицина здоровья, пока мы больны?»).

Итак, ятрогения — пожалуй, самая распространённая причина смерти. И тому есть причины.

Во-первых, человеческий фактор. Врачи, как и любые другие специалисты, могут быть квалифицированными и не очень. Неквалифицированные ошибаются часто, вот и учатся на своих ошибках. Заодно губят людей. Но даже квалифицированные врачи ошибаются. Ведь организм очень сложен, симптомы у разных заболеваний бывают похожими и т.д. Поэтому врачебные ошибки (ошибочные диагнозы, гипердиагностика, передозировка лекарств) объективно неизбежны.

Негативное влияние медикаментов. Людям, которые склонны полагаться на таблетки, не мешало бы знать, что во многих случаях медицинские препараты применяются нецелесообразно. И что побочные действия лекарственных средств порой непредсказуемы. Даже люди, имеющие хорошее здоровье, при лекарственном лечении будут страдать от тяжёлого побочного действия лекарств, хотя оно и может быть маловыраженным. Рекламируемые лекарства бесполезны.

Также исследователи университетов Торонто и Гарварда вы-

явили такой ятрогенный феномен, как «каскад назначений». Он возникает, когда врачи ошибочно интерпретируют побочный эффект лекарства, как проявление того или иного заболевания. Для терапии этого нового «заболевания» назначается другое лекарственное средство, которое в свою очередь может вызвать но-



вую отрицательную реакцию организма и т.д. Таким образом, используя всё более агрессивные средства во всё больших дозах, врачи закладывают в организм пациента сильные «мины замедленного действия», что грозит окончательным подрывом его здоровья.

Осложнения после прививок — ещё одна разновидность ятрогенной патологии. Не бывает прививок без осложнений. «Как врач я знаю: то, что вводится в организм человека без необходимости, следует квалифицировать

как причинение вреда здоровью» (Вольфганг Водарг, эпидемиолог ПАСЕ, противник вакцинации от свиного гриппа).

Коммерческая заинтересованность (как лечащих врачей, так и фармкомпаний). Это очень коварный и мощный усилитель ятрогении. Медикам выгодно, чтобы общество состояло из больных людей, иначе они останутся без работы, поэтому врачи легко прописывают больным кучу ненужных препаратов (опять-таки не все, но многие).

Многие врачи занимаются рецептурной подработкой. Нередко

сывают прежде всего то, что им выгодно, а не то, что помогает пациентам.

Фармацевтические компании богатеют на продаже таблеток и стремятся достичь поголовной вакцинации от как можно большего числа заболеваний. Кроме того, изобретаются несуществующие болезни, которые «вешают» на доверчивых пациентов. Короче говоря, когда медицина прочно коммерциализирована, забота о здоровье уходит на второй план.

Согласно данным Службы технологической оценки, только 20% принятых в США лекарств прошли проверку в ходе строгих объективных исследований и клинических испытаний. Таким образом, 80% того, что прописывают американцами врачи, основывается просто на прецеденте (случае) и надежде на... русское «авось».

Мировая фармацевтическая промышленность выпускает огромное количество лекарственных препаратов, приносящих не только и даже не столько пользу, но реальный вред здоровью. Любое лекарство расщепляется в организме на составные части. Практически нет препаратов, которые не давали бы побочных эффектов.

В общем, факторов, ухудшающих здоровье в процессе лечения, уйма, поэтому от ятрогении никуда не деться.

Врачи, конечно же, склонны скрывать свою халатность и некомпетентность. Как правило, нерадивый врач никогда не признаёт свою ошибку, а всё спешит на обстоятельства («мы сделали всё, но болезнь оказалась сильней»). Поэтому ятрогения зачастую скрыта от обывателя, но она всё-таки существует — помните об этом.

И не забывайте: хорошее расположение духа и вера в свои силы — вот лучшие врачи и лекарства.

<http://maxpark.com>

## Плацебо за миллион

Исследования французских медиков подтверждают: более половины всех имеющихся в продаже лекарств общей стоимостью миллиарды долларов могут быть неэффективны, а то и вовсе вредны.

**Т**ема «плохих» и «хороших» лекарств актуальна для миллионов людей, страдающих от разных болезней. Причём стереотип, что неэффективные лекарства представляют проблему лишь для развивающихся и «отсталых» стран, был разрушен французскими исследователями, чья работа стала одним из главных научных скандалов 2012 года.

Половина лекарств, продающихся в аптеках, абсолютно бесполезны, а как минимум 5% из них и вовсе опасны для здоровья. С таким сенсационным заявлением выступили французские про-

фессора медицины Филипп Ивен и Бернард Дебре, опубликовавшие труд под названием «Путеводитель по 4000 медикаментам — полезным, бесполезным и опасным».

Французские учёные составили список более чем из 50 препаратов, которые, по их мнению, необходимо немедленно изъять из продажи в аптеках Западной Европы. Среди них и некоторые популярные средства, которые врачи выписывают пациентам с диабетом, раком, сердечно-сосудистыми и неврологическими заболеваниями, а также антидепрессантами, психостимуляторы и

контрацептивы.

Как бы в противовес первому списку Ивен и Дебре составили и второй, включающий 94 препарата с безупречной репутацией. «Пора навести порядок в аптеках: препараты должны служить больным, а не защищать фармацевтическую промышленность», — заявили авторы исследования.

И хотя оба предложенных списка раскритиковали практикующие врачи, основная идея книги была встречена с большим одобрением.

Государство в силах защитить своих граждан от некачественных или вредных препаратов. Напри-

мер, на полках отечественных аптек всё ещё можно найти корвалол или его аналог корвалтаб, в состав которого помимо безобидной мяты входит наркотическое вещество фенбарбитал. В Великобритании и США препараты с этим ингредиентом были изъяты из продажи ещё 40 лет назад.

Анальгин, который медработники активно назначают и от головной боли, и от высокой температуры, был запрещён в 1960-х годах в Австралии и Великобритании, в 1970-х — в Швеции, Италии и США, в 1980-х — в Германии и Испании из-за риска вызвать тяжёлые нарушения кровотока.

Ещё одна боль отечественных аптек — некачественные дженерики, более дешёвые аналоги популярных запатентованных средств.

По данным экспертов ВОЗ, не менее 100 тыс. человек в мире ежегодно умирает после приёма некачественных лекарств от сердечно-сосудистых заболеваний, диабета, различных инфекций.

Проблема некачественных

препаратов приобретает всё большие масштабы, а следовательно, требует к себе повышенного внимания, считает американский социолог Дональд Лайт, профессор Университета штата Нью-Джерси. Лайт опубликовал книгу «Риск предписаний», в которой сослался на независимых исследователей, утверждающих, что фармацевтическая индустрия тратит на маркетинг, рекламу и продвижение новых препаратов в два-три раза больше средств, чем на их клинические испытания.

Как и многие другие эксперты, Лайт разделяет обеспокоенность французских учёных по поводу бесполезных и вредных препаратов.

Однако, по мнению Ларсона, особого оптимизма борцам с пустышками в красивых упаковках испытывать не стоит. Если в развитых государствах возможно скорое ужесточение контроля качества лекарственных средств, то развивающимся странам до этого ещё предстоит пройти немалый путь.

<http://finance.bigmir.net>



■ **Анастасия Мыльникова**

г. Пермь  
XXXXXX7@XXXXXX.ru

# Материнство — путь к себе

Недавно мы встречались чудесным кругом доул, акушеров и тех женщин, которые помогают другим женщинам в материнстве. Поднялась тема часто встречающейся женской незрелости, что очень много женщин, даже родив ребёнка, и не одного, внутри сами так и остаются девочками, девушками, но никак не могут стать женщинами и матерями. Женщиной и матерью в глубоком — личностном, духовном, душевном смысле.

Только во время закрывания третьих родов, к моему глубочайшему изумлению, во мне родилась Я как мать, мать своим детям. Я уже родила трёх детей, а до тех пор была внутри незрелой девочкой.

И вот мне прошло понимание этого явления.

Страницы нашей истории наложили свой глубокий, зачастую невидимый отпечаток...

...Тогда, в начале XX века, случилась революция, и весь усто-

явшийся уклад жизни надломился. Началась гражданская война, кровь, смерть, страх за жизнь. И это прожили наши прабабушки. Они рожали наших бабушек, но женской природе, миру и покою была нанесена первая рана. «Голодная, холодная, нищая Россия» — так вспоминала своё детство моя бабушка. После революции всех женщин (наших прабабушек и бабушек) отправили выполнять и перевыполнять планы на заводы, производства и в колхозы. Моему папе было 2 недели, когда бабушке велели идти снова работать в колхоз. А то, что ребёнку нужна мама, её тепло, молочко, мало кого волновало. И что делать? Хлебный мякиш в марлю — малышу в рот, старую бабу для присмотра, и на весь день в поле.

О каком раскрытии материнской любви, о каком становлении женщины как матери, о какой долюбленности у детей тогда могла идти речь? Выжить. Стиснув зубы от боли. Не позволить себе даже

думать, что что-то не так (а то и арестовать могут, и вообще потерять и то малое, что имеешь). Просто закрыть Сердце. Забыть о своей Душе. Забыть, что такое Быть Женщиной, забыть Материнство, Любовь, Нежность, Принятие, Доверие, Мир. И просто умом верить, что светлое будущее настанет...

А потом была война... и снова смерть, потери. Стиснуть зубы ещё сильнее. И вообще вычеркнуть в себе Женщину. Спрятать её так глубоко, что забыть самой, где Она похоронена. Быть всем в одном... Это наши бабушки. Они растили наших мам. И понятно, почему практически все наши



мамы, родив нас, сами остались маленькими девочками, которым так нужны мамино тепло и любовь.

Хотя жизнь, её уклад и ритмы не позволяли об этом даже задуматься. Нужно было учиться, работать, работать и снова работать.

И вот выросли мы. Мы, счастливые. Очень. Все страшные времена позади. Мы можем выдохнуть, мы выдыхаем после замиранья длиной в век. Мы смотрим на себя, на своих детей и чувствуем, что что-то не так, что должно быть как-то по-другому: с Любовью, Нежностью, Доверием и Принятием. И прозреваем! Наша внутренняя

истинная Женщина воскресает. Вначале девочкой, потом девушкой. И вот она становится Женщиной и Матерью.

Приходят знания, приходят любящие и заботливые Женщины, которые помогают нам вернуть всё на свои места. Это Природа. Она умеет залечить любые раны, даже очень глубокие. Мы — цветы после долгой зимы. Наши дети станут прекрасным и благоухающим цветочным полем, и они уже точно смогут Любить по-настоящему. И становиться матерями тогда, когда рождают своё дитя!

**Книга «МАТЕРИНСТВО — ПУТЬ К СЕБЕ» — издание оригинальное, интересное, полноценное, но дорогое и может служить замечательным подарком для мамочек, настоящих и будущих.**

**Твёрдая обложка, формат 13,5x15,5 см, 100 стр. Бумага мелованная. Цена 277 руб.**

## Спасибо за газету и книги!



Здравствуйте, работники дорогой для меня газеты «Родовая Земля»!

Благодарю вас за интересные статьи на разнообразные темы, за распространение книг любившихся авторов.

Особо хочу отметить Людмилу Купцову за донесение до нас информации Мудрецов из дольменов. Столько в них позитива! Всё объяснено очень просто, никаких страшилок. Не то что у некоторых авторов, тоже пишущих якобы об этих же Мудрецах из этих же дольменов.

Люди, читайте книги Л. Купцовой, открывайте Души для себя, для Отца-Творца, для Вселенной! Общайтесь через Отца и Вселенную, через Открытую Душу со своим мозгом. Открывайте более трёхсот чувств, в том числе левитацию и телепортацию. Изгоняйте из себя сущностей, пришедших на Землю 10 000 лет назад, запущенных людьми добровольно, чтобы они научили их технократии. Всё в ваших руках.

Читайте книги Людмилы Купцовой и начинайте действовать. В первых книгах не было столько информации, какая есть в последних, выпущенных в 2012–2015 гг. Кто может, посещайте дольмены и места их Силы.

**Валентина ПРОТОПОПОВА.**  
Свердловская обл.,  
п. Зюзельский.



## Книги из Милого

Мои новости. Успела я таки до посадочного сезона 2017 подготовить и издать свою новую книгу «Внук Заратустры». Это сборник, в который вошли небольшие пове-

сти и рассказы, несколько притч, написанных в Милом между 2008 и 2017 гг.

О разном.

Борис Гребенщиков поёт:

«Извиняйте, дядьку, если что-то случилось,

О чём уже давно было спето.

Это потому, что зумзумзумзум...»

Зумзумзумзум — таким было первое, рабочее название книги.

Есть такая мудрость, с которой я очень согласна: мы не можем придумать ничего, кроме того, что уже было, или есть сейчас, или будет позже. Нет ничего реального, есть только разные плоскости реальностей, углы зрения и времена.

Я включила в сборник уже знакомую многим повесть «Наизнанку» (1 тираж заканчивается).

Другие повести: «Уже не будущее», «Дочь Фараона», «Чайка по имени Арс» — тоже посвящены моим выросшим детям, и они такие же очень разные. И все истории автобиографичны, о той жизни, которую я живу, жила, могла бы жить, буду жить...»

Нам доступно бесконечное множество реальностей, и наше сознание — лишь выбор одной или нескольких.

Я открываю глаза души и вижу краешек реальности, картинку мира и, пока не моргну, записываю историю. Милости прошу!

**Ю. ЖЕ.**

Книгу можно самостоятельно заказать в Интернете: [https://ridero.ru/books/vnuk\\_zarastury/](https://ridero.ru/books/vnuk_zarastury/) или у меня с наложенным платежом (610 руб. по России).

249901, д. Куновка, Юхновский р-н, Калужская обл., Жемчужниковой Ю. Г.

[youzhe@yandex.ru](mailto:youzhe@yandex.ru), тел. 8-920-890-8688.

## 10 Весёлых ведрусов

В 2007 году на фестивале в долине реки Жане родился творческий коллектив «Весёлые ведрусы». В этом году ему исполняется 10 лет.

Творим мы сказки, пьесы,  
танцы, песни —  
Всем сердцем заодно,  
мы с Русью вместе!  
«Звенящих кедров»  
общее движенье —  
России нашей Суть и Возрожденье!  
К сотворчеству мы приглашаем,  
к Свету,  
Способствовать Земли  
родной Рассвету!  
Задорным быть и мудрым быть  
при этом  
И счастьем наполнять  
свою Планету!  
Здоровьем крепнуть,  
жить лет двести!  
Волшебником ты хочешь стать?  
Давай Добро творить  
все ВМЕСТЕ!

**С 9 по 11 июня 2017 г. пройдёт второй ФЕСТИВАЛЬ ТАНЦА «Танцующая Россия».** Помним. Создаем. Возрождаем. Покажем. Научим. Будем учиться у вас!  
Этот фестиваль для тех, кто хо-

чет танцевать, кто любит танцевать и готов делиться своим мастерством, для тех, кто хочет жить весело!

Основное направление танцев — народное. Но мы ждём всех!

Подробнее здесь: [https://vk.com/tantsuyushaya\\_rossiya](https://vk.com/tantsuyushaya_rossiya)

**С 14 по 21 июня 2017 г. состоится третий семидневный ФЕСТИВАЛЬ ДРУЗЕЙ «Цветик-Семицветик. Весёлые ведрусы».**

Друзей много не бывает. А если это ещё и настоящие друзья: честные, творческие, радостные, созидающие!

Где найти таких? У нас! И многолетняя практика это подтверждает. У нас встречаются не только друзья, но и любимые. А ещё в конце Фестиваля — 21 июня — пройдёт праздник Купалы в поселении Родовых поместий!

Вас ждут хороводы, игры, танцы, обряды; интересные семинары, оздоровительные практики; много практик и тренингов, много общения и взаимодействия друг



с другом. Всех передружим! Тема года — Весёлые ведрусы!

Фестиваль для ищущих свою пару и для образовавшихся семей!

Подробнее здесь: [https://vk.com/tsvetik\\_semitsvetik](https://vk.com/tsvetik_semitsvetik)

Все Фестивали проводятся на фестивальной территории поселения Родовых поместий Ведрусия (Краснодарский край, в 40 км от Краснодара).

Подробнее обо всех событиях можно узнать на страничке «Весёлых ведрусов» в Вконтакте — в разделе Группы набрать — Весёлые ведрусы) и на отдельных страничках Фестивалей.

Творческая линия Фестивалей — Пелевин Виталий, тел. 8-918-451-1007, e-mail: [kiparis007@bk.ru](mailto:kiparis007@bk.ru).

Техническая линия Фестивалей — Мауль Игорь, тел. 8-918-665-5684, e-mail: [maul82@mail.ru](mailto:maul82@mail.ru).

# Африканское воспитание

**В** африканских племенах обнаружено, что дети никогда не капризничают, не кричат и не ссорятся друг с другом. Этот удивительный факт вызвал интерес понаблюдать за образом жизни этих племён. И стало очевидным, что образ жизни, и тем более воспитание детей, существенно отличаются от образа жизни и воспитания в европейских странах.

Прежде всего обнаружено, что ребёнок всегда в процессе жизни, его сфера не отделяется манежами, колясками и погремушками. Его жизнь находится в тесном соприкосновении со взрослой жизнью. С самого рождения его не кладут спать в кроватку рядом, а он спит вместе с родителями. И так до того момента, пока он сам не захочет отделиться, примерно в 3–5 лет. Для нас это может казаться очень странным, особенно на фоне того, что сейчас очень модно класть ребёнка отдельно и не отзывать на его крики, якобы воспитывая в нём самостоятельность.

В действительности в первые годы жизни у ребёнка очень сильно проявлен страх, для него всё,

что происходит, либо безопасно, либо опасно. Он ещё не отделяет себя от матери как самостоятельная личность, поэтому оказаться в одиночестве и изолированности от мамы грозит серьёзным чувством брошенности, которое может сопровождать человека всю его последующую жизнь. До семи лет ребёнок должен получить чувство безопасности и защиты.

В африканских племенах матери носят своих детей возле груди, даже когда готовят, стирают или собирают ягоды. Ребёнок чувствует себя так же комфортно, как и в утробе матери, ведь он ещё не способен оставаться наедине с собой. Параллельно он наблюдает за бытом и даже осваивает ремёсла. И как только он начинает немножко взрослеть, он тут же включается в процесс быта и помогает всем, чем может. В африканских племенах дети могут спокойно брать ножи и другие острые предметы, при этом не поранив ни себя, ни других. Они могут прогуливаться возле огромного обрыва и при этом не упасть туда.

Наше же воспитание зациклено на ограничениях, которые



формируются в негативной форме: «Не ходи туда — ноги переломает», «Не бери то-то, а то сломаешь» и т.д. Возможно, в нашем обществе уже и невозможно избежать всех этих запретов, ведь в действительности они формируются поколениями и культурой. Но можно попробовать немного ослабить контроль и позволять малышу помогать. Только потом не говорить о том, как крупно порезаны огур-

цы, ведь это навсегда отобьёт охоту помогать.

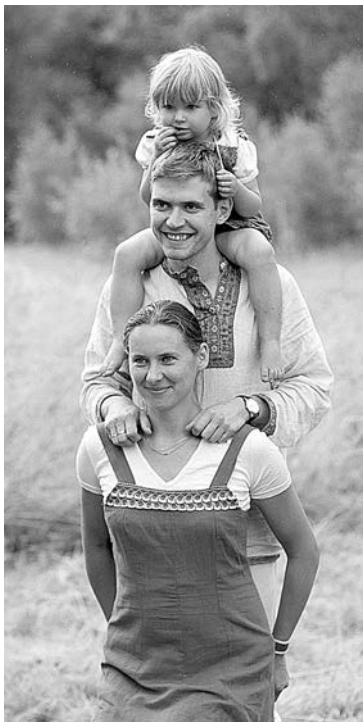
В африканском обществе нет манежей, где дети играют. Както попытались построить им такой манеж, но за ненадобностью он просто стоял без дела. Ползание и освоение территории помогает ребёнку ощущать трёхмерное пространство, правую и левую стороны, центр тяжести. В дальнейшем это позволяет ребёнку учиться читать и считать. Ведь,

открывая книгу, ребёнок, который «не доползал», просто не понимает это параллельное пространство, он не умеет с ним взаимодействовать. Природой всё устроено настолько гармонично и правильно, и, вмешиваясь в этот процесс, мы зачастую можем только навредить. Кто бы мог подумать, что умение читать связано с ползанием младенцев по полу!

Бывает, что на терапии приходят взрослые люди, которые сшибают углы или не умеют чертить. И их заново учат... ползать! Учат осознавать пространство и чувствовать его. В африканских племенах уж в этом точно нет ограничений, ведь быт устроен таким образом, что практически ничего невозможно сломать, и любая помощь всё то же самое, что и они. Он не чувствует травмы от оторванности с внешним миром, от того, что он ещё маленький и бесполезный, а родителям на него нет времени. Может быть, именно поэтому у него нет необходимости плакать, капризничать и обижаться.

Удивительно, как сочетаются сильная такая привязанность к матери, неразрывное с ней существование и такая самостоятельность и самодостаточность при взрослении!

**Мария СУСЛОВА.**  
[www.baby.ru](http://www.baby.ru)



## Ежегодный фестиваль создателей Родовых поместий «К Земле с любовью»

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

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

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

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

С собой иметь всё необходимое для проживания в палаточном лагере.

Тел. 8-903-035-4378 — Андрей.  
[rodovoe-tula.ru](http://rodovoe-tula.ru)

# Папа — это закон, Мама — источник жизни

**О** т женщин часто можно услышать сожаление о том, что сегодняшним мальчикам не хватает мужского воспитания, а в результате недостатка мужского воспитания мужчины не проявляют себя по-мужски. Это огромная правда, только готовы ли мы сами к такому воспитанию, готовы ли сами женщины принять трудные нормы мужского воспитания, воспитания по-мужски?

Женщина из мальчика мужчину не воспитает, его таким воспитает только мужчина. Но у мужчины к воспитанию свой, другой, не женский, а мужской подход. Доверит ли женщина воспитание своего единственного (понятно, что хрупкого и беззащитного) этим грубым и безжалостным мужчинам?

Важнейшие роли родителей в воспитании детей чётко распределены. Мама — это Источник жизни. Задача и роль мамы ребёнка — любить, заботиться, поддерживать, опекать. Папа — это Закон. Отец воплощает социум внутри семьи, устанавливает законы и правила. Он может и должен оценивать, устанавливать границы, осуществлять санкции и наказания.

Папа и мама говорят по-разному. Мужчи-

ны чаще «силовики», и хотя иногда они мягкие и лапушки, им сложно сказать так, что будет понятно: это нужно сделать немедленно. А не то... Папино слово всегда сильнее мамино. Папино слово — Закон, а мамино — просто мнение мамы. Папа может просто сказать «это нельзя» и «так следует», и этого достаточно для того, чтобы это было выполнено.

Хотя понятно, что лучше объяснить, если есть возможность.

Мамино слово меньше весит. Женщины чаще «душки», и хотя иногда они говорят строго и даже могут кричать, ребёнок знает, что её сердце мягкое. Мама — не железная, и её слушать не всегда обязательно. Мама может сказать: «Это нельзя, потому что папа так сказал», но тут мама ссылается на папу. Мама может сослаться: «Все люди делают так», но это тоже ссылка. Причём, если это не совсем правда и «так» делают не все, ребёнок может

это скоро проверить. Мама может сказать: «Мне это не

нравится», но это ещё не Закон большой буквы. Это только мнение, желание пусть и авторитетного человека. Папу слушаются потому что он Папа, а маму — потому что мы её любим.

Задача матери, её обязанность — любить, принимать ребёнка в любых обстоятельствах, принимать ребёнка, несмотря ни на какое его поведение. Задача и обязанность отца — не нарушать свои порядки, последовательность и системность порядков, логичность (объяснять). Следить, чтобы мама тоже соблюдала закон и порядок.

Если семья не полная, всё труднее. Иногда женщина может менять свои роли — когда-то напряжёт, когда-то пожалеет, иногда функцию отца выполняют другие мужчины — дед, дядя, иногда даже кто-то из соседей. По крайней мере, в деревне и маленьких городах такое происходит. Роль папы может выполнять любой человек мужского пола, родственник, бабушка (пожилая),



которая уже не воспринимается как женщина, или любая мужская фигура из окружения.

После войны, когда мужчин было мало, главным воспитателем во дворе мог быть дворник. К нему водили детишек. Он и воспитывал, объяснял, что хорошо и что плохо, он и наказывал при необходимости.

В современной ситуации эти функции часто смазаны, перемешаны или отняты — в основном у отца, и это неудачная ситуация. Функции любви и закона лучше между родителями разделять, и естественным образом лучше их разделять именно так. Если эти функции олицетворяются одним родителем, ребёнку это понять сложнее, так как функции (безусловное принятие и ограничение) противоположны в своих проявлениях. Разделение функций меньше путает и уменьшает невротизацию ребёнка.

В случае, если отец в семье не берёт эти функции, ребёнок живёт в ситуации необозначенных границ. И ему остаётся либо нарушать все границы, либо «сидеть на месте» в тревоге, не зная, где эти границы. Если мама занимается установлением закона, ребёнок не слушает мать и не получает любви, любую санкцию воспринимает как несправедливое, беспочвенное наказание.

При наличии папы маме брать на себя функции закона и порядка неэффективно. Для ребёнка любого пола естественно слушать мужчину, и лучше неучаствующий отец, чем авторитарно участвующая мать.

Естественно, если есть необходимость, о семейных правилах мама может заранее договориться с папой. Но озвучивать их будет папа. Лучшая женская позиция при воспитании из мальчика мужчины — это поддержка позиции отца и его подхода к воспитанию (естественно, при условии, что этот мужчина в семье присутствует и что он — адекватен).

**Н. КОЗЛОВ.**

[https://vk.com/roditelstvo\\_v\\_osoznannosti](https://vk.com/roditelstvo_v_osoznannosti)



Среди моих знакомых часто идёт спор о пользе телевизора, планшета. Удобно, мол, мама дела делает, а ребёнок смотрит и учится. Может ли телевизор и планшет заменить ребёнку общение с матерью? С какого возраста и сколько времени можно использовать телевизор как развлекательный и обучающий?

Попала случайно в одну молодую семью, там мальчик 4 лет почти не говорил, но очень быстро включил планшет, набрал «Ну, погоди!» и показал мне мультик. Я удивилась! Что повлияло на задержку речи у мальчика, ведь он родился без осложнений, не болел много?

Решила покопаться в книгах, как-то ответить себе на эти вопросы и нашла интересную информацию, которой хочу с вами поделиться.

Все события, происходящие с нами в детстве, оказывают колоссальное влияние на всю нашу жизнь. Пренебрежительное отношение к детям выражается в том, что с ними плохо обращаются: подвергают их физическим наказаниям, домогательствам или НЕ ОБРАЩАЮТ на них НИКАКОГО ВНИМАНИЯ. Став взрослыми, такие дети чаще подвержены депрессии, более тревожны, очень резко реагируют на стрессовую ситуацию.

Лоран Коэн, профессор, нейрофизиолог, пишет: «Дети, воспитанные внимательной матерью, были менее пугливыми и менее предрасположенными к стрессу, чем те, которым мать не оказывала достаточно любви и заботы. ... В мозгу есть рецепторы, реагирующие на гормоны стресса, если у вас мало рецепторов, то мозг наводит ваш организм гормонами, и по этой причине вы постоянно будете находиться в состоянии сильного стресса. Недавно было доказано, что определённый ген отвечает за формирование рецепторов, фиксирующих гормоны, и что он может быть заблокирован в мозгу тех, с кем плохо обращались матери. А главное, эта БЛОКИРОВКА НЕ СНИМАЕТСЯ и во ВЗРОСЛОМ возрасте.

Подобное явление объясняют феноменом негенетической наследственности: находящаяся в постоянном стрессе мать произведёт на свет детей, которые также будут ПОСТОЯННО ПРЕБЫВАТЬ В СТРЕССОВОМ состоянии и в дальнейшем породят СЕБЕ ПОДОБНОЕ ПОТОМСТВО... Известно также, что депрессивные матери могут обладать некоторой нечувствительностью к нуждам детей и сохранять относительную сдержанность в заботе о них... Чем тяжелее депрессия матери, тем больше миндалина мозга (ответчающая за стресс) у детей десятилетнего возраста... Только фармакологическими средствами можно привести систему в нормальное состояние».

Что мы для себя можем отсюда взять? Наша страна давно живёт при постоянной перестройке, и стресса нам не занимать. Телевидение тоже вечно старается нас напугать всем, чем только можно, — подборка новостей поражает своей агрессией. Говорят, в Германии плохую новость показывают три раза, больше нельзя, у нас же смакуют по всем каналам телевидения с утра до вечера. Мало того, пока родители на работе, дети смотрят всё подряд, а для детской психики негативные новости особенно опасны. Моя знакомая, будучи беременной, смотрела телевизор с утра до вечера, когда уто-

нул «Курск», слезами заливалась. Ребёнок родился нервный, у него постоянно потели ручки, очень обидчивый, плакал по любому поводу, отступал при любом препятствии.

Наши женщины, часто депрессивные, не уделяют детям необходимого внимания: сунут им планшет в руки и смотрят сериалы — пусть сам развивается. Я как-то наблюдала картину в доме знакомой: пока мы обсуждали важные дела с бабушкой на кухне, внучка 1,5 года сидела, грызла спички, а мама смотрела сериал на диване.

Ребёнку рядом нужна мать, а не игрушка с огоньками, она должна разговаривать с ним, гладить, успокаивать, удовлетворять его нужды,



## Дети и телевизор — быть или не быть?

иначе он не чувствует любви и пугается, не чувствуя себя в безопасности. Очень многие комплексы взрослые приобретают в самом раннем возрасте, а потом не смогут успешно прожить свою жизнь, об этом много пишет Эрик Берн.

Ребёнок, получая готовую красочную картинку из планшета, не утруждает себя созданием в своём воображении образа, как при чтении книги или при прослушивании радиоспектакля. Это, естественно, затормаживает его развитие. А воображение — это очень важная составляющая мышления инженера и художника, архитектора и музыканта. Раньше куклы были из соломы, а ребёнок уже представлял себе мальчика или девочку, принцессу и т. п. Лепка из глины, из песка, конструкторы — эти игры развивают воображение. Нужны не Барби с прорисованными сексуальными формами с множеством платьев, мебели, женихами и домами, это нужно производителю игрушек для наживы, а игрушки, подталкивающие воображение детей, чтобы человек мог быть и доктором, и продавцом, и мамой, и космонавтом и т. п.

И снова Лоран Коэн подсказывает нам интересную информацию. Учёные задали себе вопрос: а чем занят мозг, когда человек ничего не делает?

Мозг составляет всего лишь два процента от нашего общего веса, но при этом расходует на свои нужды до 20% потребляемой нами энергии, то есть гораздо больше, чем, например, почки и сердце.

Учёные пытались определить области мозга, которые активизировались в момент отдыха. Оказалось, что во время отдыха задействованы зоны, которые отвечают за МЕЧТАТЕЛЬНУЮ. В мозге, даже если человек находится в покое, постоянно работает ВООБРАЖЕНИЕ. «Когда мы отдыхаем, то переходим из активного восприятия окружающего мира к состоя-

нию, когда мы его ПРЕДСТАВЛЯЕМ. Нейронные сети отдыха активизируются в тех ситуациях, когда мы в большей степени ВООБРАЖАЕМ мир, чем его ВОСПРИНИМАЕМ. В любом случае мы удаляемся от реальности, чтобы создать в мозгу мир вымышленный» (Лоран Коэн. «Почему девочки не хуже мальчиков разбираются в математике», стр. 228–227, Москва, 2016).

Я подумала: может, именно по-

редких прогулок на воздухе. Нет общения со сверстниками, что мешает в дальнейшем социальной жизни, они не имеют опыта коллективной игры, взаимовыручки, меткости.

Однажды попала мне статья, где учёные исследовали зависимость детей от телефона. Оказалось, что, если лишить ребёнка телефона хотя бы на час, у него начиналась почти настоящая ломка — возникали тревога, раздражительность, как у всех «зависимых» людей.

Где-то я читала, может быть, у Коэна, что толь-

этому я так люблю разглядывать картины импрессионистов, они такие недосказанные, туманные и загадочные.

Так что получается у нас с просмотром ТВ детьми? Дети НЕ ОТДЫХАЮТ, когда смотрят телевизор, нет необходимой «пищи» для воображения. Дети поражаются агрессивной негативной информацией, особенно при безконтрольном просмотре. Долгое сидение перед экраном портит их позвоночник, шейный отдел перегружен, отчего нарушается мозговое кровообращение, устают глаза. Возникает нарушение мелкой моторики, падает иммунитет из-за

ко с трёх лет можно давать ребёнку планшет и разрешать смотреть телевизор.

Я не спорю, конечно, надо использовать новые электронные информационные средства для обучения и развития детей, но обязательно нужно ограничивать время просмотра — для маленьких 20 минут просмотра, как мне говорили логопеды, пока ребёнок концентрирует своё внимание. Родители должны интересоваться, что именно смотрит ребёнок, вспомните истории с суицидальными «играми». Я видела очень интересную программу в логопедическом центре: на экране пока-

зывали изображение животного, и пока ребёнок не произнесёт слово «мяу», например, не появлялась другая картинка. Детям это очень нравилось, но занимались при этом с детьми только по 30 минут.

Мы живём в новом информационном мире и до конца ещё не представляем последствия его воздействия на наших детей. Только любящие, внимательные, думающие родители смогут защитить беззащитного ребёнка.

В конце хочу привести слова логопеда, давно работающего с детьми. Прочитайте и сделайте выводы сами.

Анастасия — логопед из Новосибирска.

«Два года я работаю логопедом с детьми, которых мы потом торжественно провожаем в 1 класс. Сердце болит за интеллектуальное, речевое, физическое развитие наших воспитанников. Особенно печально видеть, как у ребёнка, страдающего нарушением внимания, памяти, пространственных представлений, общей и мелкой моторики, ведущим интересом является планшет, телефон или какой-нибудь другой навороженный гаджет. Если на 10 минут ребёнку позволить погрузиться в виртуальный мир, то потом такой ребёнок для меня потерян на занятиях, невозможно сконцентрировать внимание, вызвать интерес более простым игровым материалом, мышление становится шаблонным, творческой мысли — 0%, развитие сюжетно-ролевых игр очень скудное (особенно, если сравнить с нашим детством), всё больше и больше наблюдаю несформированность коммуникативных функций, нежелание общаться со сверстниками.

Если кратко, то я в ужасе от того, что теперь не только дома, но и в стенах детского сада внедряется всё больше и больше электронных технологий (мультимедийное оборудование, презентации на занятиях, мультфильмы в свободной деятельности, интерактивные доски, «развивающие» игры и т. д.).»

**Татьяна БАРЫБИНА.**

Родительское Всероссийское  
Сопrotивление (РВС).

г. Москва.

<http://r-v.s-su>

## Образование детей в деревне, поселении

Есть две основные проблемы при переезде на землю — это образование детей и работа. С работой как бы всё понятно, и мы данный вопрос сможем решить. А с образованием детей не так всё просто, как кажется.

Есть семейное или домашнее образование — это хороший вариант, но, я думаю, уровень самих родителей должен быть достаточно высоким, чтобы провести ребёнка с 1 по 11 класс дома и подготовить к институту. Большинство родителей такой вариант до конца не смогут реализовать, и даже не в плане программы обучения (его можно получать и через Интернет), а в способности мотивировать ребёнка к учёбе и дисциплине в учёбе.

Другой вариант — отдать ребёнка в школу-интернат типа Щетинина или обычный городской интернат, но это крайний, на мой взгляд, случай, так как ребёнок практически полностью сформирует своё мировоззрение отдельно от семьи. Тут всё уже зависит от уровня такого образования.

Можно рассмотреть школу родителей — это когда объединяются несколько родителей и начина-

ют обучать детей так, как считают нужным. Очень хороший вариант, он ближе к семье и пониманию того, чему надо учить ребёнка. Если у родителей есть педагогическое образование или если родители найдут хорошего педагога, который возьмёт на себя организацию процесса обучения, то школа будет классная. В данном случае большую пользу сыграют уровень образования самих родителей и их жизненный опыт, что делает школу более жизненной.

Но у данного варианта есть две задачи, которые бывает сложно решить:

— объединить родителей для создания своей школы достаточно сложно, так как у всех есть своё мнение;

— такая школа не может быть бесплатной. Родителям придётся за неё платить. Учитывая, что образование в государственной школе обходится государству на одного ребёнка около 10 000 руб. в месяц, то и родителям придётся что-то оплачивать.

В результате, когда встаёт вопрос оплаты, происходит склонение родителей к обычной деревенской школе. Плюс её в том, что сей-

час организованы школьные автобусы и практически из любой деревни ребёнка везут в школу на автобусе. Самое большое преимущество такой школы — классы по 5–10 учеников, где более низкий уровень образования компенсируется индивидуальным подходом.

Есть и такой вариант образования, когда родители возят учиться своих детей в большой город (в нашем случае это Владимир), находящийся от поселения в 50 км, что очень неудобно детям и родителям. В результате появляется крайний вариант, когда родители не находят решения вопроса образования своих детей на земле и возвращаются в город, откуда приехали.

Ещё надо учитывать то, что дети процентов на 80%, а то и на все 100% после окончания школы стремятся уехать учиться или работать в город.

Прежде чем переезжать на землю, как следует проанализируйте свои приоритеты в образовании вашего ребёнка и какие есть возможности там, куда вы едете.

**Андрей ЯКИМОВ.**

Селение Заветное,  
Владимирская обл.



## Узнай меня, мой единственный!

Здравия вам, друзья и единомышленники!

Пишу в надежде на то, что узнает меня мой родной и единственный, откликнется его душа навстречу моей.

Зовут меня Еленой, Еленушкой, можно называть Светодарой (хотя это имя мне на вырост), по паспорту мне в этом году исполнилось 50, но выгляжу значительно моложе, а главное — душа молодая и с каждым новым прожитым годом всё больше просыпается.

Такое ощущение, что жизнь, реальная, живая, только начинается. В моём мире теперь светит солнце, живут Любовь и радость. Наверное, у меня всё есть, чтобы быть счастливой, но хочется в этой жизни испытать ещё и семейное счастье. Хочу стать для своего любимого нежной, мудрой, любящей и любимой женой, хранительницей семейного очага.

Я была замужем, у меня есть дочь (17 лет) и сын (9 лет), но, к сожалению, с мужем семейного счастья мы не смогли построить. Создавая семью, мы оба были неповзрослевшими, немудрыми, не сумели объединить свои разности, сделать из них один общий плюс, не смогли преодолеть свой эгоизм. Короче, наш брак распался от взаимных претензии. Но я благо-

дарю мужа за всё, что было в нашей совместной жизни. Это была школа для нас обоих, мы оба росли в этих отношениях. Я свои уроки сумела понять. Если и он сумеет простить и отпустить, то тоже будет счастлив.

Теперь я знаю, что женщина в семье — это и жена, и любовница, и мать, и ангел-хранитель для своего мужчины, верная спутница и помощница во всех его начинаниях, одним словом, жена-Богиня.

Где ты, моя половинка? Зову тебя, жду, мечтаю с тобой сотворить наше общее Пространство, наполнить его Любовью и Счастьем, радостью и детским смехом. Мечтаю создать такую семью, в которой твои и мои дети и внуки станут нашими и на всех хватит терпения, мудрости и внимания.

Но и ты, мой избраннык, уже многое осознал в жизни, поднялся с дивана и идёшь своим путём к Богу. Я готова следовать за тобой, если душа моя тебя узнает. Ты, мой любимый, ведёшь здоровый образ жизни, душа твоя проснулась, ты осознал себя Мужчиной, готовым взять на себя ответственность за любимую и детей.

С книгами Анастасии зна-

кома более 10 лет, сейчас перечитываю их на новом витке осознанности. Около 12 лет жила в деревне, в доме с печным отоплением и удобствами во дворе. Умею общаться с землёй, но против разведения домашних животных (я питаюсь природной пищей, мяса не ем). Веду активный образ жизни, телевизор не смотрю, с официальной медициной не дружу, детей своих рожала и учила дома.

Я люблю путешествовать по нашей земле, по тихим и уютомным её уголкам. Наверное, в этих путешествиях надеюсь узнать свою Родину, а может, вся Земля и есть наша Родина, и каждый её уголок ждёт от человека Любви.

Вот очень коротко о себе. Прошу всех, кого заинтересовало моё письмо, написать мне, но не Вконтакте, а простое бумажное письмо, как в старые добрые времена. Я больше люблю живое общение, в крайнем случае, по телефону, так как по голосу можно почувствовать человека. Когда пишешь письмо, можно собраться с мыслями, настроиться на человека, раскрыть свой внутренний мир и почувствовать внутренний мир другого. Электронная почта у меня тоже есть, но в нашей деревне связь

неустойчивая и не всегда есть возможность открыть электронный письмо.

Весной я ещё буду жить в нашей деревне, так как надо закончить с сыном учебный год и сдать экзамены в школе, а летом надо будет искать новое место для жизни. Скоро лето, лучшее время для путешествий, так что я могу заехать к вам в гости и познакомиться поближе с вами и вашим Пространством.

А ещё у меня просьба ко всем друзьям-единомышленникам. Нам с сыном предстоит поиск места для жизни. У сына все три точки бытия сложились в нашей тверской деревне, в которой мы жили последние 12 лет, но сейчас у меня нет возможности там жить в связи с разводом. Мы с сынулей помечтали, что первое время было бы хорошо снимать небольшую, пригодный к круглогодичному проживанию домик на природе (поселение, небольшая деревня), чтобы и природа была в шаговой доступности, и цивилизации поменьше, но были бы мальчишки и девчонки для активной совместной жизни.

Начинать одной, без мужчины, какое-то строительство на своём гектаре я сейчас не могу и не хочу. Это в «прошлой

жизни» я толкала грудью паровозы, слава Богу, хватило разума пойти другим путём. Сейчас я готова вдохновлять своего избранника на подвиги и во всём ему помогать в совместном творении.

Чем старше становится человек, тем труднее он выпускает в свой внутренний мир другого. Срабатывают категоричность суждений, застарелые привычки, наезженная колея. Предлагаю открыть настезь окна Души, впустить в неё новизну отношений, радость от того, что с тобой рядом окажется новая безграничная вселенная, которую ты каждое мгновение будешь открывать для себя. Есть огромные возможности и для роста Души.

Я приоткрыла вам свой внутренний мир, я готова творить новые гармоничные отношения, я мечтаю создать такую Пару, свет которой будет согревать и других людей.

Я жду и зову тебя, родной, близкий человек! Вот моя рука, давай идти по жизни рядом, вместе мудреть и творить вечность для двоих.

Адрес: 121374, г. Москва, ул. Ращупкина, д. 9, кв. 157. Тел. 8-961-143-0073 (Билайн), эл. почта varfalamei69@bk.ru.

**Елена ВАРФАЛАМЕЕВА.**

## Счастье не рядится в яркие одежды

Один человек много работал, чтобы прокормить большую семью — жену и трёх ребятшек; помогал пожилым родителям, содержал свой дом и хозяйство.

Шли годы, и он понимал, как много времени и сил уходит на то, чтобы каждое утро вставать вместе с петухами. Как надоела ему чечевичная похлёбка! Как опостылел тяжёлый труд в поле! Человек решил: будь что будет! И тогда он собрал самое необходимое, взял деньги и отправился в город, чтобы попытаться счастья.

Однако город оказался совсем не таким, каким его представлял беглец. Огромный и шумный, он пугал человека. Молодые женщины не смотрели с восхищением ему вслед; а жёсткий, будто подошва ботинка, кусок мяса в ближайшей забегаловке напомнил ему, как вкусна была густая чечевичная похлёбка с ароматными травами...

Никто не хотел брать уже молодого человека на работу, никто не хотел обнять и утешить его. И к концу насыщенного впечатлениями, но печального дня он лёг под дерево и заснул.

И в тот момент, когда человек видел во сне темноту и слышал тишину, кто-то дотронулся до его плеча. Это был старец с посохом.

— Кто ты, сын мой? Почему спишь на улице? — спросил старец. И человек рассказал ему о своей усталости, бегстве и разочаровании.

Старец выслушал его, кивая головой, а потом задумался.

— Ты устал, сын мой. Но от чего устал ты? Быть может, был вынужден содержать дом, который тебе не принадлежит и не перейдёт по наследству твоим детям?

— Нет, — ответил человек, — в этом доме я живу с рождения, и он полон детских воспоминаний.

— Тогда, наверное, твои родители прикованы к кровати? И ты, вынужденный помогать им, неходишь ни на шаг от этого грустного ложа?

— Нет, — ответил человек, — родители не молоды, но здоровы и всё ещё обслуживают себя сами.

— Тогда, наверное, ты не любишь свою жену?

— Нет, — ответил человек, — мы прожили с ней много лет, но я всё ещё замечаю, как прекрасны её глаза и как податливы её губы.

— Быть может, ты не желал детей, которых она родила тебе?..

— Что вы! — воскликнул человек. — Я люблю своих детей больше жизни!

— Тогда я не понимаю тебя. Ты самый счастливый из всех, кого я встречал в этом городе: богатых, но бездетных, праздных, но больных. У тебя свой дом, живые, здоровые родители, любимая жена и дети. Ты сам полон сил и всё ещё способен чувствовать, страдать и радоваться. Зачем ты здесь?

Человек задумался, и его лицо озарила улыбка:

— Какой я глупец! Своими руками чуть не разрушил счастье, данное мне судьбой! Спасибо тебе, мудрец! — и помчался домой.

И когда заплаканная жена спросила: «Почему ты исчез? Что случилось?», он ответил:

— Долгое время моя душа была слепа, и я сам не знал об этом. Теперь я знаю, что счастье не рядится в яркие одежды и не спит на пуховых перинах. Оно живёт там, где царят любовь, понимание и здоровье: в моём доме!

<https://craft4me.com>

## У-Ра Фестиваль встречи двух сердец

поселение Благодное Кировского района Калужской обл., с 14 по 18 июля 2017 г.

Приглашаем добрых друзей к нам в поселение, чтобы ладить и дружить, чтобы строиться и жить, чтобы Любви Пространство сотворить!

Приглашаем для участия также и семейные пары, чтобы поделиться опытом счастливой совместной жизни.

В данное время в Благодном 6 женщин и 6 мужчин желают создать союз.

**Стоимость участия** (без учёта питания): при оплате до 15 июня — 1500 руб., до 5 июля — 2000 руб., в день начала фестиваля — 2500 руб.

Для участников военных действий, детдомовцев, первого представителя от поселения и детей до 8 лет — бесплатно. Дети от 8 до 16 лет — половина стоимости взрослого.

Приглашаем четырёх волонтеров для наблюдения за чистотой и порядком и трёх помощни-

ков на кухню (помощь повару).

Вход на Фестиваль на все дни без оплаты, питание вегетарианское — за свой счёт, 400 руб. в день.

Оплата участия на Фестивале: перевод на карту Сбербанка: 4276220013567634 (Владислав Михайлович Полосенко). Для регистрации на Фестивале необходимо предъявить чеки или скриншоты об оплате.

С собой необходимо взять: палатку, спальник, туристический коврик; красивые наряды для концертов и хороводов; удобную одежду и обувь для жаркой и прохладной погоды, а также для танцевальных и спортивных занятий; средства от комаров; купальники; тетрадь и ручку.

На фестивале будет работать ярмарка «Радарь». Желающие могут привезти свои изделия для менек-даренек и для продажи.

В программе Фестиваля: экс-

курсия по поселению Благодное, игры, хороводы, танцы, славянская гимнастика, йога, купание, мастер-классы по рисованию, плетению поясов, игре на гусях и балалайке; Купальские хороводы, пускание плотиков и многое другое.

**Как к нам добраться общественным транспортом.**

Автобусом из Москвы или Калуги — выйти на остановке Голошиловка Кировского района (в соседнем районе есть одноимённое село). От остановки 2 км можно дойти пешком или довести на машине за 50 рублей (позвоните заранее, чтобы вас встретили).

Автобусом из Брянска — выйти на конечной остановке в Кирове (автовокзал). В 500 метрах от автовокзала, на остановке (ул. Пролетарская), сесть на «маршрутку» № 100 Киров — Шайковка, которая ходит раз в 30 минут, и на ней доехать до деревни Голошиловка. Также из Кирова до Дурино (место проведения фестиваля) можно доехать на такси за 250 рублей (номер 8-484-56-22222).

Если вы приехали на станцию Фаянская (Киров), тоже можно взять такси за 300 рублей (номер 8-484-56-22222).

Электричка из Калуги отправляется ежедневно в 18:08 (до станции Фаянская — Киров).

Электричка из Брянска отправляется ежедневно в 09:36 и 17:16 (до станции Фаянская — Киров).

**Контактные данные:** тел. 8-920-883-5873, Евгения, эл. адрес festival.ura@yandex.ru, встреча в Вконтакте vk.com/urafest.







# Возрождение Богини-Лады

27–28 мая с 10.00 до 19.00 впервые в Уфе состоится семинар «ПРИРОДА ЖЕНСКОГО И МУЖСКОГО СЧАСТЬЯ» из учебного курса «Возрождение Богини-Лады»

**Благодаря этому курсу вы узнаете:**

1) как устроена психика мужчины и женщины. Поймёте то, что является вполне естественным для женщины, совершенно неприемлемо для мужчин. Поэтому сможете избежать множество неурядиц, устранить непонимание и обиды на своих партнёров;

2) основные поконы (законы) мироздания и сможете осознанно строить свою жизнь, уверенно взаимодействуя с силами Вселенной, а также предотвратите множество ошибок, которые совершают люди по незнанию, но, как известно, незнание не освобождает от ответственности;

3) о влиянии родовых и кармических программ, а это осознание откроет перед вами дверь в мир, в котором мы способны овладеть изначальным знанием предков своего Рода, несущим в себе колоссальный опыт эффективности жизни;

4) о своём истинном женском предназначении, которое откро-

ет перед вами возможность стать единой с самой собой, осознать себя настоящую, увидеть себя как Душу;

5) о том, как моделировать свою жизнь согласно предназначению, осознать в себе способность течь в естественном жизненном потоке, получая при этом защиту и поддержку Рода;

6) о том, как перейти от состояния жертвы, которую всегда все жалеют (включая саму себя), к состоянию неисчерпаемого источника любви, радости и счастья — состоянию Лады;

7) о методах, позволяющих осознать свою внутреннюю вселенную, увидеть красоту своего внутреннего мира и начать жить в состоянии безусловной любви ко всему миру.

**ВЕДУЩАЯ** — ЮННА ПАШУТИНА (<http://medved-centr.ru/stranicy-specialistov/yuna-pashutina.html>) — дипломированный специалист в области психогенетики и виктимологии (viktin — жертва) с правом частной практики (академия

Ideal-метода Ч. К. Тойча). Замужем более 28 лет, имеет двоих детей. Постоянно проживает в поселении Родовых поместий Светорусье (Свердловская обл.). Генетической психологией занялась в 1994 году с целью решить ряд своих личных и семейных проблем. Много лет помогает другим людям решать их жизненные задачи, занимаясь частной практикой (консультирование). Ведущая на семинаре щедро поделится своим практическим опытом и знаниями о глубинной человеческой сути.

## Программа семинара:

— знакомство (озвучиваем актуальные вопросы, на которые хотелось бы получить ответ);

— введение в тонкости мужской и женской психической природы;

— мужская и женская энергия (практика). Самодиагностика;

— таинство гармоничных отношений;

— влияние генетических и кармических программ;



— показательная консультация (практический пример влияния наследственных и кармических программ);

— корректировка деструктивных программ на примере консультации;

— построение собственной генограммы. Моделирование своей жизни в новом желаемом потоке;

— природа мужского и женского счастья.

## Что взять с собой.

— Необходимо собрать информацию о своих предках (3–4 поколения): имена предков, чем занимались, чем увлекались, женились или выходили замуж по

любви или «по расчёту», реализовали себя в жизни или нет, во сколько лет умерли и от чего.

— Ручку и блокнот (тетрадь).  
— ДЛИННУЮ ЮБКУ.

**Стоимость участия** — 4500 руб. Специальная скидка для тех, кто приходит вдвоём, — 4000 руб. (для каждой пары).

Оплата в день проведения семинара в творческом центре санатория «Радуга».

Необходима предварительная регистрация по тел.: 8-917-776-6831; 8-919-602-2263.

Страница семинара в ВКонтakte: [vk.com/centr\\_radugaUFA](https://vk.com/centr_radugaUFA).  
г. Уфа, ул. Авроры, д.14/1, Санаторий «Радуга».

# Одежда из конопли —

## путь к физическому и духовному здоровью!

**П**о образованию я историк. В детстве, когда мои родители активно занимались бизнесом и возили меня по разным странам, я заметила, что когда самолёт приземляется в аэропорту родного города — Ростове-на-Дону и стюардесса объявляет об этом, у меня выступали слёзы на глазах, слёзы счастья. Я ДОМА. Я на родной земле. Мне было 8 или 9 лет, и для меня уже тогда было большим счастьем быть на родной земле.

К 13 годам я могла свободно общаться на английском языке с иностранцами (спасибо моей учительнице Марине Алексеевне Плешаковой!). Помню, как один дяденька из Великобритании лет 50-ти, разговорившись со мной, спросил, как же мы живём в такой нищете и разрухе в этой России, как же тяжело людям... Его вопрос вызвал у меня бурю возмущения! Слова полились из меня потоком, что он ничего не знает о РОССИИ, что у нас САМАЯ БОГАТАЯ И САМАЯ СИЛЬНАЯ СТРАНА, что у нас самый лучший президент, и что таких возможностей и ресурсов нет ни у одной страны мира! Сначала у дяденьки округлились глаза от моего подросткового напора, а потом он заулыбался и сказал, что теперь он видит, что страна у нас действительно сильная.

В 21 год я защищала диплом на тему «Русский национализм на рубеже XX–XXI веков». Мой оппонент был космополитом, поэтому защищаться было сложно, но мне это удалось сделать на «отлично»!

Скажу прямо: я люблю свою страну. Я люблю людей, живущих в России. Я осознала, насколько важно для человека всё то, что он в себя впитывает через органы чувств (рот, глаза, нос, уши, кожу), и я хо-

чу, чтобы люди нашей страны впитывали в себя самое лучшее. Чтобы мы снова стали сильнейшей страной в физическом и духовном плане! Физическое от духовного неотделимо, пока мы живём тут, на Земле, пока мы живы.

Именно поэтому я задумалась: а что носили мы, русские, в те времена, когда ни у одного иностранца язык бы не повернулся сказать, что у нас тут разруха и нищета?

Мы носили одежду из экологически чистых материалов — льна, шерсти, конопли, потому что такая одежда приносила человеку физическое и, как следствие, духовное здоровье. Почему наша страна (Русь, Россия, затем СССР) была первой в выращивании конопли (в 1936 году посевы конопли в СССР занимали 680 тыс. га — 4/5 всей мировой площади!) и никому в голову не приходило глупо хихикать и приговаривать: «Ой, да это же наркотик!»?

Одежда из конопли напитывала человека энергией и силой. Сила, вдохновение, радость жизни — всё это русским давала наша земля через растения. Сила и энергия растения передаётся человеку, когда он его ест или прикалывает к телу, или пьёт отвары на основе этого растения. Мы едим то, что мы едим. Мы едим то, что мы носим. Мы едим то, чем мы дышим, и то, на что смотрим. Хотите быть сильным, прочным, плодородным, устойчивым ко всему вредному? Носите одежду из того растения, что прочно, плодородно, сильно, устойчиво!

Выращивание конопли не требует никаких гербицидов, пестицидов, она невероятно устойчива к вредителям. Конопля растёт чрезвычайно быстро, её волокна очень прочны, устойчивы и долговечны. Конопляная ткань позволяет коже



дышать, очищает, т. е. способствует выведению токсинов. Кроме того, конопляная одежда обладает антибактериальными свойствами, а также защищает от ультрафиолетовых лучей. Летом одежда из конопли охлаждает, а зимой согревает.

Как думаете, почему мы перестали носить одежду из конопли? Почему перестали выращивать её? Кто нам вбил в головы, что это наркотик? Не задумывались, кому выгодна слабая Россия, со слабыми физическими и духовнопадшими людьми?

Я не хочу никого обвинять. Я хочу только защищать. Защищать моих людей, мою страну. Защищать незаслуженно обижаемое растение — КОНОПЛЮ. Растение сильное, любящее нас, несмотря ни на что! И я верю, что конопля своей энергетикой, своей силой переживёт это глупое время и восстановит свои права на нашей земле! Россияне начнут носить экологически чистую одежду из конопли и наполняться её силой, энергией и мудростью.

В марте 2017 года в одной из российских глубин, хуторе Дубовом (Ростовская область), женщины решили возродить тради-

ционное занятие — изготовление вещей из конопли. Как сообщают хуторяне, раньше конопля росла повсеместно, никому и в голову не приходило её косить и сжигать (как это сейчас делается целыми полицейскими отрядами), а наоборот, её активно использовали в хозяйстве: обкладывали коноплей овощи для их длительного хранения, изготавливали прочную экологичную одежду, кормили животных семенами и зелёными, полными витаминов и минералов листьями.

Вещи, изготавливаемые из этого растения, имеют ряд огромных преимуществ. Конопля:

— ОЗДОРАВЛИВАЕТ. Нейтрализует токсины и не даёт развиваться болезнетворным микробам на теле человека и благотворно влияет на состояние нервной системы;

— ПРОЧНАЯ. Ткань из конопли не только очень плотная, но и не поддаётся растягиванию, сохраняя свои формы и пропорции;

— ЗАЩИЩАЕТ кож от вредных воздействий внешней среды (солей тяжёлых металлов, неблагоприятного сочетания температуры и влажности, повреждающего эффекта избыточного ультрафиолетового облучения);



— НЕ ЭЛЕКТРИЗУЕТСЯ;  
— ПРАКТИЧНА — не требует ухода.

Компания по изготовлению вещей из конопляной нити и ткани носит радостное название «HEMP and HAPPY», что в переводе означает «Конопляный и Счастливейший». И тут всё неспроста. Дело в том, что хутор Дубовой является местом энергетически сильным. Именно здесь образовалось экопоселение Росток, в которое люди, оставив жизнь в городах, приехали, чтобы жить в согласии с Природой. Вещи, которые изготавливает конгломерация свободных Мастеров «HEMP and HAPPY», полны энергии Природы, выполняются с любовью и верой в то, что эта вещь принесёт её хозяину счастье и здоровье!

«HEMP and HAPPY» призывает ломать стереотипы о конопле и предлагает рассмотреть это растение с совершенно другой позиции, в качестве растения-друга, которое даёт нам Матушка-Земля. «HEMP and HAPPY» использует нити с органическими красителями, поэтому вещи подходят людям, склонным к аллергии.

Посмотреть ассортимент, сделать вещь на заказ из конопляной нити или предложить сотрудничество можно по адресу: <https://vk.com/hempandhappy>.

**Ирина БОГУЧАРСКАЯ.**

Ростовская область,  
Белокалитвинский район,  
хутор Дубовой.



**Д**о 1918 года обучение детей в России было раздельным. 31 мая 1918 года вышло постановление «О введении обязательного совместного обучения», подписанное комиссаром просвещения Луначарским. В 30-е годы многим, в том числе и новой власти во главе со Сталиным, стали видны негативные последствия «безполого» обучения. Уже в те годы стал заметен дефицит сильных духом, мужественных и волевых юношей при призыве в армию. И это при том, что тогда на самом высоком уровне было физическое, трудовое и патриотическое воспитание. Молодёжь сдавала нормы ГТО, воспитывалась под лозунгом «Быстрее! Выше! Сильнее!» и т. д.

Сталин попытался вернуть школу к прежней модели. В раздельных школах дети стали лучше развиваться, особенно мальчики. У них постепенно стали исчезать черты, характерные для противоположного пола. Казалось бы, истина восторжествовала. Однако такой порядок обучения существовал лишь до тех пор, пока был жив Сталин. В 1954 году мальчиков и девочек вновь смешали в общие классы по календарному возрасту.

Для генетически менее зрелых мальчиков представительницы слабого пола становятся духовно-эмоциональным примером поведения и образцом («героем») для подражания. Качества этого «образца» — прилежность, послушание, усидчивость, стремление услужить, понравиться, отсутствие протестных установок и т. д. Такая модель поведения стала активно поощряться учителями-женщинами. Постепенно из школьной жизни и чувств мальчиков исчезли ценности мужского характера. Исчезли мужская героика, былинный мужской эпос, мужская символика. Мальчики оказались погруженными в сугубо женскую духовно-сигнальную среду с её смыслами и ценностями. Более того, духовно более зрелые девочки сами стали прививать менее зрелым мальчикам свои сугубо женские символы, пристрастия, игры, эмоции, мечты, фантазии, привычки, мотивы, смыслы жизни, страхи. В итоге на протяжении нескольких поколений из учебных заведений, где проходит большая часть жизни детей, исчезла поло-личностная самоидентификация молодых людей, особенно мальчиков.

В конечном счёте присущие только мальчикам природные задатки — страсть к риску, испытаниям на волю и силу духа, жажда быть смелым и мужественным — стали заглушаться и нейтрал-

зовываться. Учитывая, что эмоции непременно имеют чёткую и определённую гормональную активацию (а гормоны, как известно, вещества прямого генетического действия), речь идёт о подавлении и нейтрализации мужских задатков и на генетическом уровне. Кроме того, природа мужского начала такова, что самое унижающее, позорное, буквально саморазрушительное переживание для мальчиков — быть слабее девочек. На этот счёт имеются многочисленные сообщения в зарубежной, а в последние годы и в отечественной научной литературе: женоподобные мужчины стали всё больше и больше заполнять пространство социальной жизни.

Мы в XX веке провели над собой трагический эксперимент — игнорировали полоролевое воспитание и активно внедряли безполую педагогику. Вот результат... В условиях, когда до основания разрушена народная воспитательная культура, когда до основания разрушено семейно-родовое воспитание, наша школа, нацеленная на некую сумму знаний (без воспитания чувств), есть преступление перед народом.

Обсуждать вопрос о раздельном обучении в школах начали примерно четверть века назад. Среди педагогов-новаторов Амонашвили, Шаталова, Щетинина занял своё место и Владимир Базарный. В то время он создал в подмосковном Сергиевом Посаде лабораторию физиолого-защитного воспитания, наша школа, нацеленная на некую сумму знаний (без воспитания чувств), есть преступление перед народом.

Последователи методики Базарного убедились в том, что высоких результатов позволяет достигать именно программа раздельного обучения. К примеру, в одной из школ Красноярского края, перешедшей на раздельное обучение, более 60% учеников — отлич-

ники, 90% выпускников с первой попытки поступают в вузы. В приложении к воспитанию эта истина выражается в том, что мальчики и девочки рождены для совершенно разных жизненных реализаций, поэтому обучать их нужно не одному набору наук (как это делается у нас в школах), а по совершенно разным программам и в разной манере. Образование девочки, например, включало в себя освоение 108 женских искусств (в том числе умение вести хозяйство, оказывать врачебную помощь, умение красиво одеваться, красиво двигаться и говорить, петь, писать стихи и тому подобное). У девочек родители стремились воспитать такие качества, как нежность, женственность, целомудрие, верность, трудолюбие, готовность стать невестой, матерью. Мальчики обучали в соответствии с его врождённой природой: кто-то рождён, чтобы просто трудиться, кто-то — чтобы приумножать богатства, кто-то — чтобы защищать и руководить, кто-то — чтобы наставлять и советовать. Воспитывались смелость, воля, сила духа, способность быть лидером и брать на себя ответственность, готовность защищать слабых, готовность стать главой семьи, встать на защиту Отечества и т. д. Народы ещё в древности осознали: мужское в мальчике изначально закреплено и само по себе не раскрывается. Так появились испытания, направленные на преодоление страха, развитие силы, ловкости, смелости, выносливости и т. д.

В современном обществе почти повсеместно девочек учат так же, как мальчиков, таким образом прививая им неверное видение своей жизненной роли. Отсюда — несчастливцы в личной жизни женщины. Мальчики же не ориентируются на соответствующую им социальную деятельность. Отсюда — профессионально потерянные мужчины (те, кто недоволен своей работой, своим положением и достижениями).

Учителям рекомендуют, например, осторожно проводить в «девчоночьих» классах соревнования, потому что эмоциональные девочки иногда очень остро реагируют на неудачу, если проигрывают. А мальчишек, наоборот, соперничество может подстегнуть, заставить быстрее думать, искать правильный ответ. Речь не идёт о двух учебных программах. Просто одну и ту же дисциплину дети изучают разными темпами, часто по-другому строятся и сам урок. Девочкам нужно подробно объяснить тему, привести примеры, а после этого проверить, как они усвоили материал, предложив решить задачку. Мальчикам свойственно искать новые пути, быть

первооткрывателями. Им лучше предложить сначала справиться с заданием самостоятельно, а уже потом обобщить, рассказать, как и почему надо действовать. Следует учитывать и такую особенность: мальчиков необходимо включать в поисковую деятельность, их надо подталкивать к нахождению принципа решения, они лучше работают тогда, когда характер вопросов — открытый, когда нужно самому додуматься, сообразить, а не просто повторить за учителем и запомнить информацию. Их нужно натолкнуть, чтобы они сами открыли закономерность, тогда они будут в тонусе в течение урока, тогда они запомнят и усвоят материал. То есть им больше подходит обучение через самостоятельное разрешение проблемной ситуации. Мальчики лучше работают «от противного»: сначала — результат, потом — как мы к этому пришли. От общего — к частному. Почти все учителя говорят, что в классе мальчики работают сложнее, но интереснее. Если же им предлагают действовать по шаблону, они в такой ситуации стараются уйти из-под контроля взрослого, не подчиниться ему, не выполнить несвойственные им виды деятельности.

Никто, в том числе и в стане противников раздельного обучения, не спорит: в «сегрегированных» классах и успеваемость выше, и дисциплина лучше, и усвоение знаний быстрее, и физически ребята крепче.

### Минусы

Выпускники школ 40-х—50-х годов прошлого века вспоминают, что дружеской атмосферы в «однополом» классе, как правило, не было. О сплочённом коллективе не было и речи. Девочки всячески стремились показать своё превосходство. В «мужских» школах процветал культ силы, педагоги жаловались на многочисленные хулиганские выходки учащихся. Однако в наши дни в школах, создаваемых по новой модели, мальчики и девочки занимаются «через стенку», встречаясь на переменках и на внеклассных мероприятиях.

Наиболее строгие критики этого метода обучения говорят о принципиальной недопустимости воспитания в детях привычки делить людей на «таких же, как я» и «других». Поделив учеников сначала по гендерному признаку, говорят оппоненты, возникает соблазн продолжить делить их по расовому, религиозному, физическому, интеллектуальному признакам. Некоторые критики считают, что в мужском классе будет процветать дедовщина. Встречаются

даже мнения, что класс, где нет девочек, — хорошая среда для воспитания будущих... маньяков.

Аргумент, что в раздельных классах дети ограждены от сомнительных прелестей полового созревания, тоже не выдерживает критики. У нас сейчас слишком большое влияние имеют средства массовой информации, где детям рассказывается обо всех «прелестях» половой жизни, в том числе и обратчной.

Помимо споров вокруг собственно метода, существует проблема совсем другого рода — педагогические кадры. В регионах, где проводится эксперимент, на роль классного руководителя в мужской класс ищут, как правило, мужчин. На деле выяснилось, что это почти нереально.

И всё же гендерная педагогика набирает обороты. Учитывая предыдущий педагогический опыт и современные исследования, всё больше учителей стараются возродить эту неоспоримо эффективную методику обучения. Всё больше родителей ищут школы или классы с раздельным обучением. Эксперты в педагогическом сообществе обращают внимание на то, что большинство «разделённых» школ — гимназии, лицеи, образовательные учреждения с углубленным изучением ряда предметов. Там, где есть математические и гуманитарные классы, отчего бы не быть «мальчишковым» и «девчачьим». Кроме того, учиться не в такой школе, как все, престижно.

Опытные площадки открылись уже на 35 территориях Российской Федерации — всего получилось 62 класса. Мониторинг здоровья, проведённый медиками после четырёх лет обучения по новой системе, показал, что дети стали реже болеть. Раздельные уроки физкультуры дали поразительный эффект: ребята стали сильнее и выше ростом, чем их сверстники из других школ.

Если обратиться к современному опыту западных стран, то в немецких государственных школах разделение по половому признаку категорически запрещено. Исключение составляют только несколько особо престижных, очень дорогих частных гимназий.

Американский департамент образования недавно ввёл новые правила, облегчающие организацию раздельного школьного обучения. Начиная с 1998 года количество школ в США, предлагающих раздельное обучение мальчиков и девочек, возросло с 4 до 223. Школы, имеющие хотя бы несколько «однополюс» классов, есть в 32 штатах.

**По статье Тимофея ШАДРИНА и Владимира БАЗАРНОГО.**



# Что «слышат» наши гены?

## Из истории генетических исследований

Только в конце XX века, после множества экспериментов, когда ДНК была исследована не только на вещественном, но и на полевом уровне, стало известно о новых свойствах ДНК.

### Волновая природа хромосом

Сотрудники Математического института РАН П. П. Гаряев и А. А. Березин и сотрудник Физического института РАН А. А. Васильев пришли к выводу, что генетический аппарат подобен биографическому компьютеру, который задаёт программу формирования организма. Этот компьютер хранит запас и осуществляет считывание и перенос генетической информации в пространстве и времени. Эти функции осуществляются с помощью солитонных (акустико-электромагнитных) и лазерных полей, вырабатываемых самими хромосомами. Физики доказали, что солитоны наделены способностью «помнить о своём происхождении». К тому же солитоны, «пробегая» по ДНК, способны «собрать» достаточно полную информацию о состоянии хромосомного аппарата и перенести её за пределы клеточных ядер.

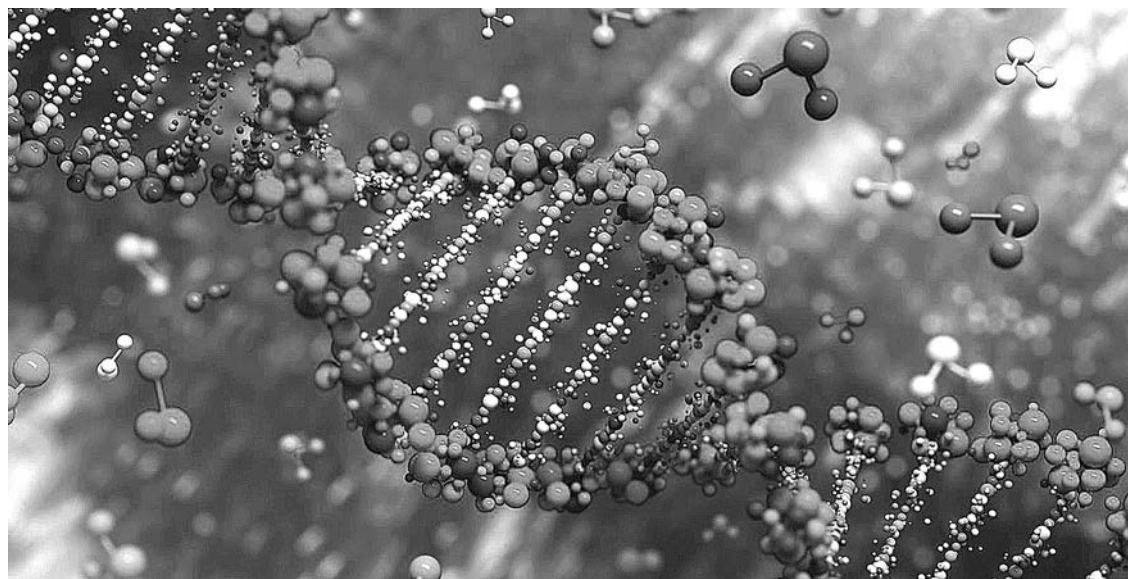
В свою очередь подобная информация может быть считана акустическими и/или электромагнитными полями других организмов, что приводит к их преобразованиям.

Немаловажно и то, что сами хромосомы, являясь генераторами физических полей с очень малой мощностью, одновременно могут работать и в режиме «антенны», принимающей внешние акустические и электромагнитные поля.

Волновые гены относятся к некодирующей, «молчащей» части ДНК и составляют от 95 до 99% генома (совокупности генов). Волновая информация ДНК передаётся на расстояние и даже может поддерживать жизнь в организме, обречённом на смерть. После удаления ДНК её «фантом» может оказывать воздействие на саму ДНК, меняя её поведение в клеточных ядрах.

В одном из экспериментов мышам с удалённой поджелудочной железой передавали сигнал в форме солитонного поля, считанный с поджелудочной железы новорождённых мышей. В итоге обречённые на смерть животные продолжали жить.

ной способностью к регенерации органов и тканей. Однако с учётом принципов волновой самоорганизации биосистем эту способность можно активировать. Подтверждение тому — первое в мире успешное приживление донорских тканей с последующим вос-



### Нелокальность генетической информации или «здесь и везде одновременно»

П. П. Гаряев утверждает, что для многоклеточных организмов характерна нелокальность генетической информации на разных уровнях, т.е. её наличие везде одновременно.

На уровне организма нелокальность выражается способностью к регенерации. Например, после разрезания червей планарий любая часть их тела даёт при регенерации целый организм. То же самое происходит и при вегетативном размножении растений. К сожалению, человеческий организм не обладает столь выражен-

становлением зрения у слепого пациента, осуществлённое доктором Р. Э. Мулдашевым.

На клеточном уровне нелокальность проявляется в возможности получения целого организма из любой клетки, а не только из оплодотворённой яйцеклетки, поскольку каждая клетка является потенциальным носителем генетической информации, необходимой для формирования организма.

На молекулярном уровне нелокальность выражается способностью рибосомы «читать» информационную РНК полностью, с учётом всего контекста, а не только по отдельным кодирующим единицам.

На хромосомно-голографиче-

ском уровне нелокальность проявляется в том, что электромагнитные и/или акустические волны считывают голограммы (т.е. волновые копии) хромосом. Это чтение видоизменяет их, и, преобразованные, они уходят за пределы хромосом, унося с собой «воспоминания о прочитанном», т.е. генно-волновую информацию, необходимую для формирования целого организма.

Это обеспечивает мгновенный обмен информацией между всеми клетками организма. И это, на

взгляд П. П. Гаряева, «необычайно важное для многоклеточных биосистем эволюционное достижение».

### ДНК понимает человеческую речь

Российские учёные под руководством П. П. Гаряева доказали, что ДНК воспринимает человеческую речь. В экспериментах использовался русский и английский языки. Группа П. П. Гаряева совместно с сотрудниками Института общей генетики воздействием слова добились ускорения роста растений и восстановления геномов семян пшеницы и ячменя после радиационного разрушения. Причём на смысл речи ра-

стительные геномы реагировали адекватно, независимо от того, какой язык использовался — английский или русский.

### Выводы

В нашем организме существует механизм защиты для поддержания устойчивости генетического аппарата и организма в целом — это иммунитет. Хотя за последнее столетие он серьёзно ослабел. Причины нам известны: частые инфекции, курение, чрезмерное увлечение алкоголем, хроническое недосыпание, длительное лечение антибиотиками, стресс, загрязнение окружающей среды, физические и умственные перегрузки — вот далеко не полный список факторов, вызывающих ослабление иммунитета.

В свете последних открытий можно сделать вывод о том, что все вышеперечисленные факторы отражаются на структуре ДНК. Скажем, у курящего человека информация о курении фиксируется волновыми генами и передаётся его потомкам (чего же удивляться, что наследники, как правило, тоже курят и страдают теми же болезнями).

Однако волновые гены некурящих людей тоже считают информацию! Как было доказано экспериментами, информация держится в пространстве даже тогда, когда сам её источник уже перестал существовать.

Мы все связаны друг с другом гораздо более, чем пассажиры одной лодки. И если лодка начнёт тонуть по причине образования дыры в корме, то нос лодки в конце концов тоже потонет.

Поэтому стоит задуматься об ответственности за ту информацию, которая передаётся ДНК, генетическому аппарату и, как следствие, организму в целом.

Отказ от вредных привычек и бранных слов, ведение здорового образа жизни, сосредоточение на прекрасных мыслях и выражение этих мыслей в добрых словах имеют жизненно важное значение для настоящего и будущего поколений.

Сделать жизнь лучше мы можем только сами — КАЖДЫЙ из нас!

**Л. В. ЛЬВОВА,**  
кандидат биологических наук.

Публикуется в сокращении.

Подготовили

**Екатерина РЕЗНИЧЕНКО**  
и **Елена ИЛЬИНА.**

<http://r.sirius-ru.net>



## Мы ждём всех на праздник Купалы

24–25 июня 2017 г., д. Чечеги, Новые Зятцы, Игринский район, Удмуртия

Ночь отступает, день прибывает, солнце сияет всё ярче. Скоро опять день будет длинным, а ночь — самой короткой. И вот тогда вновь Купала придёт — праздник чудесный и летний. Там есть волшебство, веселье и смех, там хороводы и игры. И молодец много, и красных девиц, и ярмарка, и состязания, костёр по ночам, общение там и на заре — встреча Солнца.

Так было у нас и так будет опять.

Вы в гости к нам приезжайте. Мы живём в Родовых поместьях.

Возьмите купальник, палатку, и спальник, и ложку, и кружку, и чашку. И то, что природа вам подарила, а стол — все мы вместе накроем.

Для хороводов наряд припа-

сите и вместе с друзьями к нам приходите.

Вы познакомитесь с древними обрядами, волшебными героями, покружитесь в хороводах, танцах, поучаствуете в играх, состязаниях, в интересных мастер-классах, вечером попрыгаете через костёр, ночью запустите плотик с желаниями и, конечно, на заре встретите солнышко и искупаетесь в росе. Великолепно проведёте время, будет много общения. Участие бесплатно.

Приглашаем на солнечную ярмарку — купить наше и продать своё.

Питание предлагаем вегетарианское. Будет возможность готовить еду на печке, дровами обеспечим. Ночлег — в собственных палатках на лесной поляне под тению соловья.

Селение находится в красивом месте, среди цветочных полей и сказочных лесов, на горе за речкой Большой Кутык, в 6 км от трассы между Старыми и Новыми Зятцами (поворот к нам между 47 и 48 километрами столбами, указатели будут до места проведения праздника).

С центрального автовокзала Ижевска до Старых Зятцев 4 раза в день ходят автобусы № 531 и № 173 (расписание на сайте [avokzal.udm.ru](http://avokzal.udm.ru)), далее 6 км по трассе и поворот направо, после которого ещё 6 км.

3–4 и 10–12 июня приглашаем волонтеров помочь в обустройстве места для проведения праздника и окончания строительства гостевого дома.

О нас в нашей группе в Вконтакте [vk.com/chehegi](http://vk.com/chehegi).



# Хороводно-игровая школа Вероники Гаврилёнок

Вероника Гаврилёнок — ведущая хороводно-игровых праздников, мастер своего дела, основатель хороводно-игровой школы, девиз которой «Со светом по Свету!». С 2004 года она возрождает Народный праздник, провела более 600 различных мероприятий в Беларуси, России и на Украине с участием до 1000 человек.

— Вероника, за год у тебя произошло много интересных событий. Расскажи о них нашим читателям.

— Дорогие друзья и любимая газета «Родовая Земля»! 2016 год и начало 2017 года действительно выдалась очень насыщенными по Земному и по Звёздному предназначению.

— Чем же отличается Земное от Звёздного предназначения?

— Как мне было открыто, реализация по Земному предназначению — это реализация себя в различных земных ролях и статусах, связанных с личным успехом и успехом своей семьи. Это, условно говоря, «Я, мне, моё». Например, я — дочь, я — жена, я — мать и т. д. Моя семья, мой муж, мои дети, мой дом, мое поместье. Реализация себя по земному предназначению — это когда все эти роли вами успешно осваиваются. Вы счастливы в семье и как ребёнок своих родителей, и как супруг, и как родитель. Процветаете вы и ваш род земной.

Реализация по Звёздному предназначению — это реализация себя вне дома и семьи. Это

когда благодаря вам и вашей деятельности стало лучше жить другим людям, стало чище и светлее в целом на планете. Это та деятельность, направленная на благо людей, страны, планеты, всей Вселенной. Например, вы научились чему-то сами — идёте и учите этому других. Вы обеспечили себя и свою семью здоровьем — идёте к людям и помогаете им стать здоровее. Может, вы осознанность в других пробуждаете, можете, помогаете вернуть Любовь в семьи или экологичной продукцией с миром делитесь. Принцип прост: научился сам — научи других, имеешь сам — поделись плодами с другими, знаешь, как что-то сделать, — расскажи другим. В целом от вашей деятельности должно становиться чище и светлее всем окружающим.

Реализации по Звёздному и Земному предназначениям тесно связаны между собой. Важно соблюдать баланс этих энергий, тогда можно говорить о гармоничном развитии человека.

— То есть сапожник должен быть с сапогами?

— Да. Причём и сам, и его семья должны быть обутом, а по-



том уже обеспечивать «сапогами» весь мир людей.

— Очень интересно! Какова же реализация твоих Земного и Звёздного предназначений за прошедший год?

— По Земному предназначению главная новость — увеличение нашей семьи ещё на одного человечка, в январе 2017 года у нас родился сыночек Добромир. — Поздравляем вас от всей Души! Это прекрасная новость! Процветания вашей семье, а Добромиру расти в здравии, радости и счастье!

— Благодарим! По Звёздному предназначению тоже яркие события произошли: это запуск онлайн школы и выход в мир двух моих книг: «Со светом по Свету», часть 1 — пособие для Ведущих хороводно-игровых праздников и часть 2 — пособие для Ведущих солнечных (кологодных) и семейных праздников.

— Как пришла идея онлайн-обучения? В чём отличие от живых тренингов?

— Многие люди давно просили проводить такую форму семинаров, так как не все могут бросить всё и уехать на 6–10 дней на семинар в другой город. К тому же для многих это очень затратно по времени и по финансам. Кроме того, полученные знания на живом тренинге иногда забываются, особенно если их не практиковать или практиковать не всё. А онлайн-форма позволяет проходить семинары у себя дома в удобном ритме и темпе. Более того, вся семинарская база остаётся у человека дома в виде фильмов и книг, к которым можно всегда вернуться, если что-то позабылось.

— А как же практика?

— Практика в любом случае необходима и после живых тренингов, и после онлайн-обучения. Тут возможны варианты: кто-то практикует дома с родными и

друзьями, кто-то собирает народ и практикуется на вечерках, кто-то это делает по роду деятельности у себя на работе со своими коллективами, кто-то встречается и объединяется с другими семинаристами-хороводниками и практикуют сообща, кто-то приезжает дополнительно на живые семинары ко мне или к моим ведущим ученикам.

По опыту людей, прошедших первую и вторую ступени онлайн-обучения, могу сказать, что результаты очень хорошие. Радуют отзывы семинаристов и участников их праздников. Кроме того, со всеми учениками я поддерживаю связь сама лично в хороводных чатах в ВКонтате.

— Как происходит процесс онлайн-обучения и что он в себя включает?

— Всё просто. После оплаты курса человек получает подробную пошаговую инструкцию. У него есть выбор: скачать материалы к себе на компьютер (винчестер) или смотреть курс онлайн прямо из Интернета. Первая ступень включает в себя 10 серий, вторая ступень — 15 серий фильмов-видеоуроков, снятых на живых семинарах в Минске в мае 2016 года. Фильмы получились очень яркие и живые! В них подробно показано и рассказано всё, что я даю на живых тренингах. Также в обучение включены книги-пособия, музыка для праздников, скайп-консультация со мной и все ранее созданные мной фильмы: «В лучах праздника» — 1 и 2 часть, «Детский праздник», «Семейная гимнастика» — 1 и 2 часть. По завершении обучения семинарист проводит отчётный праздник, присылает мне дипломную работу в виде реферата в текстовом виде с фотографиями и видеороликом (желательно, но не обязательно). После этого он награждается серти-

фикатом Академии СВА. Я вношу его в хороводную базу и на хороводную карту Мира на сайте [narodnik.info](http://narodnik.info) наравне с остальными учениками.

— Вероника, сколько учеников-выпускников у тебя на сегодняшний день?

— Около 500 человек.

— О, большая команда хороводников! Наверное, благодаря твоим семинарам и онлайн-обучению география твоих учеников выходит за пределы России?

— Это так. Радует, что есть выпускники нашей хороводной школы уже на Украине, в Беларуси, Польше, Латвии, Литве, Италии, Испании, Голландии, Германии и даже в Америке.

— Может, достаточно уже хороводников? Как ты считаешь?

— Спрос на наши хороводные праздники растёт! Они входят в моду и всё больше увлекают современного человека, казалось бы, далёкого от народных традиций и фольклорного творчества. Поэтому хорошие ведущие хороводных праздников всё больше в цене.

Очень хочется захоронить всю Землю-Матушку, ведь благодаря нашим праздникам все люди объединяются на уровне Души и Души. И в целом энергетика планеты становится чище. Меня очень радует, что благодаря фильмам и онлайн-обучению любой желающий теперь может стать хороводником в любой точке Мира!

Создавая этот курс, я очень волновалась, чтобы он не уступал по силе живым тренингам. И конечно, меня очень радуют отзывы людей, их хороводные успехи и отзывы участников праздников. Так что такая форма обучения себя полностью оправдывает!

— Где можно узнать подробности о твоих семинарах и книгах?

— Пишите мне на адрес: <mailto:nika.sky@mail.ru>, ВКонтате: <https://vk.com/v.gavrilionok>. Звоните: +375-29-767-29-96 (Минск), 8-964-250-1194 (Билайн), заходите на сайт нашей школы: [na-prazdnik.info](http://na-prazdnik.info).

— Вероника, благодарим за интервью! Желаем тебе успехов в реализации Земного и Звёздного предназначения, и пусть будет больше Света на твоём Пути!

Редакция «РЗ».

## СПРАВКА



В 2001 г. окончила Белорусский Университет культуры. С 2004 года возрождает народный праздник с многочисленными играми, хороводами, танцами, конкурсами и состязаниями. Провела более 600 различных мероприятий в Беларуси, России и Украине с участием до 1000 человек: солнечные праздники (Купала, Коляда, Масленица и др.), фестивали, брачные слёты, праздники в общественных организациях, вечерки, хороводно-игровые семинары и т. д.

В 2003 г. основала театр-студию «Родник», где поставила спектакль «Сотворение» по книгам В. Мегре. С 2007 г. выпустила серию авторских фильмов: «В лучах праздника» (в 2-х ч.), «Семейная гимнастика» (в 2-х ч.), «Детский праздник». С 2008 г. директор Института народного праздника Академии СВА (Славянской Всемирной Академии), академик Академии РА. С 2013 г. основатель Хороводно-игровой школы по авторской методике адаптации хороводно-игровой традиции к современности, где активно проводит обучение на Ведущих хороводно-игровых праздников (1 ступень) и ВЕДУЩИХ Ведущих солнечных и семейных праздников (2 ступень). В 2016 г. по материалам семинаров издала обучающие пособия для Ведущих праздников и выпустила 25 серий видео-уроков.

Основала онлайн-обучение. Открывает и курирует открытие хороводно-игровых школ в разных концах Света.



## Что такое клиповое мышление

Термин «клиповое мышление» появился в середине 1990-х годов и первоначально означал особенность человека воспринимать мир через короткие яркие образы и послания теленовостей или видеоклипов. Слово «clip» переводится с английского как фрагмент текста, вырезка из газеты, отрывок из видео или фильма. Видеоряд большинства музыкальных клипов состоит из цепочки слабо связанных по смыслу кадров. При клиповом мышлении жизнь напоминает видеоклип: человек воспринимает мир не целостно, а как последовательность почти не связанных между собой событий.

Современные сериалы, фильмы и мультфильмы создаются для клипового потребителя. Сцены в них идут маленькими блоками, часто сменяя друг друга без логической связи. Пресса наполняется короткими текстами, в которых авторы лишь очерчивают контуры проблем. Телевидение преподносит новости, которые между собой не связаны, потом рекламу, ролики которой тоже никак друг к другу не относятся. В результате человек, не осмыслив одну тему, переходит к потреблению другой.

Мир обладателя клипового мышления превращается в калейдоскоп разрозненных фактов и осколков информации. Человек привыкает к постоянной смене сообщений и требует новых. Усиливается желание искать цепляющие заголовки и вирусные ролики, слушать новую музыку, «чтаться», редактировать фотографии и так далее.

## Плюсы и минусы клипового мышления

**Минус:** человек не способен долго концентрироваться на информации, у него заметно снижается способность к анализу.

Обладатель клипового мышления не может анализировать ситуацию, поскольку любая информация не задерживается в его сознании и быстро сменяется новой.

От способа мышления зависит успешность в карьере и жизни. Например, в бизнесе умение анализировать, выделять главное и принимать на основе анализа решения — то есть наличие «продолжительного» мышления — единственная возможность стать успешным менеджером. Его главная особенность — высокий объём внимания. Во время переговоров важно быть последовательным: всегда помнить о том, какой вопрос является ключевым, и не перескакивать с темы на тему.

**Минус:** ослабляет чувство сопереживания.

Жестокость и насилие, которые ежедневно поглощают люди с экранов телевизоров и каналов на YouTube, постепенно повышают порог человеческой чувствительности к переживаниям других. В момент, когда в мире случаются громкие трагедии, люди начинают сочувствовать и сопереживать погибшим, однако «градус сочувствия» резко падает, ведь за это время прошли тонны новой информации. Клиповое мышление — мышление сиюминутного восприятия, минутной реакции.

**Плюс:** ускоряет реакцию.

Бездумные клики по ссылкам в Сети, мельтешение несвязанных между собой новостных сюжетов и рекламных роликов, обрывистые тексты в СМИ делают наше сознание обрывистым и фрагментарным. Сегодня выпускаются целые серии книг, написанных в стиле общения в чате, и снимаются фильмы, построенные по законам клипа.



# Клиповое мышление

Известный британский футуролог Джеймс Мартин, который предсказал появление Интернета, разделил людей на два типа. Первый тип — «люди книги» — получают информацию от чтения и обладают «продолжительным» мышлением. Второй тип — «люди экрана» — наделены клиповым мышлением. Преимущество последних в том, что они обладают скоростным откликом и быстрее реагируют на любые стимулы и изменения.

**Минус:** падает уровень успеваемости и снижается коэффициент усвоения знаний.

Педагоги во всём мире бьют тревогу: дети мало читают и не понимают смысла прочитанного. Школьники плохо понимают чужие мысли, потому написать изложение для них — сверхзадача. Ученики быстро забывают то, чему их недавно учили, и не могут осилить произведения классической литературы. В ходе эксперимента старшеклассникам предложили ответить на ряд элементарных вопросов из программы предыдущих классов. Результаты показали, что коэффициент усвоения знаний у школьников — 10%. «Спасательным кругом» для учеников всё чаще становятся краткие пересказы произведений и готовые домашние задания.

**Плюс:** защищает мозг от информационной перегрузки.

Многие специалисты называют клиповое мышление механиз-

мом адаптации к развитию информационных технологий и данностью XXI века. Сознание современного человека естественным образом подстраивается под необходимость реагировать на терабайты информации, которые поступают из десятков разных источников, включая Интернет.

**Минус:** люди становятся податливыми к манипуляциям и влиянию.

Краткость рекламной информации — мощный инструмент продаж. Поскольку в рекламе акцент делается на эмоции, человек теряет здравый смысл и способность анализировать и чаще делает ненужные покупки. После у человека может появиться чувство, будто им сманипулировали, но дать объяснение неприятному «послевкусию» сложно, ведь сознание «затуманили» эмоции. Как пример можно вспомнить один из трогательных рекламных роликов iPhone, приуроченный к Рождеству.

**Плюс:** развивает многозадачность.

Американский психолог Лари Розен в книге «Я, моё пространство и я: воспитание сетевого поколения» отмечает, что сильная сторона «поколения Интернета» (Internet Generation) — возросшая способность к многозадачности. Такие люди могут одновременно слушать музыку, общаться в чате, серфить по Интернету, редактировать фото и делать при этом уроки или работать.

Как бороться с минусами клипового мышления?

## «Метод парадоксов»

Михаил Казиник, профессор и педагог с мировым именем, в своей практике использовал «метод парадоксов», который развивает аналитические способности и критическое мышление. Парадокс значит противоречие. Исследования показали, что дети с пассивным сознанием принимают утверждения учителя на веру. Но когда учитель озвучивает два взаимоисключающих утверждения, как правило, ученики задумываются.

Например: Моцарт — гениальный культовый композитор, который написал несчётное множество музыкальных произведений, умирает в нищете. Бетховен сочинял грандиозные симфонии, но при этом был глухим. Шопену поставили диагноз туберкулёз и предрекли, что проживёт он не больше двух лет, но композитор продолжил давать концерты и писать музыку и прожил двадцать лет! Как это объяснить? Поиск парадоксов и противоречий — удобное упражнение, которое искореняет потребительское отношение к информации и учит размышлять.

## Чтение художественной и философской литературы

В своей статье «Google делает нас глупее?» американский

писатель и публицист Николас Карр признался, что после прочтения им двух-трёх страниц текста внимание его рассеивается и появляется желание найти себе другое занятие. Таковы «издержки» клипового мышления, и для борьбы с ними специалисты советуют читать классиков. Их произведения тренируют умение анализировать. В отличие от телевидения, где восприятием зрителя управляют, при чтении художественной литературы человек создаёт образы самостоятельно.

Некоторые преподаватели заставляют своих студентов читать современных философов — Лиотара, Бодрийяра, Барта, Фуко, Бахтина, Лосева. Считается, что через философские труды можно научиться строить цепочку от общего к частному. Правда, для неподготовленного обладателя клипового мышления читать философов на порядок сложнее, чем классиков.

Для выработки усидчивости новичкам рекомендуется ставить на время чтения будильник. Сначала можно прерываться от книги каждые 10 минут, потом 20, 30 и так далее. В паузах полезно пересказывать прочитанные отрывки и анализировать поступки героев, а ещё лучше — тезисно конспектировать прочитанное. Результат — аналитический ум и порядок в голове.

## Дискуссии и поиск альтернативной точки зрения

Чтобы глубоко и последовательно мыслить, нужно анализировать и понимать позиции людей с противоположными взглядами. Видеть только единственную точку зрения всегда опасно. В любом вопросе нужно искать противоположный взгляд. Обсуждение и участие в дискуссионных клубах и «круглых столах» делает человека трезвомыслящим. Причём лучше всего участвовать именно в дискуссиях, а не в полемике. В процессе полемики люди просто отстаивают свою позицию и хотят победить, участники же дискуссии защищают свои точки зрения, но пытаются понять друг друга и найти истину. Важны и полемика, и дискуссия, но именно второе развивает умение и желание думать.

## День отдыха от информации

Ограничить себя в потреблении информации — мудрое решение в эпоху информационного бума. Эксперты предлагают ввести личный «День отдыха от информации». В этот день нельзя ничего смотреть или читать. Потребление заменяется созиданием и творчеством: можно писать, рисовать, общаться офлайн. Без баланса между потреблением и созданием нового человек — всего лишь машина для обеспечения работы рынка.

В остальные дни важно следить за способом поглощения информации. Например, хотя бы частично заменить судорожное переключение каналов («зеппинг») и чтение кратких материалов на просмотр полноценных фильмов (а лучше театральных представлений) и продолжительное чтение больших текстов.

[https://vk.com/feed?w=wall-35311089\\_10686](https://vk.com/feed?w=wall-35311089_10686)



# 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](mailto: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

### ✓ КЕДРОВАЯ ПРОДУКЦИЯ «ЗДОРОВЬЕ СИБИРСКОЙ ТАЙ- ГИ» (Томская обл.)

Доставляется в свежем виде: ядро кедрового ореха, кедровое масло, кедровый жмых, кедровая живица, хвойный экстракт кедрового ореха, кедровая ореховая паста, сок кедровой хвои, кедровый чай, кедровая вода, гидролат кедрового ореха, эфирное масло побегов кедрового ореха, кедровый крем для лица, кедровый скраб для лица, кедровый бальзам для губ, кедровая маска для волос, кедровый шампунь-бальзам для волос, кедровое мыло ручной работы, кедрово-дегтярное мыло, кедрово-дегтярный шампунь, кедрово-дегтярная мазь, кедровое массажное масло.

Тел. 8-923-133-0120. <http://sibirskij-kedr.ru>

✓ **ЛЕЧЕБНЫЕ ВЕЩИ ИЗ КОНОПЛИ:** носочки из 100% конопли, лёгкие, летние, с массажным эффектом. Сумочки из 100% конопли на заказ. Изготовлены вручную с любовью и верой в возрождение исконно русских традиций. Могут стать отличным подарком вашим близким. Придают силу и энергию. тел. 8-928-904-59-77, <https://vk.com/hempandhappy>, [yandex.ru](https://yandex.ru). Ирина Богучарская.

✓ **ВЯЗАННЫЕ КРЮЧКОМ ОЧЕЛЬЯ** с крапивной нитью. Кемеровская обл, г. Березовский. Тел. 8-923-488-4577, Наталья.

✓ **ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД** из Родового поместья «Кедр» Пнезенской области. Цена 3 л около 800 руб. Высылаем с наложенным платежом. Постоянным покупателям ВСЕГДА скидки. Тел. 8-908-529-7402, Анна; 8-908-529-7501, Александр.

✓ **НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛА ДЛЯ ЗАЩИТЫ ДРЕВЕСИНЫ** от влаги, грибка, загрязнения из материалов на основе природного сырья:

для фасадов деревянных домов, садовой мебели, террас;  
для интерьеров деревянных домов;

для кирпича;  
для бань и саун.  
ИП Сальков А. В. Хакасия, Родники. [Salkov@mail.ru](mailto:Salkov@mail.ru) тел. 8-983-152-8490, Артём.

✓ **«ПРИРОДНАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОДУКЦИЯ АЛТАЯ»** предлагает: препарат Супер-Онко по Соколову Н. С. (онкология); живые соки лопуха, кипрея и лабазника (восстановление после химиотерапии и облучения); ферментированный сок чисто-

тела (онкология); гнилой корень (редкое антираковое средство); настойка личисек; настойка трепанга; болиголов (настойка из СВЕЖЕЙ травы и мази); аконит (настойка и мазь); гриб рейши (доброкачественные и злокачественные опухоли, заболевания печени, сахарный диабет, продление жизни); трутовик лиственничный (пихудение); мумиё, каменное масло, а также много другое на сайте <http://ozdorovitel'naya-produkciya.rf>. Тел. 8-929-327-1740, Владимир Борисович.

✓ **СЕМЕНА ЧЁРНОГО ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Всхожесть хорошая. Имеется опыт выращивания в средней полосе России. Чёрный орех занесён в Красную книгу. Растёт достаточно быстро, морозостоек (до -38°C). Все части этого растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, для укрепления иммунитета и очищения организма. 1 орех — 20 руб.



✓ **САЖЕНЦЫ ЧЁРНОГО ОРЕХА** — однолетние с открытой корневой системой (с хорошим комом земли) — 300 руб./шт.

✓ **МАСЛО ЧЁРНОГО ОРЕХА** холодного отжима. Принимаем заявки на изготовление. Собранные нами орешки очищаем сами вручную. Делаем масло с любовью на деревянном прессе. Несмотря на то, что срок годности 16 лет, мы отправляем только свежее ореховое масло.

✓ **МАСЛО СЕМЯН ПОДСОЛНЕЧНИКА** холодного отжима на деревянном прессе. Тел. 8-920-215-3052, Михаил. [sotvorenje.ra@gmail.com](mailto:sotvorenje.ra@gmail.com)

✓ **КРЕСТЬЯНСКИЕ ПРОДУКТЫ БЕЗ ХИМИИ И ГМО.** Наше Родовое крестьянское хозяйство находится в экологически чистом районе Новосибирской области: у истоков рек, на большом удалении от городов и промышленных центров в предгорьях Салаирского кряжа. В своей деятельности мы осознанно не используем химию и ГМО, а плодородие земли поддерживаем с помощью органики, поэтому продукты получают не только вкусные, но и полезные.

Мы предлагаем: мёд с разнотравья «Сурьевый Спас», муку без гербицидов «Крестьянскую», сгущёнку «Утрешнюю» без сахара на меду, масло «Льняное», «Подсолнечное», «Сливочное», «Топлёное Гхи», крупу для пшеничной каши без гербицидов «Былинная» и т. д.



С полным перечнем можно ознакомиться на сайте: магазин-эко-варов.рф. Группа [vk.com/ekomag](https://vk.com/ekomag). Тел. 8-913-209-2302, Евгений Крестьянинь.

✓ **КЕДРОВОЕ МАСЛО** из Сибири.



## МАСЛО ОРЕХОВ • КЕДРА •

Рады представить вам масло из кедровых орехов, сотворённое с соблюдением исконных традиций для сохранения всех полезных свойств.

Наше масло изготавливается в Родовых поместьях, рядом с местами произрастания и сбора кедровой шишки. Тут же мы очищаем орех от скорлупы и давим из ядрышек свежее масло на деревянном прессе.

Стоимость масла: 100 мл — 500 рублей, 250 мл — 1200 рублей.

Почувствуйте вкус настоящей Сибири!

Кемеровская область, Яшкинский район, д. Иткара, Родовое поместье Кинжеевых. [masloorehov@gmail.com](mailto:masloorehov@gmail.com). <https://vk.com/masloorehov>. Тел. 8-923-607-6546 (на смс отвечать обязательно).

✓ **КЕДРОВАЯ ПРОДУКЦИЯ:** масло кедровое сыродавленное, жимка, живица на кедровом и растительных маслах, орешки в скорлупе и очищенные ядрышки; шишки кедровые продовольственные и шишка-паданка на посев.

✓ **Мукомольная:** МУКА цельнозерновая на каменных жерновах из зерна класса ОРГАНИК (БИО): пшеничная, ржаная, овсяная.

✓ **БИО-ЗЕРНО** для проращивания, на муку, на посев, выращено методами органического земледелия (без химии).

✓ **МЕЛЬНИЦА** ручная с каменными жерновами.

✓ **НАТУРАЛЬНАЯ КОСМЕТИКА** ручной работы:

✓ **МЫЛО ДОМАШНЕЕ И КРЕМ-БАЛЬЗАМЫ** на основе ценных косметических масел, прополиса, живицы.



Альберт Ибатуллин, ПРП Чик-Елга, Башкортостан. Тел. 8-905-351-3125, ВКонтakte: [vk.com/ibatullin3000](https://vk.com/ibatullin3000).

### ✓ ПРЕДЛАГАЕМ:

• **масло кедрового ореха**, отжатое на деревянном прессе, — 2900 руб./л;  
• **жмых кедровый** (800 руб./кг);

• **кедровое питание «Кедрон»;**

• **живицу кедровую 5%, 10%:** на льняном масле (1500 руб./л), на кедровом масле (3900 руб./л.);

• **иван-чай** ферментированный цельнолистовой (1200 руб./кг);

• **мазь живичная** для кожи и суставов; **масло** грецкого ореха; **жмых** грецкого ореха; **семя амаранта;** **конфеты** натуральные сыродесные; **мыло** натуральное «облепиховое» и «пихтовое».

Вся продукция производится в Родовых поместьях селения Кедровый Синегорья (Свердловская обл.).

Заказы высылаются почтой или транспортной компанией из г. Нижнего Тагила за счёт покупателя. Возможен обмен, особенно на семена, саженцы.

Подробнее: <http://vk.com/jasnoe.ural>. [ilja.yasniy@yandex.ru](mailto:ilja.yasniy@yandex.ru), тел.: 8-902-279-8615, 8-912-688-1564, (Артель создателей Родовых поместий «Кедровый Синегорья», Илья).

✓ **ИЗГОТАВЛИВАЕМ ЭКОКОСМЕТИКУ** по доступным ценам! Высылаем продукцию во все города и страны.



Наша косметика изготовлена только из качественных натуральных масел, не содержит животных жиров, консервантов, ароматизаторов, вредных для здоровья добавок. Шампуни, гели для душа, твёрдое мыло — всё сварено нами с нуля горячим способом. Кремы также варятся с нуля, мы не покупаем готовых основ. Только качественные ингредиенты, подаренные самой природой, — травы, пчелиный воск, кедровое масло, живица, прополис, базовые и эфирные масла. Мы предлагаем низкие цены на качественную косметику, т. к. закупаете ингредиенты большим оптом, чтобы радовать вас своей продукцией и ценами на неё! Также устраиваем совместные закупки ингредиентов для домашнего шоколадварения. Присоединяйтесь!

Предусмотрены скидки для совместных закупок из Родовых поселений.

Родовое поместье Арямновыих, СРП Чик-Елга, Башкирия. [anisim1989@gmail.com](mailto:anisim1989@gmail.com). <https://vk.com/ufaceramics>.

✓ **МАСЛО КЕДРОВОЕ** из Бурятии, отжим на деревянном прессе — 3000 руб./л;

✓ **ЖМЫХ** кедрового ореха — 700 руб./кг;

✓ **Ядро вакуум** — 1000 руб./кг;

✓ **ЖИВИЦА КЕДРА СИБИРСКОГО:** 10% на рыжиковом, 110 мл — 200 руб.; 10% на кедровом масле, 100 мл — 370 руб.; 10% на кедровом с облепиховым маслом, с прополисом, 100 мл — 370 руб.;

✓ **ЖИВИЦА** 50% на подсолнечном масле, 100 мл — 250 руб.;

✓ **МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** (на рыжиковом масле); **МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** с вытяжкой саган-дайли и чабреца; **МАЗЬ ЖИВИЧНО-ПРОПОЛИСНАЯ** на облепиховом масле, 30 г — 150 руб.;

✓ **МАЗЬ КЕДРОВО-ПИХТОВАЯ** — 250 руб.;

✓ **Мазь суставная** с багульниковым болотным;

✓ **ЖИВИЦА-СМОЛА** — 800 руб./кг;

✓ **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный, листовой — 900 руб./кг, гранулированный — 800 руб./кг;

✓ **САГАН-ДАЙЛЯ**, 50 руб./10 г — 400 руб./100 г;

✓ **ОРЕХ** кедровый — цена меняется по сезонам, **шишка кедровая** — 20 руб./шт.; **шишка кедрового стланика** — 10 руб./шт.

✓ **САЖЕНЦЫ** кедровые (4–7 лет) — 100 руб./шт.; стланика — 150 руб./шт. Саженцы с хорошим комом, заказ от 10 шт. Отправка транспортными компаниями. При заказе от 20 шт. — скидки.

Отправляю по предоплате (так дешевле) на карту Сбербанка или с наложенным платежом. Заказы по СМС: 8-983-420-9262 (МТС), 8-902-563-2564 (Теле2) или на эл. почту: [tsupran76@mail.ru](mailto:tsupran76@mail.ru); сайт [ecotrreza.ru](http://ecotrreza.ru).

Республика Бурятия, Цупран Наталья, артель Родовых поместий «Байкалия».

## Участки, дома

✓ **ПРОДАЕТСЯ УЧАСТОК 1,25 ГА В ПОСЕЛЕНИИ БЛАГОДАТЬ** Ярославской области Переславского района. От Переславля-Залесского 40 км. Поселению уже 14 лет. Жилое.

Участок оформлен в собственность. Земля с/х назначения ЛПХ (личное подсобное хозяйство).

На участке — электричество, выкопан пруд, растут 20-летние кедровые и другие посадки. Рядом лес с грибами и ягодами.

Цена договорная. Тел. 8-905-646-5308, Елена.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,5 ГА.** Документы все есть, частная собственность. Кадастровый номер: 23:26:0501000:1340.

Рядом дубовый лес, ручей, вода в шаговой доступности круглый год. На участке есть место, где можно вырыть колодец.

На участке металлический сарай, много посадок (культурные плодовые деревья, сосны и местная дичка). Вокруг — лес. Место удобное для пчеловодства.

Рядом пос. Ильский, станицы Азовская и Дербентская (в 2 км).

Дорога — асфальт (трасса на Дербентскую), к поляне от трассы 0,5 км щебёнка.

Участок в СНП «Ведруссия», Поляна Изумрудная (неофициально — поселение Родовых поместий Синегорья). Есть прописка.

Категория земель: с/х назначения для с/х производства. Участок можно перевести в садоводческое назначение.

Цена 500 тыс. руб. Торг. Тел.: 8-918-933-0506, 8-928-221-5302, Александра.

Страница в ВКонтakte <https://vk.com/id7367703>

✓ В Пермском крае **ПРОДАЁТСЯ ЗАИМКА** — два смежных участка с/х назначения площадью по 5 га каждый.

На одном участке — двухэтажный кирпичный дом, баня и др. хозяйственные постройки, на другом — пасека, пасечная изба, плотина через речку для устройства пруда. Недорого.

Тел. 8-908-256-0338, 8-904-843-8897 — Владимир Степанович.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,3 ГА** на берегу реки в Родовом поселении Носток, рядом со школой и общим домом. Молодой плодоносящий сад: яблони, груша, абрикос, черешня, винограды. Плюс полный набор строительных мате-



## Книги из Родового поместья

- «Дом из самана», Янто Эванс — 650 руб.
  - «Старание к старению», Ю. Же — 950 руб.
  - «Любовь. Психология Бытия», Ю. Же — 250 руб.
  - «Наизнанку», Ю. Же — 250 руб.
- Энциклопедии Аванта, все темы — по 500 руб./шт.

Предоплата на карту Сбербанка, Яндекс кошелек, телефон или наложенным платежом.

Юлия Жемчужникова.  
249901, д. Куновка, Юхновский р-н, Калужская обл.  
Тел. 8-920-890-8688. Эл. адрес: youzhe@yandex.ru



риалов: песок, глина, щебень, камень на фундамент, пластушка, солома, высушенный брус на каркас и перекрытия, сухая доска. За лето можно поставить дом.

Стоимость 350 тыс. руб.  
Обращаться: so108@yandex.ru, 8-938-144-5441, 8-938-134-2722 (связь неустойчивая — лучше смс, мы перезвоним).

✓ Срочно **ПРОДАЁТСЯ ДОМ** (47,9 м<sup>2</sup>) вблизи СРП «Чик-Елга» (Республика Башкортостан, Архангельский р-н, д. М. Горький), в 110 км от Уфы.

На участке 33 сотки — жилой дом, летний дом (23,4 м<sup>2</sup>), баня, сад с яблонями и смородиной, огород, возделываемый методами органического земледелия, теплица 10 м. Все документы в порядке. Хозяйка перебирается жить в Родовое поместье, хочет продать дом в добрые руки!

Цена 1 690 000 руб.  
Звонить 8-987-249-8740.

✓ Продаётся **УСАДЬБА В КАРАЧЕВ-ЧЕРКЕССИИ**, с. Курджинино (село русское). Есть всё для дачи: дом 42 м<sup>2</sup>, ещё не старый, баня, летняя кухня, дровник с дровами. Есть сад и газон, виноград, своя колонка (вода на улице, очень чистая); чистый горный воздух.

Очень близко почта и два магазина, в 20 км посёлок Псебай (Краснодарский край); дорога асфальтирована, ходят автобусы.

Адрес для связи: 397531, Воронежская область, Бутурлиновский район, с. Козловка, ул. Нижняя Чигла, д. 38. Лебедевой Вере Николаевне.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 1,45 га **С ДОМОМ** в центре РП Богдатов Ярославской области. Дом 2-этажный, кирпичный, обшит внутри кедром, с печью, погребом и баней внутри. Есть посадки. Подведено электричество. На территории летний домик, колодец, дровяница, навес на въезде.

Документы оформлены. Цена 4,1 млн. руб.  
Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

## Экотуризм

✓ Приглашаем ищущих людей в **УНИКАЛЬНУЮ ПОЕЗДКУ К ДОЛЬМЕНАМ ЛАЗАРЕВСКОГО РАЙОНА** Сочинского национального парка (Северный Кавказ). Отправка небольшой группы поездом из Челябинска с 1 по 20 сентября 2017 г.

Ночлеги в лесу у дольменов, отдых на море, проводник — лес-

ник. Сопровождающий — человек, общающийся с мудрецами дольменов (можно задавать вопросы).

Очень насыщенная программа, скучно не будет! Реальный шанс глубже познать себя и разобраться со своими проблемами. Стоимость 17000 руб. (билеты и питание оплачиваются дополнительно самостоятельно).

Пишите: 89517876773@mail.ru. Звоните: 8-919-349-8385, 8-951-78-76-773, Алла (Челябинск), 8-918-100-6402, Христофор (Лазаревский район Большого Сочи).  
Запись в группу — до 30 июня!

## Разное

✓ Уважаемые благородные творцы Родовых поместий! Подскажите, **ГДЕ МОЖНО ЗАКАЗАТЬ КРОВАТЬ** из кедр ширини не менее одного метра. Заранее большое спасибо!

Тел. 8-918-216-8215. Юлия Корнилова, Краснодарский край.

✓ **ПРИГЛАШАЕМ ГОСТЕЙ** пожить у нас в Милом недельку, отпустить хозяев в путешествие. РП Милое, Калужская обл., Юхновский район, д. Куновка. youzhe@yandex.ru, тел. 8-920-890-8688, Юлия Жемчужникова.

✓ **ПРОДАМ ИЛИ ОБМЕНЯЮ** ТУ (технические условия) на кедровое масло, иван-чай. Нужны ТУ на масла с растительными добавками.

Наталья Цупран, Улан-Удэ. Тел.: 8-983-420-9262, 8-902-563-2564.

✓ **VEGA НА СЕННОЙ**. Друзья, мы покупаем оптом продукцию экоселений, такую как мёд, фрукты, овощи, ягоды, травы...

Присылайте сюда свои предложения в группу vk.com/topic-18157049\_33732818.

Также заключаем договоры на ежегодное выращивание некоторых видов культур. Вы выращиваете в Родовом поместье без химии, с любовью, а мы покупаем.

✓ **ПРИГЛАШАЮ К СЕБЕ НА ПОСТОЯННОЕ ЖИТЕЛЬСТВО** одинокую женщину-пенсионерку в помощь по уходу за двумя детьми: мальчику 3 года, девочке 1 год.

Живу одна с детьми в сельской местности в своём доме с садом и огородом в Нижегородской области, Воротынский район, рядом с райцентром Воротынец.

Дополнительную информацию о себе дам по тел. 8-920-026-1836. Марина.

## «Родовая Земля» в вашем городе

**Абакан.** Перминова Антонина Фёдоровна, 8-913-449-6837.

**Абинск, Краснодарский край.** Орлов Василий Иванович, 8-918-165-1645.

**Алтай,** с. Паспаул. Мысак Людмила Анатольевна, 8-913-996-6278.

**Анапа,** ул. Ленина, 71 (киоск «Родовые поместья»). Матвеев Анатолий, 8-952-855-5104, matveev555@inbox.ru.

**Владимир.** Карпов Анатолий Евгеньевич, 8-920-924-3797.

**Волгоград.** Сафронов Михаил Юрьевич, 8-906-407-8001.

**Вологодская обл., г. Череповец.** Лубинская Екатерина Васильевна, 8-964-660-2344.

**Екатеринбург.** Колькоф Валерий Давыдович, 8-953-004-0413.

**Иваново.** Крайнер Якуб Михайлович, 8-909-246-1994, 8-930-352-9659.

**Иркутск.** Тужилина Ульяна Сергеевна, bdsib@yandex.ru.

**Кемеровская область, д. Иткара,** пер. Речной, 1а, Кинжеев Т. А., 8-923-607-6546.

**Кировская область,** п/о Степановщина, Булатов Фёдор Афанасьевич, 8-912-700-2923.

**Краснодарский край,** пос. Ильский, СНП Ведруссия, Бычкова Юлия Ринатовна, 8-918-945-8045.

**Москва.** «Уголок «Анастасия», Калинин А. Н., 8-905-510-1027.

**ОРЕЛ.** Центр природного земледелия «Сияние», Карачевское шоссе, д. 74, ТЦ «ЛИНИЯ-3», цокольный этаж, павильон 7, тел. 8-910-748-7910, siyanieorel@yandex.ru.

Магазин «Индийские специи», Щепная площадь, павильон 46, тел. 8-920-814-3821.

**Пенза.** Куделькин Владимир Владимирович, 8-937-412-0554.

**Пермь.** «Экомир», г. Пермь, ул. Екатеринбургская, 180, тел. 8(342) 236-26-87 (книги и газеты), www.ecomir.perm.ru, ecomir@perm.ru.

**Ростов-на-Дону.** Доставка (книги и газеты) в Шахты, Новочеркасск. Самофал Александр Александрович, 8-928-161-2429, zvpосelenie@ukr.net.

**Салехард.** Коновалова Земфира, 8-964-203-7916.

**Санкт-Петербург.** «Ладосград», ул. Гончарная, 11. Тел. (812) 717-7441.

**Смоленск.** Немыткин Виктор Петрович, 8-951-698-6822.

**Смоленская обл., г. Духовщина.** Буренкова Валентина Васильевна, 8-910-716-0291.

**Челябинск.** Шпак Эльвира Рафаиловна, 8-922-633-9266.

**Ярославская обл., д. Андреевское.** Ивлев Игорь Анатольевич, 8-966-192-1196.

## Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

### Новинки

«Орлиного цвета крылья». Крестова Е., 240 с. — 200 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., ил., — 150 (130) руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., ил. — 180 (150) руб.



«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слётов). Донцов А., 168 с. — 150 (135) руб.

\* \* \*

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., ил. — 150 (135) руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльников А. 100 с., ил. — 277 (250) руб.

«Природосообразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., ил. — 250 (200) руб.

«Природосообразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., ил. — 250 (200) руб.

«Природосообразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., ил. — 250 (200) руб.

«Природосообразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., ил. — 250 (200) руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виолева Л., Логинов Д. 96 с. — 120 (100) руб.

«Тайны, поведенные волхвом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 80 (65) руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.

«Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., ил. — 200 (170) руб.

«Станица Шапсугская. Абинский район Краснодарского края». 136 с., ил. — 200 (170) руб.

«Волковский дольмен. Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 1». 152 с., ил. — 200 (170) руб.

«Долина реки Жане. Посёлок Возрождение». 2-е изд., 144 с., ил. — 200 (170) руб.

«База отдыха «Дубрава». Станица Убинская». 128 с., ил. — 200 (170) руб.

«Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 2-е изд., 88 с., ил. — 200 (170) руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 стр. № 1 и № 2 — по 140 (120) руб.

«Сотворим с любовью, или Как

обустроить своё поместье» (сборник статей). Сост. А. Сапронов. 240 с., ил. — 100 (80) руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., ил., № 1, № 2, № 3 — по 200 (180) руб.

«Асана Бога» (теория и практика йоги). Афонин В. 648 стр., ил. — 400 (350) руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 (75) руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., ил. — 90 (75) руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 100 (80) руб.; № 4, «Сказы Гамаюн» — 100 (80) руб.; № 6, «В устремлении к Единому» — 120 (100) руб.

«Падали звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., ил. — 180 (160) руб.

«Травяные спирали, сады на террасах. Планирование, строительство, посадка. Практическое руководство». Хольцер Йозеф Андреас, Хольцер Клаудиа, Калькхоф Иенс. 272 с. (цв. ил.). — 320 (280) руб.

«Тропинка. Рассказы». Максеев Н. 96 с. — 60 (50) руб.

«Зарянка». Пьерков А. А. 32 с., ил. — 140 (125) руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пьерков А. 56 стр., цв. ил. — 180 (160) руб.

«Севкины геройства. Побывальщины для детей». Пьерков А. 80 стр., цв. ил. — 150 (130) руб.

«Врагабой». Славянская сказка для детей. Пьерков А. 80 с., ил. — 200 (180) руб.

«Сквозь лабиринт времён. Остров Веры». Юнязова О., Бояринцев И. 296 с. — 250 (235) руб.

«Часть 5. Сквозь лабиринт времён. Легенда о бабочке». Юнязова О. 200 с. — 100 (90) руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любли. Часть 1. Грани Кристалла». — 155 (140) руб.

«Часть 2. Творение судьбы». — 155 (140) руб.

«Часть 3. Обретение целостности». — 155 (140) руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 (120) руб.

«Сам себе построю дом» (сборник статей). Сост. А. Сапронов. 176 с., ил. — 80 (65) руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Земли» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 (40) руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 80 (65) руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте: **КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕЧНИК: 8-960-650-9990**

— форма заказа в интернет-магазине издательства [www.zeninasvet.ru](http://www.zeninasvet.ru);

— письмо на адрес редакции с указанием названия, количества экземпляров, адреса, контактного телефона;

— факс (4862) 75-27-46;

— (4862) 41-34-22 (автоответчик);

— e-mail: [zakaz@zeninasvet.ru](mailto:zakaz@zeninasvet.ru)

Заказы отправляются почтой наложенным платежом.

**Внимание! Действуют оптовые скидки (цена указана в скобках):**  
— при заказе **от 10 шт.** одного наименования;  
— при заказе **от 50 шт.** разных наименований (кроме газеты).

**Действует акция! При заказе книг в издательстве вы получаете в подарок 2 книги: «Арий Гиперборейский. Праотец родов русских» и «Как Арий Гиперборейский пришёл в край русский».**

Учредитель и издатель — Светлана Зенина  
И. о. главного редактора — Дан Зенин  
Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:  
Россия, 302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36-168.  
Тел./факс: (4862) 75-27-46, 41-34-22, 78-08-62.  
Эл. адрес: [book@zeninasvet.ru](mailto:book@zeninasvet.ru),  
[rod-zem@zeninasvet.ru](mailto:rod-zem@zeninasvet.ru) — материалы для публикации, письма,  
[yarmarka@zeninasvet.ru](mailto:yarmarka@zeninasvet.ru) — объявления в рубрику «Ярмарка».  
Сайт: [zeninasvet.ru/rodzem](http://zeninasvet.ru/rodzem), [http://vk.com/rodovaya\\_zemlya](http://vk.com/rodovaya_zemlya)

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна. Редакция может не разделять мнение авторов. Редакция сохраняет за собой право редактирования материалов, поступающих в газету. Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на использование произведения в любой форме и любым способом, если иное не оговорено. За содержание материалов рекламного характера редакция ответственности не несёт. Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-22608. ISSN 1999-2726. © «Родовая Земля», 2017.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

**Подписной индекс 60041 по каталогу МАП «Почта России» и на сайте <http://vipishi.ru>.**

Отпечатано в ЗАО «Полиграф-Сервис». 241020, г. Брянск, пр-д Московский, д. 15-а. Объём: 8 п. л. Заказ № 946. Подписано в печать 2.05.2017 г. По графику — 18.00, фактически — 18.00. Выход в свет 3.05.2017 г. Тираж 3000 экз. Цена свободная.

■ **Лидия Лунёва-Ахмедова**

Ноосферный центр «Родосвет».  
ПРП Синегорье-Ведруссия.  
vk.com/noocenter  
www.ahmedov-rod.ru

# О том, как мы оживляли сказку внутри себя

Прошлым летом, с 17 по 23 июля 2016 г., в ПРП Синегорье-Ведруссия проходил второй семейный ноосферный лагерь «Радуга». Он прошёл под девизом «Совместное творение и радость для всех от созерцания его».

Этот лагерь для всей семьи: для детей, родителей, бабушек и дедушек, для всего рода, и его работу мы строим на принципах самоорганизации и самообслуживания, как многодетная разновозрастная семья.

Главная цель нашего семейного лагеря — раскрытие творческого потенциала и гармоничное развитие личности участников.

Задачи нашего семейного лагеря:

- 1) формирование духовно-нравственного мировоззрения участников;
- 2) развитие творческих способностей детей и взрослых, приобретение ими разнообразных практических умений и навыков: туристических, спортивных, рукодельных и др.;
- 3) укрепление здоровья, формирование культуры здорового образа жизни и ответственности за свои мысли, слова и действия;
- 4) развитие умения взаимодействовать с людьми, быть частью коллектива и команды;
- 5) сплочение семьи;
- 6) воспитание патриотизма и бережного отношения к окружающему миру, к природе.

В семейном лагере приняли участие более 40 детей от 6 до 12 лет, а также их родители, в основном это жители нашего поселения Родовых поместий и гости из близлежащих населённых пунктов: ст. Северская, ст. Азовская, п. Ильский, а также Краснодар, Москвы, Крыма и Белоруссии.

«Оживи сказку в себе» — такова была тема лагеря. Согласно древней русской традиции, человек, как и известная детская игрушка Матрёшка, имеет семь тел (тел силы) — Явь, Жарье, Навье, Клубье, Колобье, Дивье и Светье тела. У каждого человека, выросшего на русских народных сказках, есть свой Меч-кладенец, Волшебная палочка, Путеводный клубочек, Волшебное зеркальце, Кошечка и Баба Яга, Жар-птица и Колобок, Богатырский конь и Змей Горыныч.

Сапоги-скороходы — это волшебное умение человека быстро и долго бегать. Меч-кладенец —

сила стройного позвоночника, имеющего форму Столпа. В образе скатерти-самобранки в сказке предстаёт сама Природа: лесные и садовые ягоды, плоды, орехи и травы. Жар-птица, которая полыхает всеми цветами Радуги, символизирует Жарье тело (энергетическое тело) человека. Для его восстановления нужно гулять по природным местам без мобильного телефона и электропроводов. Развитие своего красивого природного голоса и речи усиливает Жарье тело. Путеводный клубочек — умение осознать свой путь на земле. Колобок символизирует Колобье тело (тело интеллекта), связан с деятельностью больших полушарий, как логического, так и творческого. Сильное Колобье тело формируется, когда человек живёт с солнечными ритмами: встаёт рано, вместе с птичками, до восхода солнца и ложится сразу после заката. Дивье тело (тело превращения) — это Душа. Светье тело в сказках символизирует энергию Любви и доброты, которая окутывает главного героя в определённых ситуациях и по-



зволяет почувствовать благодать. С дикими животными, птицами и рыбами герой сказки устанавливает дружеские отношения, которые позволяют ему достичь целей волшебным путём.

Программа мероприятий у нас была очень насыщенная. Ведь каждый день был посвящён развитию одного из своих тел. Разделив участников на три отряда, мы проводили ноосферные занятия, направленные на раскрытие творческого потенциала и гармонич-

ное развитие личности каждого ребёнка через сказочные образы.

Мастера нашего поселения собирали деток в свои творческие мастерские. Мальчики приобретали умения в своих мастер-классах, а девочки — в своих, так как предназначение мальчиков и девочек разное. Девочки занимались девичьим — вышивкой, созданием кукол, слушали вместе с мамами лекции о нравственности. Мальчики же создавали себе мечи-кладенцы и обучались владению ими. И все вместе, на совместных мастер-классах, мы создавали травяных лошадок, валя-

тельно мы развивали свои тела! И это было очень интересно! А также мы читали притчи перед сном, разучивали песни и репетировали театральное выступление для заключительного концерта лагеря, который по доброй традиции у нас приходится на праздник Дня Земли 23 июля!

Выражаем благодарность нашим мастерам: Елене Крутских, Сергею Панькину, Александру Свириденко, Григорию Грицуну, Юлии Бычковой, Ларисе Киященко, Ксении Кузнецовой, Дмитрию и Светлане Скидановым, Марине Абрамовой, Валентине Орловой, Галине Роман, Надежде и Роману Сафроновым!

Огромная благодарность Татьяне Александровне Григор за подготовку пяти песен для концерта и сопровождение в концерте, за профессионализм и человеческие качества! А также от души благодарим Ольгу Журбину-Казанцеву за создание пробирающей до глубины души театральной постановки «Знания», за вдохновение и свет души; Юрия Казанцева и Марину Боголепову за помощь в проведении заключительной части концерта и праздничных хороводов!

Большая человеческая благодарность Юле Воробьёвой — нашему заслуженному повару в лагере; Василию Ресинову — за организацию и сопровождение хозяйственно-технической части лагеря, а также нашим активным родителям Любе Рябовой — за проведение активных игр, помощь на кухне и везде, где можно; Наталье Василенко — за помощь по хозяйству и по кухне.

Особую благодарность хочется выразить председателю нашего СНП «Ведруссия» Антону Гладченко за помощь в решении административных вопросов, веру и поддержку!

Всем, кто соучаствовал в нашем совместном мероприятии, говорим спасибо! И как всегда, ждём вас снова! Присоединяйтесь к нам в этом году!



ли колобков, занимались лозоплетением, участвовали в шахматных турнирах, занимались детской йогой, метали ножи, стреляли из лука и участвовали в разнообразных подвижных играх и забавах. Более того, упоенно плели мандалы, слушали лекции о дольменах, познакомились с распространёнными и редкими музыкальными инструментами, катались на лошадках и ходили в походы. И это были не просто мастер-классы, забавы и занятия по душе в хаотичном порядке, день за днём, последова-