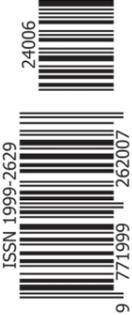


# Родовая Земля

ПЕРВАЯ  
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА  
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 6 (239), июнь 2024 г.

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

Семья — главная ценность	2	Пионер органического движения	8	Мини-эко- системы на участке	14	Искусство прогулки по лесу	18	Связь с квантовым полем	21	Родовая линия жизни	26
--------------------------------	---	-------------------------------------	---	------------------------------------	----	----------------------------------	----	-------------------------------	----	---------------------------	----

## Держки

Нужно ли торопиться  
за пробуждением?

## Внутренний

## Ритм

Чтобы действительно достичь пробуждения как полноценной реализации себя, своего Духа на Земле, выполнения своих задач, необходимо общаться со своим Высшим Я (подсознанием) и узнать у него цели воплощения, насколько вы их выполняете, и что этому мешает.

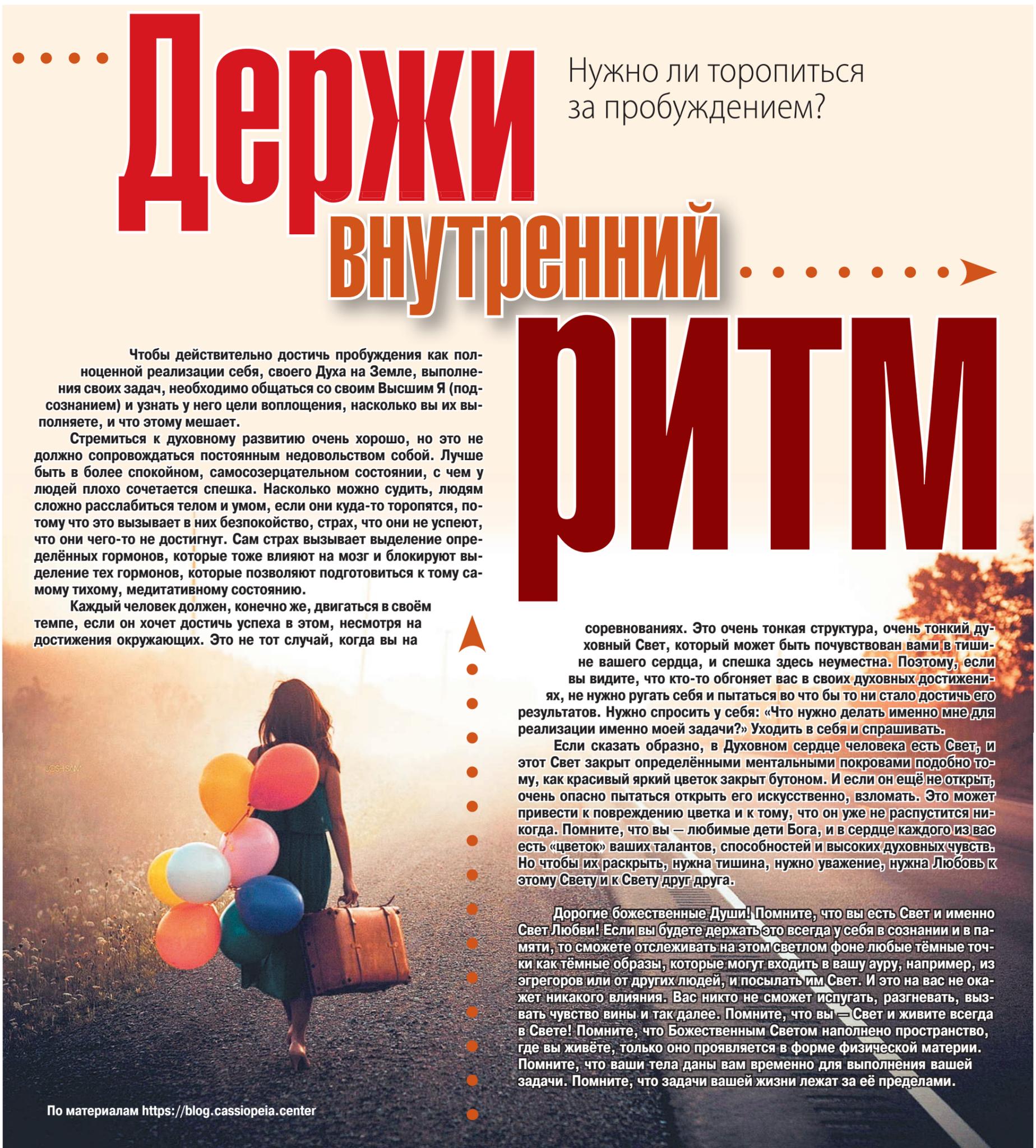
Стремиться к духовному развитию очень хорошо, но это не должно сопровождаться постоянным недовольством собой. Лучше быть в более спокойном, самосозерцательном состоянии, с чем у людей плохо сочетается спешка. Насколько можно судить, людям сложно расслабиться телом и умом, если они куда-то торопятся, потому что это вызывает в них беспокойство, страх, что они не успеют, что они чего-то не достигнут. Сам страх вызывает выделение определённых гормонов, которые тоже влияют на мозг и блокируют выделение тех гормонов, которые позволяют подготовиться к тому самому тихому, медитативному состоянию.

Каждый человек должен, конечно же, двигаться в своём темпе, если он хочет достичь успеха в этом, несмотря на достижения окружающих. Это не тот случай, когда вы на

соревнованиях. Это очень тонкая структура, очень тонкий духовный Свет, который может быть почувствован вами в тишине вашего сердца, и спешка здесь неуместна. Поэтому, если вы видите, что кто-то обгоняет вас в своих духовных достижениях, не нужно ругать себя и пытаться во что бы то ни стало достичь его результатов. Нужно спросить у себя: «Что нужно делать именно мне для реализации именно моей задачи?» Уходить в себя и спрашивать.

Если сказать образно, в Духовном сердце человека есть Свет, и этот Свет закрыт определёнными ментальными покровами подобно тому, как красивый яркий цветок закрыт бутонем. И если он ещё не открыт, очень опасно пытаться открыть его искусственно, взломать. Это может привести к повреждению цветка и к тому, что он уже не распустится никогда. Помните, что вы — любимые дети Бога, и в сердце каждого из вас есть «цветок» ваших талантов, способностей и высоких духовных чувств. Но чтобы их раскрыть, нужна тишина, нужно уважение, нужна Любовь к этому Свету и к Свету друг друга.

Дорогие божественные Души! Помните, что вы есть Свет и именно Свет Любви! Если вы будете держать это всегда у себя в сознании и в памяти, то сможете отслеживать на этом Светлом фоне любые тёмные точки как тёмные образы, которые могут входить в вашу ауру, например, из эгрегоров или от других людей, и посылать им Свет. И это на вас не окажет никакого влияния. Вас никто не сможет испугать, разгневать, вызвать чувство вины и так далее. Помните, что вы — Свет и живите всегда в Свете! Помните, что Божественным Светом наполнено пространство, где вы живёте, только оно проявляется в форме физической материи. Помните, что ваши тела даны вам временно для выполнения вашей задачи. Помните, что задачи вашей жизни лежат за её пределами.



# Итоги научно-практической конференции «Благополучная семья как важнейший фактор развития человеческого потенциала»

**В** современных условиях приоритетное значение для сохранения России и дальнейшего её развития приобретают бережение её народа и развитие человеческого потенциала, сохранение и укрепление духовно-нравственных ценностей, исторически сложившихся культурных и духовных ориентиров.

Эти вопросы послужили предметом обсуждения участниками второй всероссийской очно-заочной научно-практической конференции «Благополучная семья как важнейший фактор развития человеческого потенциала», которая проводилась в филиале ФГБОУ ВО университет «Дубна» — Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж 26 апреля 2024 года.

Актуальность и важность этих вопросов обозначена Президентом России В.В. Путиным в Указе № 400 от 2 июля 2021 г. «О стратегии национальной безопасности» и в Указе Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей», где они определены как главный стратегический приоритет. 22 ноября 2023 года Президент РФ Владимир Путин подписал Указ, согласно которому 2024 год объявлен Годом семьи в целях популяризации государственной политики в сфере защиты семьи, сохранения традиционных семейных ценностей.

В год семьи особое внимание было уделено сохранению традиционных семейных ценностей.

Целью конференции была попытка определить пути преодоления демографического кризиса в нашей стране, наметить основные пути совершенствования государственной политики в сфере защиты, укрепления семьи и гармонизации внутрисемейных отношений, сохранения традиционных семейных ценностей, выработать практические предложения и рекомендации по обеспечению воспитания подрастающего поколения в духе патриотизма, обеспечению преемственности поколений.

Благодаря использованию цифровых технологий, организаторы мероприятия получили возможность расширить аудиторию участников. В работе конференции смогли принять участие представители Москвы и Московской области, Тверской и Орловской областей.

Участники конференции — И.В. Пшеницин (доктор экономических наук, профессор), общественные деятели, представляющие регионы Москвы и Московской области, Орловской и Тверской областей. От организаторов конференции выступили преподаватели колледжа Александр Дмитриевич Плотников (доктор исторических наук, профессор), Ольга Борисовна Анисеева (заместитель директора по учебно-методической работе), Анна Анатольевна Воробьева (заместитель директора по учебно-производственной работе), Олег Николаевич Горемыкин (мастер производ-

ственного обучения), Елена Александровна Бородина (преподаватель общеобразовательных дисциплин), Елена Петровна Лихотникова (преподаватель специальных дисциплин), Виктория Сергеевна Чехова (психолог ЛПК), Олег Андреевич Трубицын (учащийся колледжа).

Заместитель директора по учебно-методической работе филиала «Лыткарино» ГУ «Дубна» Ольга Борисовна Анисеева, открывая конференцию, отметила: «Популяризация положений и принципов государственной по-

литики, направленных на сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей, — в этом есть воспитательная миссия системы образования».



литики, направленных на сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей, — в этом есть воспитательная миссия системы образования».

Заместитель директора по учебно-производственной работе филиала «Лыткарино» ГУ «Дубна» Анна Анатольевна Воробьева также отметила важность формирования семейных ценностей в учебно-производственной и воспитательной работе колледжа.

«Мы планируем привлечь экспертное сообщество к решению задач семейной политики, поставленных Президентом России Владимиром Владимировичем Путиным. В ходе прошедших двух конференций учёным, политикам, педагогам, психологам и юристам удалось прийти к пониманию ряда стратегических проблем, требующих решения. Мы убеждены, что наши предложения качественно повлияют на реализацию Стратегии народосохранения в Российской Федерации», — подчеркнул депутат Лыткаринского Совета депутатов Василий Васильевич Дерябин.

«Важнейшая проблема бережения народа России, развития человеческого потенциала заключается в устранении отчуждения между поколениями, укреплении их единства и совместного проживания», — сказал д.э.н. И.В. Пшеницин. Он также отметил народнохозяйственную природу нашей российской семьи, в основе которой Жизнь является основной ценностью, и на детей нельзя экономить. Иван Викторович подчеркнул, что экономические отношения не должны преобладать в семье.

Мастер производственного обучения Олег Николаевич Горемыкин, делая доклад на тему «Демографические кризисы и меры по его преодолению», отметил недостаточность экономических мер по решению проблем демо-

графии в России на базе рыночной экономики. В отличие от стран западной цивилизации, жизнь само-

бытной, глубинной России основывалась на хозяйственном подходе путём формирования народно-хозяйственного уклада, в основе которого на первом месте были духовно-нравственные ценности.

Общественный деятель Орловской области, координатор народного СМИ «Вестник Родовых поместий» Надежда Ивановна Кудинова привела интересные данные о решении проблем демографии не-

экономическими методами в поселениях, состоящих из Родовых поместий. Выдержки из доклада: «Итак, можно обозначить несколько выявленных причин всплеска рождаемости за указанные периоды:

1. Жизнь семей на земле в плотном взаимодействии с природой создаёт благоприятные и свободные условия для рождения и воспитания детей, так как снимает напряжение семьи от обеспечения продовольствием до природосообразного воспитания.

2. Наличие минимально необходимого участка земли не менее десятины (1,0925 га) гарантирует возможность формирования необходимой биосистемы для самообеспечения семьи.

3. Принадлежность приусадебного участка конкретной семье и возможность его передачи по наследству вызывает в семье уверенность в будущем.

4. Общинный уклад жизни, обеспечивающий молодёжи наличие своего приусадебного участка, который им выделялся в момент создания семьи, даёт гарантию безопасности, материального и духовного благополучия.

А значит, уверенности в завтраш-

нем дне.

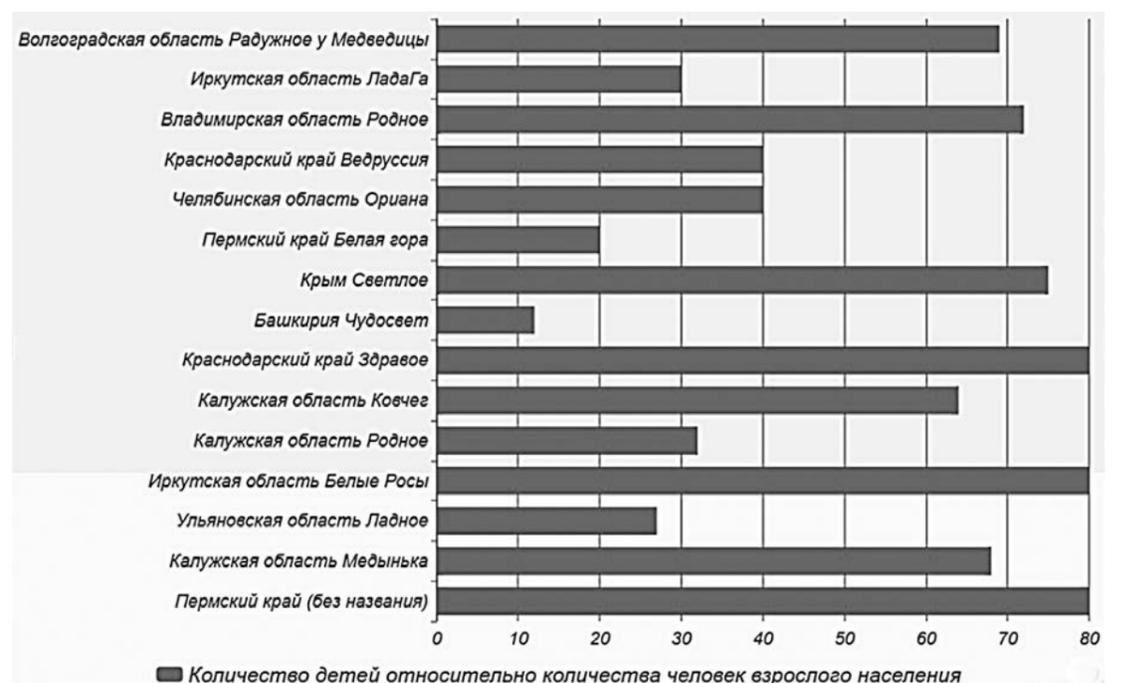
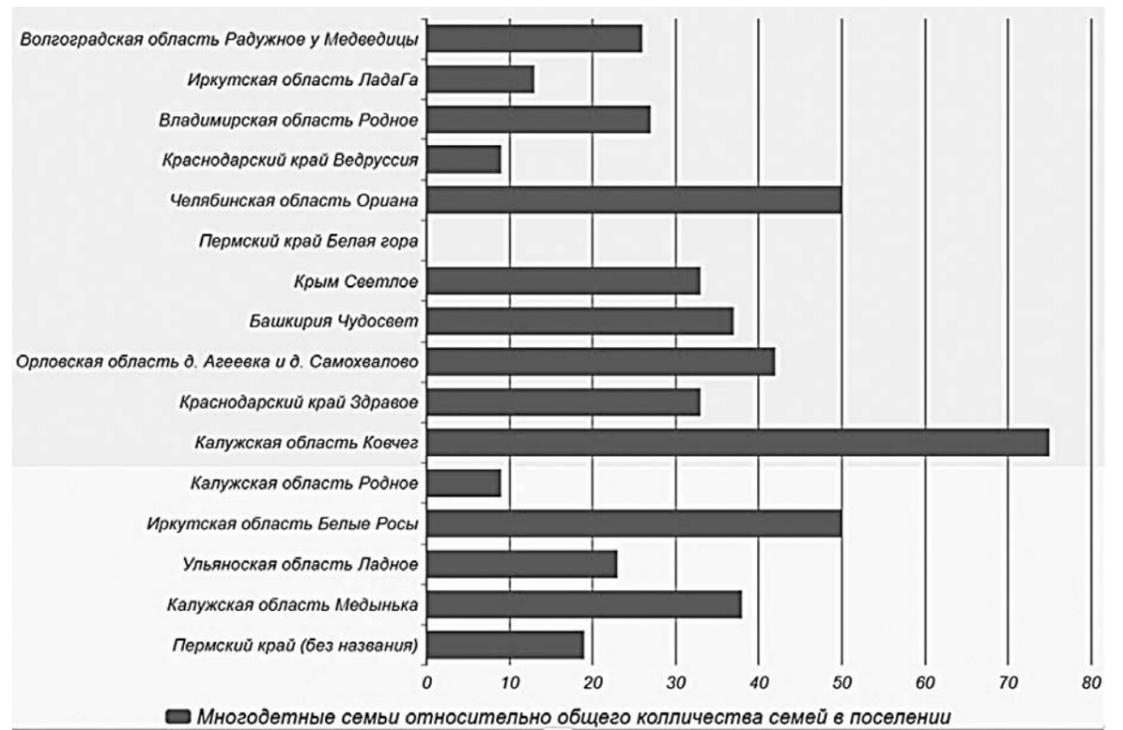
5. Общинный уклад жизни позволяет получить необходимую внешнюю экономическую устойчивость благополучия семьи как гарант её финансовой и материальной безопасности.

6. Единая для всех простая и понятная каждому идеология, дающая веру в будущее, является огромным толчком к рождаемости.

7. Также условием для демографического роста является устойчивый мир и государственные гарантии на жильё для молодой семьи и хорошо оплачиваемую работу. В наше время (от начала XXI века до сего дня) продолжающаяся урбанизация лишает семьи благоприятной среды обитания, а неясность пути государства (его образа светлого будущего) — веры и надежды на завтрашний день.

И, как мы видим, никакие финансовые поддержки (материнский капитал, ежемесячные выплаты) от государства ощутимо положительно не влияют на улучшение демографической ситуации в стране.

Сейчас положение усугубляется ещё и СВО на Украине, а в периоды войн рождаемость всегда





резко падает.

Пора открыто признать, что программа нашего государства по части демографии не работает. Необходим неординарный подход и меры, способные в кратчайшие сроки изменить ситуацию к лучшему.

Я являюсь представителем народного СМИ «Вестник Родовых поместий», и наш коллектив провёл статистическое исследование поселений нового типа.

Данная форма жизни семей на земле существует с 1999 года и характеризуется:

- наличием у каждой семьи земельного участка не менее 1 га,
- намерением передачи его по наследству,
- стремлением к общинности и совместным проектам,
- верой в будущее своих потомков и в преемственность поколений.

В статистическом исследовании приняли участие 16 поселений нового типа из 11 регионов нашей страны. Выбор поселений для большей достоверности носил случайный характер.

Исследуемым сообществам семей было задано всего четыре вопроса:

1. Каково количество семей в поселении?
2. Сколько многодетных семей?
3. Сколько взрослых в поселении?
4. Сколько детей?

Из этих данных были сформированы следующие две диаграммы:

1. Многодетные семьи относительно всех семей в поселении.
2. Количество детей относительно взрослого населения.

Результаты исследования ошеломили нас своими показателями и предлагаются вашему вниманию.

Как мы видим из диаграммы «Многодетные семьи относительно общего количества семей в поселении», количество многодетных семей в отдельных поселениях достигает 75%. А средний процент из 16 поселений нового типа, принявших участие в исследовании, держится на уровне 30%. Согласитесь, что на фоне общей картины 4% многодетных семей от общего количества семей в стране данные показатели выглядят как феноменальные.

В диаграмме «Количество детей относительно общего числа человек взрослого населения» бьёт все рекорды и достигает в отдельных поселениях 96%. Это реальные факты на сегодняшний день! У 8 из 15 поселений показатель превышает рубеж в 60%. А средний процент данного показателя из числа 15 опрошенных поселений держится на уровне 54%. В это время (по состоянию на 2023 г.) этот показатель в стране

не находился на уровне 18%.

По итогам предложенного нашему вниманию статистического исследования, проведённого нашим народным СМИ, можно сделать вывод о том, что опыт поселений нового типа в формате Родовых поместий подлежит детальному изучению, анализу и самое главное — масштабированию на всю страну. Это позволит в кратчайшие сроки вывести нашу страну с минимальными вложениями из демографического кризиса и дать семьям веру в светлое будущее своих детей и внуков!»

Общественный деятель Орловской области Анатолий Николаевич Поварницын отметил важность воздействия традиционной народной культуры на воспитание подрастающего поколения и желание создавать новые семьи.

Психолог филиала федерального государственного учреждения высшего образования «Университет «Дубна» — Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж Виктория Сергеевна Чехова в своём выступлении «Роль и место семьи в современном мире глазами студентов» обобщила данные анкетирования студентов по вопросам создания семьи и от-

ной поддержки.

Адвокат по семейным вопросам из Москвы Юлия Викторовна Чумак в своём докладе отметила важную роль семьи в формировании правовой грамотности у детей.

Студент группы 118/3 филиала федерального государственного учреждения высшего образования «Университет «Дубна» — Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж Олег Андреевич Трубицын в своей речи отметил положительные аспекты жизни на подрастающие поколения в многодетных семьях.

При подведении итогов конференции участниками было сделано предложение далее активно развивать теоретическую основу приоритетной цели Указа № 400 по сбережению народа России и развития человеческого потенциала. Научное обсуждение этой темы позволит создать концептуальную мировоззренческую основу для эффективного решения проблем демографии и народосбережения в нашей стране. Создать условия для накопления и развития человеческого потенциала, главного конкурентного преимущества России на мировой арене.



Слева направо: заместитель директора по УПР А. А. Воробьева, заместитель председателя Совета депутатов г. Лыткарино В. В. Дерябин, заместитель директора по УМРО Б. Аникиев

метила приверженность большинства учащихся традиционным семейно-нравственным ценностям.

Елена Александровна Бородина, преподаватель общеобразовательных дисциплин, отметила важность сохранения репродуктивного здоровья молодёжи и формирования учащихся о здоровом образе жизни, что в целом может преодолеть демографический кризис и укрепить нашу страну.

Кандидат юридических наук Елена Петровна Лихотникова в своём выступлении «Исследование проблем инвалидов в семье» затронула важную тему защиты инвалидов в семье. Она отметила важность общественной консолидации российского сообщества по этому вопросу и важность информационного обеспечения таких семей о мерах государствен-

Прозвучало предложение сделать конференции по теме сбережения народа России и развития человеческого потенциала ежегодными, на постоянной основе.

Ведущий конференции, доктор исторических наук, преподаватель гуманитарных дисциплин Александр Плотников, подводя итог дискуссии, отметил: «Нам удалось обобщить опыт существующих технологий по повышению значимости семьи в молодёжной среде. Как представляется, собирая, анализируя и прелемножая знания в вопросах народосбережения в России, мы повлияем на развитие социальных тенденций».

**Олег ГОРЕМЫКИН**  
ППР Славное, Тульская область  
Вестник Родовых поместий

# Сила деревни



Недавно общались с наставницей.

— Полина, ты не обижаешься, что я называю то место, где ты живёшь, деревней? Может, у вас там другое название?

— Нисколько! — улыбнулась я. — Я очень люблю слово «деревня».

Мои родители из деревни. Папа выучился на лётчика, мама — учитель математики. Папу направили работать в северный город Ухта. Я выросла там. В городской квартире. Но дом был на окраине, и мы смогли поставить у гаражей баню и разбить небольшой огород. Но папа всегда хотел вернуться в деревню.

В 1996 году нам знакомая дала почитать первую книгу «Анастасия», она сразу понравилась папе, маме и мне. Старшему, младшему братьям и сестре она почему-то «не зашла».

Ещё маленькой я каждое лето ездила в деревню к бабушкам, они жили недалеко друг от друга. Одна бабушка, папина мама, тоже была учителем математики, одно время — директором школы.

Вторая бабушка, мамина мама, всю жизнь проработала дояркой, работала очень хорошо, имела награды. Она родила 12 детей.

Когда я училась в институте, группа почему-то сразу разделилась на деревенских и городских, я не отнесла себя ни к тем, ни к другим, со всеми общалась уважительно. Потом, ближе к пятому курсу, эта граница размылась.

Я стала полностью «деревенской» 15 лет назад, когда мы стали ждать нашего первого ребёнка. Чтобы выносить здорового малыша, я переехала в деревню жить постоянно. Через некоторое время заметила, что иногда люди, живущие в городе, снисходительно относятся к деревенским. Считают себя чем-то лучше, якобы в городе жить престижнее, и тот, кто живёт в городе, только из-за этого умнее, успешнее и будто бы более развит. Только сама переехав в деревню, осознала, что это полный бред.

Такой образ внушался нашим родителям, чтобы они уехали из деревень. Я вспомнила себя маленькой и подобные ощущения. Что приезжая из города, действительно где-то в глубине гордилась перед деревенскими, что я какая-то особенная, городская, ещё и дочка лётчика.

Первый раз о своей несостоятельности как городского челове-

ка задумалась в студенчестве. Мы были в гостях у бабушки и решили с соседскими парнями пойти в лес пожечь костёр. Перед этим мы с двоюродным братом зашли в дровяник и взяли с собой... дрова. Надо было видеть лица деревенских парней, увидевших, что мы в лес несём дрова! При этом мы с братом были очень успешные в городе, оба учились в крутых школах и получали очень хорошие оценки.

В тот момент я и подумала, что нужно выходить замуж за деревенского. Что, к сожалению, городские люди, по большому счёту, оторваны от жизни. Так и вышло. Когда мы встретились с мужем, я узнала, что он — деревенский. Сейчас мы живём в Родовом поместье. И очень часто, когда дети задают вопросы о природе, животных, истории, географии и многом другом, я говорю: «Дети, спросите папу, он точно знает». Мои теоретические знания, когда-то оцененные на пятёрки, здесь не подходят.

Пару лет назад внуки, приехавшие к бабушкам на каникулы в нашу деревню, вдруг ни с того ни с сего стали дразнить дочку «деревенщиной», притом, что объективно дочка развита лучше них. Она играет на скрипке, рисует, быстро соображает и вообще к людям относится доброжелательно, у неё нет потребности кого-то обзывать, чтобы самоутвердиться. Она, кстати, и обижаться на них не стала, просто удивилась, что на них нашло, так как не делит внутри себя город и деревню. Ей нравится жить в деревне, но она вполне спокойно чувствует себя и в городе.

Тогда я задумалась о ложности этих понятий — «городской» и «деревенский». Что эти образы транслируются через кино. Якобы деревенские всегда пьяные, глупенькие и ещё неопрятные. Наоборот, аккуратности нам ещё стоит поучиться у деревенских. Одна привычка сметать снег с обуви перед входом в дом чего стоит!

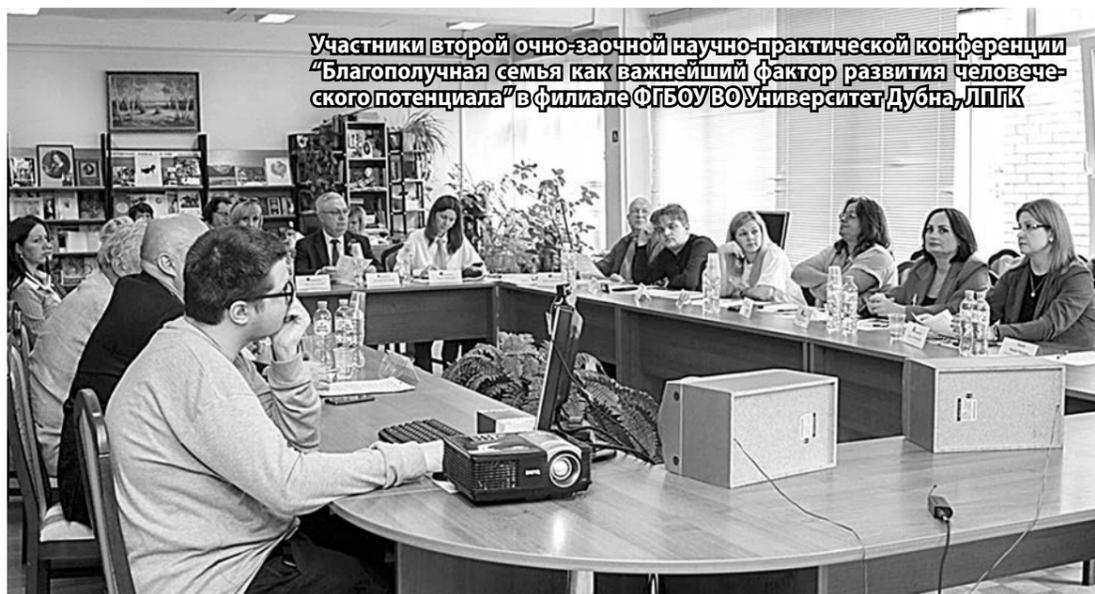
И сейчас люди, создающие Родовые поместья, меняют этот образ. Будучи успешными в городе, они осознали важность жизни в гармонии с природой, ежедневного контакта с землёй и переехали в сельскую местность создавать Родовые поместья.

Но и здесь срабатывают шаблоны — «мы не как деревня, мы лучше». А ведь деревня — очень хорошее слово, от слова «дерево». Дерево — это то, что даёт нам энергию, насыщает нас жизнью. Жить в деревянном доме и среди деревьев — это иметь постоянный контакт с внешним миром, с космосом.

«Не место украшает человека, а человек место», «В деревне жить — богатым быть!» — забытые русские пословицы.

Отнеситесь с уважением к людям, живущим в деревне, и вы сможете многому у них научиться — житейской мудрости, практическим навыкам жизни на земле. И с удивлением заметите, что во многих вопросах они даже умнее и сообразительнее вас.

**Полина АЛЕКСАНДРОВА,**  
многодетная мама  
Родовое поместье Александровых,  
Пермский край  
Вестник родовых поместий



Участники второй очно-заочной научно-практической конференции «Благополучная семья как важнейший фактор развития человеческого потенциала» в филиале ФГБОУ ВО Университет Дубна, ЛПК



Расскажу, с какими трудностями и проблемами столкнется те, кто переехал жить в деревню. Также вы узнаете об основных заблуждениях горожан о сельской жизни.

Начнём с основных заблуждений.

**Заблуждение первое:** «Ой, здесь такая природа, можно будет часами гулять по лесу, любя пейзажами. Будем каждый день ходить на пляж, в лес по грибы и ягоды».

Итак, спешу разочаровать, вам будет не до пляжа, не до грибов и не до ягод. Хорошо, если хоть пару раз за лето вам удастся куда-то выбраться.

**Заблуждение второе:** «На работу устраиваться смысла нет. Возьму себе шесть коров или засажу гектар картошкой, или заведу сотни три кроликов, и вырученных с хозяйства денег мне хватит на всё».

Опять разочарую. Фермерство — очень тяжёлый труд, который требует большого количества как финансовых затрат, так и немалого багажа знаний и свободного времени. Без налаженного сбыта вас вообще будет ждать полное фиаско, так как перекупщики будут покупать у вас продукцию за такие копейки, что вы едва отобьёте свои затраты на это хозяйство, не говоря уже о затраченных силах и времени. А стоять на рынке при таком количестве животных вам будет просто некогда.

**Проблема первая и основная** — это найти работу. Сколько бы вы ни накопили денег на переезд, в скором времени столкнётесь с этой проблемой. Ремонт и восста-

новление построек, благоустройство, всё это требует немалых финансовых затрат. Поэтому в первую очередь необходимо озаботиться поиском подходящей работы. Важно, чтобы работа была вам по силам.

**Проблема вторая** — здоровье, выносливость и физическая подготовка. Проблема, с которой столкнутся в первую очередь те, кто не поднимал ничего тяжелее ноутбука. Мой вам совет: не пытайтесь, насмотревшись на сельчан, тягаться с ними в силе и выносливости, подорвётесь. Они к этому привыкли с детства, не вам с ними тягаться. Поначалу возделывайте немного земли под огород. Сотки две вам поначалу хватит с головой. Не берите сразу три коровы или пять свиней, или много прочей живности. Начинать всем заниматься понемногу, и по мере того, как у вас начнёт всё получаться, можете наращивать обороты. Ударяться сразу в животноводство не советую вообще. Начните с благоустройства дома и участка, заложите сад. Он ведь медленно растёт, а вита-



# Советы

## желающим переехать из города в деревню

мины при такой физической активности вам будут очень нужны. Помните: уход за животными занимает очень много времени, сил и денег.

**Проблема третья** — критическая нехватка времени. Времени вам не будет хватать ни на что. В деревне у вас ни разу не возникнет ситуации, что дома нечего делать. Работы будет просто завались, особенно летом. Каждый квадратный метр двора будет требовать заботливой руки хозяина. Вначале вы вообще не будете знать, за что хвататься, особенно без привычки и практики. Посему мой вам совет — старайтесь максимально оптимизировать и механизировать своё хозяйство, чтобы каждая операция требовала у вас минимальных затрат сил и времени. Тогда вы хоть что-то сможете успеть.

**Проблема четвёртая** — взаимоотношение с односельчанами. Тут мой совет такой — не нарывайтесь сами на конфликт, но и не давайте себя притеснять и обижать. Позвольте сесть себе на голову — сядут и ноги свесят.



Ещё один важный аспект — это привычка деревенских мужиков к распитию спиртных напитков. Если вы скажете, что не пьёте, вас могут не понять и даже обидеться. Поэтому в некоторых случаях лучшим вариантом будет сказать, что не можете пить по состоянию здоровья.

**Проблема пятая** — недостаточная теоретическая подготовка и отсутствие практики. Проблема тоже достаточно серьёзная, так как, переехав в деревню, вам придётся осваивать множество новых профессий и специальностей, таких как сварщик, столяр, слесарь, косарь, плотник, строитель, агроном, ветеринар, врач (ведь в некоторых сёлах фельдшер будет знать ненамного больше вас) и много прочих профессий. Город далеко, а по каждому поводу вызывать оттуда специалиста у вас не хватит ни средств, ни возможности. Учите теорию, благо специальной литературы в интернете хватает. Наблюдайте за другими, перенимайте опыт. Не стесняйтесь спра-

шивать. Пробуйте, тренируйтесь. А опыт придёт с практикой.

**Проблема шестая** — наличие своего транспорта. Проблема также очень серьёзная, так как вам придётся хоть изредка выезжать в город. И если в город ещё можно доехать на рейсовом автобусе, если он, конечно, там ходит, то проблему с перевозкой грузов вам придётся решать своими силами. Это и дрова при-

везти из леса, и песок, и камни, и картошку с огорода. И ещё очень много всего. На своём «горбу» вы это всё не перетягаете. Легковая машина эту проблему тоже не особо решит. Так что нужно будет задуматься о приобретении гужевого транспорта, мотоблока или мини-трактора. Благо последних промышленность сейчас выпускает на любой вкус. Что касается легкового автомобиля для деревни, то я бы рекомендовал бы брать «УАЗ» или «Ниву». Красивая крутая иномарка сюда даже не доедет!

Ну и самое главное — это храбрость, настойчивость и целеустремлённость. Если вы обладаете этими качествами, то обязательно рано или поздно справитесь с этими шестью проблемами, и всё у вас получится. Успеха вам во всех ваших начинаниях!

**Сергей ЩЕРБАКОВ,**  
РП Заповедная борть Сибири,  
Красноярский край  
Вестник Родовых поместий

## Религия или секта? Ответ клеветникам

Написать эту статью меня сподвигла дважды встретившаяся за последний месяц реплика в соцсетях о том, что движение создателей Родовых поместий — это религия, а однажды — что секта. Часто люди так говорят по незнанию, а иногда по нехорошему умыслу пользуются ярлыками как оружием, чтобы дискредитировать движение.

Создателям Родовых поместий, к которым я себя отношу, не нужно объяснять, что мы — не религия, что Родовое поместье — это просто родное место, где каждая семья создаёт своими руками свой райский уголок, любимую малую родину. И что мы мечтаем и делаем всё, чтобы когда-нибудь миллионы поместий превратили нашу большую Родину в один прекрасный райский сад.

Другим это неочевидно, поэтому порой необходимы пояснения простыми словами и с примерами.

Итак, что такое религия в современном её виде? Это слепая вера. Если человек слепо верит в то, чего никогда не видел, то есть в нереальный мир; в то, что справедливость и счастье ждёт его толь-

ко после смерти; в то, что он раб или зависим от воли другого; если совершает обряды и ритуальные действия, смысл которых не имеет практического прикладного значения; если ежедневно монотонно повторяет однообразные речевые формулы, в том числе на языке, которого не знает или почти не понимает; если поклоняется изваянию или изображению или символу божества; если общается с Богом через посредника-священника... Всё это признаки религии.

Этих признаков нет в поведении и общении создателей Родовых поместий. Они, бывает, цитируют любившиеся им цитаты из книг В. Мегре, но не делают из этого культа. Действия строителей поместий, создающих новый образ жизни на земле, осмысленны и рациональны, цели реалистичны, а мечты практически выполнимы уже в этой жизни на этой Земле.

Следовательно, если нет признаков религии, то идеология, которой руководствуются создатели Родовых поместий (РП), — не религия.

Теперь о сектах. Что такое секта?

Современный сектовед Виталий Питанов так растолковывает это понятие: «секта — это любое сообщество, которое осознанно вырабатывает в людях зависимость от себя и лишает их автономии».

Словарь Ожегова даёт определение: «секта — это религиозное течение, отколовшееся от какого-либо вероучения и противостоящее ему. Так, например, когда-то христианство было сектой, отделившейся от иудаизма».

Социологи считают: «секта — это объединение людей, противопоставляющих себя миру и интересам общества».

В первом определении секта ставит людей в зависимое положение от самих себя. Но создатели РП руководствуются противоположным принципом: верь в себя, свои силы и способности, становись независимым и самостоятельным человеком, творцом самого себя и окружающего мира.

Во втором определении понятие «секта» относится к религиозным организациям, поэтому к движению создателей РП отношения не имеет.

Согласно третьему, в создателях РП отсутствует признак противопоставления себя интересам общества. Наоборот, они всеми силами стремятся взаимодействовать с обществом.

Вот так всё просто, если мыслить логически и непредвзято. К сожалению, именно религия отключает логическое мышление у людей, воспитывая в них зависимость от ритуалов и священников. Но мы не против религий,

потому что в них говорят о добре, о любви.

Пусть каждый человек сам делает свой выбор, как ему лучше делать добро на Земле. А свобода выбора — это главное, лишь бы этот выбор был.

**З. МИНИНА**  
РП Мелодия Любви, Иркутская область, п. Шиткино  
Вестник Родовых поместий





# Конфликты в поселениях

Прежде чем говорить о каких-либо задачах и поисках их решений, встающих перед поселениями и любимыми сообществами, стоит разъяснить несколько моментов. Один из них — конфликты.

Условно конфликты в сообществах можно разделить на два вида: межличностные и системные.

Межличностные конфликты ожидаемы и нормальны в любых сообществах и отношениях, так как люди с разными взглядами и качествами притираются друг к другу. Решения таких конфликтов разнообразны: от выстраивания границ и откровенной беседы до индивидуальной терапии, привлечения посредников из окружения и даже медиаторов. Это всегда личная работа участников конфликта, которая при должной проработке всегда обогащает нашу жизнь и наши отношения.

Системный конфликт имеет другую природу. Это встроенные в структуру модели сообщества конфликтные и проблемные ситуации из-за упущений, не принятых вовремя решений, а также решений, противоречащих друг другу или заявляемым ценностям.

Автор книги «Творим совместную жизнь» Диана Лиф Кристиан сравнивает такой вид конфликтов с минами замедленного действия, которые как бы вшиты в структуру модели сообщества и ждут своего момента, чтобы активироваться. Такой конфликт порождает и массу межличностных сложностей, что ещё более усугубляет ситуацию.

Системный конфликт является причиной неудач большинства молодых поселений и сообществ. Если учесть основные моменты, игнорирование которых приводит к закладыванию мин замедленного действия, то конфликт можно не допустить или, по крайней мере, в значительной степени ослабить. Вот некоторые из них.

## • Общее видение желаемого будущего

Вероятно, нет более разрушительного источника структурного конфликта в сообществе, чем различие представлений у разных

участников о том, для чего они вообще собрались вместе, к каким целям идут и какими ценностями и принципами руководствуются при создании модели поселения.

Общий образ следует тщательно обсудить, согласовать во всех деталях и зафиксировать на бумаге ещё на предварительном этапе. Может быть, жалко тратить массу времени на это. Но если этого не сделать, то гораздо больше времени будет потрачено на бесконечные споры по казавшимся бы бытовым вопросам — на что и сколько денег потратить или сколько времени посвящать какой-либо общей задаче.

## • Равномерное и справедливое распределение власти

Главным образом, но не единственным — это честный, адекватный для вашей группы совместный метод принятия решений.

Сообщество будет чувствительно к любому неравномерному распределению власти.

Возмущение по поводу вопросов власти может стать мощнейшим источником конфликтов внутри поселения. Принятие решений является наиболее очевидным, но не единственным проявлением власти, и чем больше людей в него вовлечено, тем меньше вероятность возникновения конфликтов данного рода. Это означает, что каждый участник имеет право голоса при принятии решений, которые влияют на его жизнь в поселении, а метод принятия общих решений является честным и справедливым. То, как действует процедура принятия решений, должно быть абсолютно понятно каждому в вашем сообществе.

Бывает, что одной из причин конфликтов в поселениях является применение единогласного или



другого метода принятия решений при недостаточном понимании их сути. То, что во многих группах выдаётся за единогласие, то есть консенсус, попросту им не является. Это скорее «псевдоконсенсус» — изматывающий, высасывающий энергию и энтузиазм процесс, порождающий раздражение и неприязнь, в том числе и к самой идее единогласия. Поэтому, используя консенсус или какой-либо другой метод принятия решений, в первую очередь обучитесь ему, — этим вы в значительной степени предотвратите структурный конфликт, а также сохраните массу времени, сил и людей.

## • Ожидаемое и действительное

Достигните чётких договорённостей по всем важным вопросам, в том числе выбор соответствующей организационно-правовой формы юридического лица для владения землёй.

Люди помнят слова и факты по-разному. Поэтому все ваши до-

говорённости — от самых бытовых до самых значимых юридически и финансово — однозначно стоит записывать. Притом так, чтобы их невозможно было трактовать двояко. Тогда, если вы потом вдруг по-разному будете помнить об одном и том же, всегда можно поднять бумаги и посмотреть. В обратном случае вы приходите к варианту «мы правы, а вы, ребята, нет (и, может, даже вы хотите нас обмануть)», а это путь, способный очень быстро разрушить любое сообщество.

## • Навыки общения и решения конфликтов

Это равносильно своевременному изучению техники безопасности. Изначальное пренебрежение навыками общения и группового взаимодействия, как и методами разрешения конфликтов, равносильно закладыванию основы для структурного конфликта в будущем.

Уметь обсуждать друг с другом даже самые болезненные те-

мы и ситуации и при этом не рвать контакта, оставаться дружными вместо того, чтобы винить кого-то, пугать, давить авторитетом или вызывать жалость — вот что такое в моём понимании хорошие коммуникативные навыки.

Умение налаживать настоящую связь между людьми — это ценный ресурс любого сообщества.

Это лишь некоторые из моментов, игнорирование которых может стать миной замедленного действия в поселении.

Очень важно различать межличностные и системные конфликты, чтобы не буксовать, а проходить через трудные ситуации и продолжать движение к поставленным целям.

Может, вы знаете что-то ещё, что может привести к системному конфликту в сообществах, а также способы его предотвращения?

**Виталий ОРЛОВ**  
ПРП Солнечное,  
Самарская область  
Вестник Родовых поместий

## Экранизации притчи «Два брата»



С большой радостью сообщаем о знаменательном событии: 23 апреля 2024 г. был начат первый съёмочный этап экранизации притчи «Два брата» из книги Владимира Мегре «Сотворение» серии «Звенящие кедры России».

В фильме снимаются знаменитые братья Торсуевы — всемирнолюбимые Электроник и Сыроежкин.

Съёмки пройдут в два этапа: две съёмочные смены уже прошли в апреле и ещё пять будут в конце июня. Кстати, в съёмках может принять участие любой желающий от 16 лет. В сцене с Юрием Торсуевым, которая по плану будет сниматься 26 июня, требуются актёры массовых сцен.

Создатели рассказывают о каждом шаге съёмочного процесса в телеграмм канале [https://t.me/dva\\_brata\\_film](https://t.me/dva_brata_film), а также в груп-

пе ВК: [https://vk.com/dva\\_brata\\_film](https://vk.com/dva_brata_film).

Фильм снимает команда АНО «Любимая семья» при поддержке Министерства семьи, труда и социальной защиты населения Республики Башкортостан, Министерства образования Республики Башкортостан, Администрации Архангельского района Республики Башкортостан на средства гранта Главы Республики Башкортостан, при поддержке Фонда грантов Главы РБ.

Притча приобрела башкирский колорит, её действие перенесено в наши дни. Скажем по секрету, нашему редактору удалось увидеть сценарий, и ему он понравился: с национальным колоритом история выглядит очень интересно.

В августе 2024 г. планируется

преьера фильма в Башкортостане, показы в Дворцах культуры, библиотеках и школах республики, участие в кинофестивалях и размещение фильма на интернет-платформах.

Продюсер фильма — Эльвира Исмагилова. Режиссер-постановщик — Анна Макеева. Оператор-постановщик — Рияз Исхаков. Художник-постановщик — Алия Хансен. Композитор — Марат Файзуллин.

Пожелаем удачи съёмочной группе и с нетерпением ждём выхода фильма!

**Вестник**  
Родовых поместий

Подойти козу. Раздать лошадам сено, захватывая на вилы охапки по метру-полтора диаметром. Собрать на скорость клюкву в архангельском болоте, испечь в печи хлеб или налепить вручную целую горку сибирских пельменей... Всеми этому учат городских добровольцев на экофермах, которых в России становится всё больше. В чём же прелесть популярного времяпровождения у добровольцев и есть ли от этого польза для самих фермеров?

Летом 2021 г. Министерство сельского хозяйства России запустило необычный проект — добровольческое движение «Земляне». В рамках этого проекта владельцы сельских хозяйств приглашают к себе горожан-добровольцев, которые хотят попробовать себя в земледелии, выращивании растений, уходе за животными, а может быть, даже и начать собственный фермерский бизнес.

Добровольчество на фермах — разновидность агротуризма, суть которого в том, что человек добровольно трудится в хозяйстве в обмен на еду и жильё. Явление это для нашей страны новое. Многие относятся к нему осторожно, считая, что физический труд за питание и кров — сродни рабству. Но немало и тех, кто в сельской работе видит возможность отдохнуть от городской суеты, прикоснуться к природе, вернуться к истокам.

### Желающих так много, что места всем не хватает

Сегодня многие российские фермы охотно зовут к себе добровольцев. Например, алтайское хозяйство в селе Шульгин Лог на берегу реки Катунь ищет тех, кто готов трудиться на пасеке, собирать лекарственные травы и корни и варить варенье из сосновых шишек. В ремесленном лагере «Кедросад» под Владимиром ждут людей, которые хотят мастерить мебель и строить дома из соломы и дерева.

А одним из самых известных хозяйств, приглашающих добровольцев, стала ферма изобилия «Родники» под Калугой, основанная на принципах пермакультуры (бережного подхода к земле, учитывающего природные потребности почвы, растений, животных). Добровольцев привлекают к труду на земле: покосу, расчистке леса, заготовке дров, работе в огороде и уходу за домашними животными. Говорят, желающих поработать в «Родниках» так много, что в тёплый сезон мест в юртах и бытовках, где останавливаются добровольцы, не хватает, и люди ставят палатки прямо во дворе фермы.

Но есть и трудность — до недавнего времени добровольческое фермерское движение развивалось стихийно. Добровольцы узнавали о сельских хозяйствах из сарафанного радио и, отправляясь на ферму, часто не представляли, куда попадут и в каких условиях будут работать и жить. Проект «Земляне» как раз и призван решить эту проблему. По сути, Минсельхоз создал сейчас сервис, на котором фермеры и добровольцы могут найти друг друга и договориться о сотрудничестве.

В 2021 г. проект «Земляне» был рассчитан на два месяца — с середины августа по середину октября. В нём приняли участие 100 добровольцев и 20 фермерских хозяйств из 12 областей России: Смоленской, Белгородской, Владимирской, Тамбовской, Калуж-



## Зачем горожане едут в деревню работать за жильё и еду

ской, Ростовской и других. Всего же в оргкомитет движения было подано 40 заявок от фермеров и более 600 — от добровольцев из 56 регионов страны.

### Если не нравится, в любой момент можно уехать

Изначально проект задумывался как молодёжный — для студентов аграрных вузов, которые хотят ближе ознакомиться с будущей профессией. Но уже при сборе заявок оказалось, что больший интерес программа вызвала у горожан, далёких от фермерства: одиноких людей, которые ищут единомышленников, женщин с детьми и даже пожилых пар, у которых нет своих дач, но есть желание пожить на природе. В итоге покорять деревню отправилась не только молодёжь, но и взрослые люди: преподаватели вузов, риелторы, художники-иллюстраторы, менеджеры по подбору персонала, активные пенсионеры.

Стажировка длилась 14 дней. В этот период фермеры обеспечивали добровольцев питанием и жильём, а добровольцы работали по четыре часа в день, выполняя их поручения: пасли и кормили коров и коз, убирали урожай, заготавливали корма и даже помогали варить сыр. Из ограничений — добровольцы не допускались к работе со сложной сельскохозяйственной техникой, также на фермах был строго запрещён алкоголь. Кроме того, если добровольцу что-то не нравилось, он мог в любой момент покинуть хозяйство, связавшись с организаторами.

Для фермеров и добровольцев участие в проекте было бесплатным. Расходы на трансфер до фермерских хозяйств Минсельхоз взял на себя. В то же время отбор участников был строгим. Так, чиновники лично посетили все фермы, чтобы быть уверенными, что в хозяйстве безопасно и соблюдены элементарные бытовые условия: есть отдельное жильё, кухня, душ, туалет. Добровольцы же проходили собеседование, чтобы подтвердить, что они люди адекватные, общительные и действительно хотят поработать на земле.

### Клюква — не корова, не боднёт, не помычит...

— Наши добровольцев мы приняли в конце сентября, буквально заскочив в последний вагон. Но работать с ними очень понравилось, они нас эмоционально зарядили, — рассказывает Мария Солдатенкова, проектный менеджер ягодного кооператива «Архангельская клюква».

«Архангельская клюква» — это первая и пока единственная в стране плантация по выращива-

ний слой, и построили гидротехнические сооружения, позволяющие повышать и понижать уровень грунтовых вод на плантациях в зависимости от погодных условий. В 2018 г. фермеры засадили первые грядки, а осенью 2021 г. собрали первый урожай.

В этом непросто деле фермерам с самого начала помогали добровольцы. Они следили за опытными участками, поливали их, осушали, изучали разные сорта ягод. А одна девушка, студентка-биолог, даже написала свою

большие гостевые домики-бочки, с печками и панорамными окнами с видом прямо на торфяник.

— Нам очень повезло с погодой, комаров не было, злостных дождей тоже, моросило только немного, — рассказывает Мария. — Но мы всех добровольцев предупредили, чтобы собирались к нам, как в поход: термобельё, свитера, куртки, резиновые сапоги. В холодные дни всегда можно было вернуться на базу погреться.

Работали добровольцы каждый день часа по четыре. В основном чистили маточки от сухих веточек, невызревших ягод, поражённых грибом листьев — кустики клюквы должны уйти под снег в идеальной чистоте. Кроме того, на плантации есть опытный участок с другими ягодными культурами: брусникой, голубикой, княженикой. И там тоже было много работы, предстояло пересадить молодые саженцы.

— Каких-то особенных рисков у добровольцев не было: клюква — не корова, она не боднёт, не помычит, — говорит Мария. — Но мы на наши растения даже дышим «через тряпочку», поэтому просили, чтобы добровольцы всё делали очень аккуратно. Парню это давалось с трудом — мужские руки не такие ловкие, как женские. Даму из Петербурга тоже приходилось иногда журить, но она была этому даже рада: «Давно мне никто не делал замечаний!»

### На природу — с удобствами

— О проекте мне рассказали в вузе. Я подумала: почему бы и нет?! Посмотреть, как живут люди в области, поработать на свежем воздухе, сменить обстановку. Я поехала, — рассказывает Александра Сорокина, доброволец движения «Земляне».

Саше Сорокиной 21 год, она студентка Московской ветеринарной академии имени К.И. Скрябина. В свободное от учёбы время подрабатывает ассистентом ветеринарного врача. В проекте Саша выбрала стажировку на ферме «Милкин дом», в небольшом хозяйстве под Тулой, в Заокском районе. Ферма занимается производством козьего сыра, на ней содержатся козы, лошади и один ослик. Но особенно Саше понравилось, что хозяйство находится рядом с глэмпингом «Зелёная тропа» и жить добровольцы будут в нём.

— Глэмпинг — это отдых на природе, но со всеми удобствами, — поясняет Саша. — Было тепло, и мы жили в шатре. У нас была тёплая вода, душ. Хотя бегать утром на улицу умываться всё равно было холодно.

На ферме Саша работала вместе с двумя другими добровольцами. Девушки помогали красить главный фермерский дом и хлев, раздавать сено, приводить по вечерам лошадей с выпаса, а Саша, как будущий ветеринар, ещё и помогала делать животным прививки.

Помимо всего, Саша получила ещё и полезный опыт, который ей наверняка пригодится в будущей профессии: как правильно доить коз, чем их кормить и как потом козье молоко перерабатывать во вкусный и полезный сыр.



нию культурной клюквы. Находится она под Архангельском, в Холмогорском районе, в глубине болота Дикое. Причём это не просто хозяйство, а кооператив, где каждый желающий может купить участок, чтобы выращивать ягоду для продажи или переработки.

Нас часто спрашивают, зачем клюкву специально выращивать, если она и так растёт? Но в естественных условиях хороший урожай клюквы бывает раз в 10–15 лет. В такой год можно собрать до 600 кг ягод с гектара. Если же создать растениям идеальные условия для развития, то урожайность повысится до 15 т/га и при этом будет стабильна.

Ягодный кооператив под Архангельском создан в 2012 году. Фермеры закупили саженцы в ягодном питомнике под Костромой, заложили маточник на два гектара и разбили первые опытные участки, чтобы тестировать разные сорта клюквы. Вместе с этим они расчистили 12 га болота, сняв с него на 30–50 см верх-

первую научно-исследовательскую работу «Урожайность дикой и культивируемой клюквы».

Проект «Земляне» пришёл к архангельским фермерам как нельзя кстати. В его рамках трудиться на ягодную плантацию приехало четверо: две девушки-студентки из Архангельской области, парень из-под Вологды и женщина из Санкт-Петербурга, топ-менеджер крупного сайта, посвящённого недвижимости.

— Нам всем было интересно, почему она решила поработать добровольцем? — рассказывает Мария. — Она отвечала, что хочет проверить себя: сможет ли она, будучи много лет руководителем, вдруг поменять образ жизни и выполнять простую физическую работу.

Условия жизни на плантации и правда были непростые. Добровольцы оказались в 100 км от Архангельска, в самом центре болота, в окружении сосновых лесов. На краю расчищенного под посадки участка устроена база — не-



## Собрали мало, зато наелись вволю

Впрочем, добровольцы на фермах не только работали, но и отдыхали кто как хотел: кто-то бегал по 10 км каждое утро, кто-то исследовал усадьбы, расположенные по соседству, а кто-то просто наслаждался вечерними неспешными разговорами у костра.

Но была у проекта и культурная программа: каждый из фермеров под девизом «Сохраним родное ремесло» должен был провести для участников какой-нибудь тематический мастер-класс. Так, добровольцы учились варить сыр, взбивать масло, плести кружева, выпекать хлеб, а также лепить настоящие сибирские пельмени.

В кооперативе «Архангельская клюква» тоже было достаточно развлечений. Фермеры только что привезли поморскую упряжку с хаски, и добровольцы помогали строить собакам домики, возились с щенками. На мастер-классе они познакомились со знаменитыми северными пряниками — козулями.

А ещё добровольцы «Архангельской клюквы» попали на клюквенный фестиваль, который кооператоры устроили на плантации. Гостей собралось много — местных жителей и туристов из города. Фермеры провели небольшую экскурсию, а потом все участники собирали клюкву на скорость. Всё, что собрали, можно было увезти домой.

Подводя итоги проекта, в Министерстве сельского хозяйства отметили, что движение «Земляне» выводит синергию жителей города и села на новый уровень. Ведомство рассматривает проведение добровольческих стажировок не только как агротуризм, но как возможность оказать фермерам реальную помощь в их работе, изучить рынок труда, а также исследовать потребности сельских территорий в помощи добровольцев в социально-культурной сфере. Планируется расширить географию проекта и привлечение к сотрудничеству фермы с Дальнего Востока.

— «Земляне» — проект перспективный, — делится своими наблюдениями Мария Солдатенкова. — Нам очень не хватает рабочих рук во время сезонных работ, например в конце весны — начале лета, когда в короткий срок надо подготовить много посадочного материала.

Кроме того, в планах кооператива заложить плантации княженики. Это одна из самых дорогих лесных ягод, в Финляндии её продают в пересчете на рубли по 1600–2000 за килограмм. На вкус она как земляника с ананасом, и из неё можно делать варенье, настойки, вина. А ещё кооператоры хотят в сотрудничестве с Северным Арктическим федеральным университетом запустить лабораторию микроклонирования, чтобы размножить ягодные растения в больших масштабах, ведь болото Дикое настолько обширно, что в нём можно построить плантацию ещё на 500 га. Добровольцы могли бы здорово помочь фермерам в этой работе.

Что же касается самих добровольцев, то их впечатление коротко и точно выразила Саша Сорокина, которая, кстати, по итогам проекта была награждена дипломом «Лучшему добровольцу»:

— Восторг! На следующий год обязательно снова поеду!

«Лента.ру»

<https://weekend.rambler.ru>

# Лучшая трата денег

Как минчанин купил старую хату в деревне и превратил её в уютный дом



Минчанин Феликс купил в деревне старый дом. Он говорит, что это было лучшей тратой денег в его жизни. Ремонт старой хаты превратился в хобби и развлечение выходного дня.

## Домик в деревне

— Идея купить дом на земле вызревала долго, — рассказывает наш герой. — Сам я городской человек, в моём детстве не было деревни. Но вот после 30 лет проснулась тяга к деревенской жизни. Искал дом долго, смотрел в деревнях в московском направлении, чтобы было максимально удобно добираться от квартиры в Уручье. Садовые товарищества не рассматривал, мне не нравится идея переезда из вертикального муравейника в горизонтальный, где участки маленькие, а соседи со всех сторон.

Феликс обращал внимание на дома самой простой конструкции — прямоугольные, под двухскатной крышей. Важный критерий — сруб должен быть без обшивки. Так можно и без специальных знаний оценить его состояние.

— Дома, обшитые сайдингом, меня наоборот отпугивали, — объясняет он. — В моём понимании так делают не для красоты, а чтобы скрыть какие-то недостатки. На внутреннее убранство внимание не обращал, так как понимал, что всё придётся переделывать.

Вариантов просмотрел много, пока наконец не нашёлся домик за 10 тысяч долларов в деревне Лавля, в Смолевичском районе. Деревня живая, к ней идёт асфальтированная дорога. Трассу в сторону Жодио реконструировали, поэтому до дачи дорога занимает полчаса. Рядом есть конечная остановка скоростной городской электрички, что удобно для приезжающих гостей без машины.

Дом несколько лет пустовал, но на его состоянии это не отразилось — крыша целая, сруб из тёсаных брёвен хорошо сохранился.

— Хозяйка, которая в нём жила, заболела, её забрали к себе родственники, — рассказывает новый владелец. — Было такое ощущение, что люди в доме жили-жили, а потом встали и вышли, оставили мебель, посуду и даже семейные фото. После продажи, правда, наследники забрали всё, что считали ценным для себя.

Рядом на участке стояла ещё и совсем старая хатка, лет 100 ей



было, не меньше, пока вокруг неё копались, находили монетки 1905 года. Восстанавливать хатку не имело смысла, поэтому её разобрали на брёвна и распилили на дрова. Заодно привели в порядок участок, выкорчевали заросли, скопили бурьян.

## Ремонт своими руками

После этого начались работы в доме. Первым делом новый владелец разобрал лишние перегородки. В планы входили ремонт полов, стен и потолка с минимальными вложениями и без привлечения строителей. Цель была — всё делать своими руками, но не из-за экономии, а просто хотелось сделать самому. Феликс говорит, что для него это занятие стало своего рода развлечением и хобби. При этом к строительным профессиям он отношения не имеет, «просто руки прямые».

Ремонт владелец разбил на два этапа: сначала нужно было сделать первую большую комнату, чтобы там можно было уже жить и продолжать ремонт. Потом переключиться на вторую часть дома с кухней.

— Сначала был план зачистить брёвна и оставить их так в интерьере. Но когда снял обои, то обнаружилось, что стены сильно обшарпаны, где-то поработал короед. Красиво что-то сделать с этим было невозможно, поэтому выбрал вариант внутренней обшивки имитацией бруса, чтобы сохранить деревенский стиль.

В первой части дома хозяин обшивал стены по обрешётке из деревянных реек. И это оказалось не так-то и просто — вывести в одну плоскость рубленные вручную брёвна практически нереально. Исходя из собственного опыта, во второй части дома использовал для обрешётки металлический каркас, который используется для работы с гипсокартоном. С таким каркасом работать гораздо проще и быстрее.

На одной из стен появился встроенный экран для проектора. Он сделан из листа ОСБ, зашпаклёванного и покрашенного матовой белой краской. Феликс таким решением остался доволен — дешево и практично.

В оригинале потолок представлял собой балки с заполнением из досок. Владелец дома решил балки покрасить в бордовый цвет, пространство между ними зашил ОСБ и покрасил в белый.

Старые полы решил не переделывать. Сверху уложил ОСБ,

подложку и ламинат.

Старые деревянные окна поменяли на ПВХ, входную дверь заменил на современную, со стеклопакетом.

## Новый уровень комфорта

В кухонной зоне раньше стояла большая русская печь, которая занимала чуть ли не половину площади комнаты. Её разобрали.

Во второй части дома, которая являлась спальней, стояла грубка-столбик. Её привели в рабочее состояние, в топку установили дверцу со стеклом — теперь это практически камин.

Грубки вполне хватает, чтобы прогреть весь дом. Зимой подогреть воздух за несколько часов до приезда владельца помогает электроконвектор, он подключен к «умной» розетке, управляемой с телефона.

Электрику наш герой тоже сделал сам. Установил новый щиток с автоматами, развёл по комнатам открытую ретропроводку на керамических изоляторах.

— Во-первых, она выглядит стильно, во-вторых, её намного проще монтировать, а в-третьих, она безопаснее скрытой, — объясняет он.

Вода из ведра и туалет на улице — такие условия Феликс счёл неприемлемыми для современного человека. Поэтому он отгородил в доме небольшое помещение под санузел, подвёл туда канализационные трубы, установил унитаз и умывальник. Септик простейший — просто яма глубиной два метра, стены которой выложены кирпичом от разобранной печи.

Водопровод имеет свои особенности. Вода из колодца закачивается сначала в столитровый бак в доме, а от него подаётся к точкам разбора. Такое решение обусловлено тем, что дом не планировалось использовать для постоянного проживания и такого объёма

ёма вполне достаточно.

В итоге простой деревенский дом по комфорту не уступает городской квартире.

Между делом хозяин не отказывает себе в удовольствии заниматься «хенд-мейдом». Например, из остатков ламината и брусков он смастерил полку для обуви, сделал полку для мелочей. Светильник над зоной кухни — тоже его работа. Для этого понадобился кусок дерева, три лампочки, провод, да, цепь.

Мебель для кухни выбрал корпусную, состоящую из отдельных шкафчиков, а столешницу и фартук купил в магазине, под нужные размеры выпилил сам по месту. Получилось гораздо дешевле, чем кухня под заказ.

## Хочу жить в деревне

Внешний вид дома претерпел лишь косметические изменения.

— Никакой пользы не вижу ни в обшивке его сайдингом или деревом, ни в отделке кирпичом. Зачем этому дому чем-то казаться, а не быть таким, какой он есть?

Синее строение на участке прошлым хозяевам служило чем-то вроде бани, только без парилки. Там была печка с баком для воды и ванна. Это строение Феликс приспособил под временную беседку.

На этом можно было бы и остановиться, но у владельца новый план — на месте холодной веранды он планирует сделать небольшую парилку и крытую террасу.

В отдалённой перспективе семья минчан планирует переезд в деревню на ПМЖ. Но спокойно это можно сделать, когда ребёнок закончит школу.

— В планах построить компактный одноэтажный дом, с плоской крышей, «квадратов» на 80, — говорит счастливый владелец домика в деревне. — Можно сказать, что сейчас я тренируюсь, готовлюсь к полному переезду в свой дом из города. С местными уже нашли общий язык, общаемся. У одного покупаем домашние яйца, у другого — копчения. С безопасностью здесь тоже всё в порядке, по домам не лезят. Я считаю, что покупка домика в деревне была самой лучшей тратой в жизни.

Герой нашего материала уверен, что переделка деревенской хаты в комфортное загородное жильё — не такое уж и сложное дело. В этом он убедился на собственном опыте. Ремонт потребует и трудозатрат, и финансовых вложений, но в целом всё выполнимо, возможно, и любой может с этим справиться.

Станислав ЖУРАВЛЕВИЧ

Республика Беларусь

<https://realt.by>



# Органическое земледелие: от истоков к замкнутому циклу



Пионер органического движения Воронежской области Светлана Нестерова, участница Союза органического земледелия, помимо успешной отработки технологии в области растениеводства доводит производство до закрытого цикла, развивая животноводство, пчеловодство и переработку.

## Как всё начиналось...

Далеко докатилась молва о воронежской органике.

Ещё в 2022 году Воронежская область уверенно заняла устойчивые лидерские позиции по числу сертифицированных производителей и по мерам господдержки. Но что примечательно больше всего, это направление взяло своё начало пять лет назад, и за эти годы, можно сказать, «с нуля», сделаны смелые шаги. Сейчас воронежская органика, презентуемая на ведущих федеральных гастрофестивалях, пользуется ошеломительным успехом.

Но если вернуться к истокам, то вообще очень сложно поверить в то, что эта подотрасль станет одной из ведущих среди основных направлений сектора АПК. Да, поначалу у аграриев было нежелание из-за видимого отсутствия рентабельности, долгого периода конверсии, потерь и убытков. И только самые смелые и сильные не побоялись бросить вызов и пойти навстречу неизвестному.

Светлана Николаевна Нестерова известна в Воронежской области и в других регионах как один из самых ярких «первопроходцев», внедряющих принципы органического сельского хозяйства. Сегодня она является крупнейшим авторитетом по части отработки технологии и своего рода экспертом по всем вопросам, связанным с направлением.

А начиналось всё с того, что Александр и Светлана Нестеровы, муж и жена, занятые в строительном бизнесе, решили как-то попробовать на своём участке органическое удобрение — биогумус.

— Мы поняли, что ничего не потеряем, если придём поближе к земле. Да так, что захватило, закрутило, и нам понравилось. Начали разводить популяцию червя «Старатель», благодаря чему по-

лучали биогумус, стали осваивать его производство. Это дело наладили, но поняли, что людям нужно не только удобрение, а натуральный продукт. Потом мы построили теплицу «Солнечный биоветеринарий», причём возвели её в магазине, где стали реализовывать натуральные продукты. Нам было очень важно, чтобы покупатель мог вживую видеть, как растут «не напичканные» химией овощи, — рассказывает о своих первых шагах Светлана Нестерова.

Безспорно, с самого начала поборник здорового питания заявила, что такая продукция — это не традиционный сетевой ассортимент, цена на неё выше. Но даже учитывая и это обстоятельство,



люди потянулись, знакомый вкус вспомнили бабушки и даже они стали приходить и покупать.

Одновременно с этим неуёмная хозяйка вспомнила о важности живого хлеба. «Разрыла» старинные русские рецепты, пригласила талантливых технологов. Так, возродили технологию приготовления теста на опаре, наладили своё собственное производство и в этом же магазине открыли пекарню. Хлеб разлетался, как горячие пирожки.

Не останавливаясь на огурцах с хлебом, она стала активно искать поставщиков натуральной продукции по всей стране. Так стали зарождаться контакты с воронежскими фермерами, которые поставляли молоко, мясо. Вышла Светлана и за пределы региона, в магазине появились натуральные чаи, семена льна, расторопши, продукция для диабетиков и многое другое.

## Живое поле

Мало оказалось одного лишь магазина. Его ассортимент надо наполнять продукцией, и как самый лучший вариант — своей! В селе Высокое Лискинского района взяли 42 га никому не нужной залежи. Можно сказать, именно с этого момента и началась настоящая органика фермеров Нестеровых. Поле расчистили, вначале посадили на нём овощи, потом клубнику и малину. Заявили в сертифицирующий орган.

Тем временем чего только не зарождалось в ясной голове Светланы. Помимо популярных тепличных огурцов наладили про-

изводство тыквы и тыквенных семечек. А кроме того, крутили салаты из овощей, лепили вареники, пельмени.

В 2022 г. был получен сертификат, КФХ мужа Александра стало первым хозяйством в регионе, производящем органическую ягоду.

## В сплочении — сила

Взяться за органику одному тяжело. Нужны помощники и соратники. Светлана рассказала своим знакомым фермерам о важности работы в команде, аграриям идея понравилась. Единомышленники, представители КФХ и ЛПХ, заинтересованные в производст-

во собрав в кулак всю свою выдержку, волю и смелость, Нестерова всё же пришла к своей заветной цели и пробилась в столицу Черноземья! В 2020 г. в центре Воронежа состоялось торжественное открытие магазина «Биотория», на котором присутствовал губернатор Александр Гусев, который лично курирует развитие органического направления в регионе. Потом такой же появился в пригороде, а в этом году — в одном из густонаселённых районов города.

В 2022 году, выступая спикером на органическом форуме, Нестерова уверенно заявила, что рынок сбыта органической продукции она видит через собственную сеть «Биотория», которую успешно расширяет.

Безусловно, органическая продукция дороже традиционной, что обуславливает сама технология. Но тем не менее, понимая всю важность популяризации идеи органики, Светлана Николаевна проводит гибкую ценовую политику. В своих сетевых магазинах она применяет позитивную практику: реализовывает клубнику, малину, картофель и другие овощи по цене продукции, которая выращивается по традиционной технологии. И это немаловажный фактор



ве и сбыте, вступили в кооператив под председательством С.Н. Нестеровой, СПСК «Биотория». Сейчас в нём состоят пять человек.

Также Светлана предприняла немало усилий не только для того, чтобы сплотить людей, но и чтобы обеспечить своему кооперативу материальную базу.

В 2019 г. крестьянско-фермерское хозяйство мужа Светланы — Александра Нестерова, входящее в кооператив, заявило на получение гранта «Агростартап». По конкурсу прошли. Из полученных 4 млн. часть средств была потрачена с пользой для общего дела. Закупили 13 тыс. саженцев малины, 120 тыс. корней клубники, а также трактор МТЗ, навесное оборудование для полива, транспорт, оборудованный холодильной установкой.

## Налаженный сбыт

Постепенно стали производить больше, что потребовало расширение рынка сбыта. Предпринимая невероятные усилия,

её социальной политики.

В 2023 году в органическом КФХ А.В. Нестерова собрано около 25 тонн клубники, около 30 тонн малины. По большому счёту, ввиду дождливой погоды, большая часть продукции была реализована на территории региона, часть направлена в переработку на сладости, пастилу, в пюре.

Воронежская органическая ягода также направляется в Москву, налажены новые рынки сбыта в Санкт-Петербург, Калугу и другие регионы.

## Здоровая динамика

Уже давно Светлана задумывалась над органическим производством замкнутого цикла. Приобрели овец породы эдильбай. С прошлого года поголовье прибавилось, сейчас доросли до 330 голов. Выпас регулярно производится на разных площадках.

Кроме того, хозяйство идёт по пути размножения естественных опылителей. В прошлом году супруги Нестеровы приобрели

местную и северную пчелу и создали «ленивую пасаку». Прошли курсы обучения и теперь на практике осваивают пчеловодство. В этом направлении также заявлялись на сертификацию.

Светлана Николаевна отмечает: «Такую не нужно перевозить, прятать пчёл на зиму, мы установили утеплённые ульи. Сейчас пчелы трудятся».

В прошлом году мёд оставили пчелам в зимовку.

Ну и конечно, никуда без переработки.

Ещё в 2022 г. в хозяйстве наладили отжим органического тыквенного масла и успешно реализовали высококачественный продукт.

Сейчас уже смело используют своё сушильное оборудование, которое было закуплено год назад. Здесь сушат листья малины, земляники, мяты, а также календулу, кинзу. К слову, ягоды малины и лист малины Нестерова закупает, в том числе в КФХ «Джус», входящем в кооператив.

Налажен сбыт переработки. Засушенное сырьё охотно покупают москвичи. А кроме того, как и хотела Светлана, попробовали сушить клубнику — ох и вкусная вещь получилась на выходе! Продукт сохраняет аромат, вкус, форму. Сушёную клубнику реализуют зимой.

## На хорошем счету

Все годы, что развивается органика на нашей воронежской земле, Светлана Николаевна Нестерова всегда была в числе самых уважаемых представителей этого направления, ведь она, по сути, начала заниматься им с 2013 г. Эта женщина — обязательный участник всех мероприятий, а также различных выставок и фестивалей.

Анна Горбачева, идейный вдохновитель и куратор всей воронежской органики, замначальника отдела развития растениеводства департамента АПК Воронежской области даёт высокую оценку трудам фермера:

— Со Светланой мы познакомились в рабочей обстановке, когда она, как и многие другие сельхозпроизводители, пришла к нам за консультацией по оказанию мер господдержки. С первого взгляда и первых слов было понятно, что передо мной прекрасная женщина с совершенно не поженски твёрдым характером и абсолютным чётким пониманием своих целей.

Дальше были многочисленные совещания, в том числе и у губернатора, командировки с целью ознакомления с системой органического сельского хозяйства, первый посев тыквы, регистрация первого в регионе органического кооператива, планы по открытию магазинов фермерской воронежской продукции.

Считаю, что, помогая фермерам реализовать свою продукцию, заботясь о земле и её плодородии, и глубокая вера в то, что люди должны кушать продукцию, выращенную на чистой земле, без пестицидов и агрохимикатов, хоть и требуются на то порой тройные усилия, делают старания Светланы ещё более ценными для жителей Воронежской области. Ясное понимание целей и любовь к своему труду обязательно помогут ей и «Биотории» добиться успеха на этом нелёгком, но очень благородном и благодарном пути!

Департамент аграрной политики готов в свою очередь оказывать поддержку и тиражировать



опыт Светланы и Александра Нестеровых на другие предприятия региона для создания инфраструктуры и дальнейшего развития отрасли.

### В ладу с собой, людьми и миром

Светлана Нестерова продолжает знакомить людей с органическим производством. Хозяйство проводит дегустации. В 2022 году к Светлане на практическое занятие приезжали дети, участники регионального конкурса на знание органики.

Уже несколько лет реализуется программа самосбора, тем самым желающие имеют возможность вдоволь наесться ягоды, приобрести её по цене в два раза ниже, а также воочию увидеть настоящее органическое поле и ознакомиться с технологиями.

Кроме всего этого супруги Нестеровы с радостью творят благие дела.

— По выходным наш хлеб ставляем в храм для нуждающихся, а также сушим из него сухари и отправляем на фронт участникам СВО, — рассказывает С. Нестерова.

Они угощают своей продукцией, просвещают и приучают население к здоровому питанию. Так, «Биотория» активно участвует во всех проектах, связанных с продвижением органики. К примеру, на праздник здорового образа жизни, в честь которого ребята из детсадов мастерят поделки, кооператив выступает спонсором. Уже более пяти лет хозяйство является спонсором марафона «Здоровье», проводимого в Лискинском районе. По доброй традиции победители получают продуктовые наборы.

К слову, энергичная фермер готовит масштабный проект, задумывается о создании Центра обучения с вегетарианством и площадкой для конференций. В настоящее время «Биотория» активно идёт по пути популяризации и внедрения для обычных людей, огородников, а также крупных и малых фермерских хозяйств органического земледелия.

Вместе с тем Светлана до сих пор сокрушается по поводу органического ликбеза, поднимает эти вопросы на каждом совещании в департаменте АПК, на уровне регионального правительства, доказывая актуальность продвижения органики и более активного информирования населения. Фермер участвует в просветительских программах на телевидении, где разъясняет отличие органики от интензива, рассказывая о самых обычных вещах.

Вывод, конечно, остаётся за самим потребителем, но очень хочется надеяться, что население проникнется идеей здорового питания и наши органики обретут своих последователей.

**Татьяна ГАРШИНА**

Союз органического земледелия  
Воронежская область  
<https://dzen.ru>



# Развитие рынка органической продукции в России

Производство органической продукции в России к 2030 году должно вырасти в 13 раз по сравнению с объёмами 2021 года — с 9,1 до 114,5 млрд рублей. Это цели Стратегии развития производства органической продукции в РФ до 2030 года, утверждённой Правительством РФ. Как реализовать поставленную задачу, расскажет директор Фонда «Органика» Вячеслав Федюнин.

— Вячеслав Валерьевич, в РФ утверждена стратегия развития органического производства до 2030 г. Насколько выполнимы поставленные цели?

— Поскольку документ утверждён Правительством РФ, то цели этой стратегии должны быть достигнуты. Конечно, выполнение во многом определится участниками рынка, то есть производителями, потребителями и органами власти. Ключевая роль отводится потребителям, которые делают выбор в пользу того или иного товара. Поэтому важна популяризация «органики» в обществе. Это во многом определяет действия бизнеса, что он делает для развития своего производства, увеличения объёмов продаж.

В различных документах звучит необходимость использовать механизм государственных и муниципальных закупок с целью введения органических продуктов в разные формы питания как в школах, так и в детских садах, в оздоровительных учреждениях и так далее.

Так, обычный омлет с помидорами черри вам обойдётся в 171 рубль, а это же блюдо из органических компонентов — 235 рублей. Да, дороже, но тем самым мы снижаем потребность в дальнейшем посещать аптеки и поликлиники, ведь лечение тоже стоит недёшево. Органическое питание должно войти в государственные бюджетные учреждения.

Это очень серьёзный мотиватор для рынка, потому что тогда мы понимаем, что спрос сформирован не хаотично, а уже системно в лице государственного или муниципального заказчика. На мой взгляд, это тоже фактор, который будет влиять на исполнение тех целевых значений, которые указаны в стратегии.

— В России существуют инструменты для оценки продажи «органики»?

— В нашей стране отсутствует инструментальный учёт и потребления органической продукции. В текущем году в плане реализации документа стоит задача по созданию статистического инструментария для объективного исследования процессов производства и потребления «органики». Но есть экспертные оценки (они заложены в основу стратегии) по динамике производства продукции, по объёмам потребления, по экспорту. Эти данные в стратегии указаны как базовые.

Так, экспертные оценки свидетельствуют, что в объёме общих продаж (онлайн- и офлайн-торговля) запросы на органическую продукцию составляют не более 1%.

— Кто же в нашей стране делает выбор в пользу «органики»?

— Сформировалась устойчивая потребительская группа. В неё входят в основном (до 70%) женщины в возрасте от 25 до 45 лет, находящиеся в периоде воспитания детей, они интересуются здоровым образом жизни. Отмечу, что в России основным мотивационным фактором является забота о своём здоровье и своих близких.

Остальные 30% — мужчины, которые также заинтересованы в здоровье. При этом за рубежом выбор «органики» определяется заботой об окружающей среде. Органическое сельское хозяйство действительно имеет низкий негативный след за счёт отсутствия или сведения к минимуму применения химических средств защиты растений, минеральных удоб-



рений, антибиотиков, гормонов роста.

— Может быть, потребители попросту не доверяют знаку «Органик» на отечественных продуктах?

— Этот знак утверждён государством, имеет цветовую и графическую систему представления, обеспечивает контроль качества со стороны аккредитованных, сертифицированных компаний. Вопрос доверия — это вопрос воспитания людей. В последние 30 лет к сертификации в нашей стране сложилось если не негативное, то посредственное отношение. Но сертификат не может появиться сам по себе. Качество продукции контролируется от семечка, от поля, от земельного участка, от того места, где обитают животные или появляется растительная культура, которые в будущем станут частью органического потребления. Ежегодный контроль. Если выявлены какие-либо недопустимые факты, то действие сертификата прекращается. Компания лишается права наносить знак «органики» на упаковку.

— Какие ещё способы подтверждения качества продукции может использовать потребитель?

— На упаковке товара присутствует QR-код, по которому каждый потребитель с помощью смартфона может перейти в реестр Министерства сельского хозяйства, сравнить, соответствует ли продукт с маркировкой тому, что заявлено. Система контроля, безусловно, присутствует.

Зачастую у потребителей доверия к российскому знаку «органики» больше, чем к иностранным

аналогам.

— Вячеслав Валерьевич, как соотносятся надписи и знаки «био», «эко», которые можно встретить на упаковках некоторых товаров?

— С сентября 2024 г. вступит в силу уже принятый и утверждённый закон, который обяжет всех производителей, которые наносят на свою упаковку такие надписи, проходить сертификацию в параметрах органической сертификации. Тогда эти понятия будут эквивалентны — «эко», «био», «органика». Сейчас они к «органике» могут не иметь никакого отношения.

— Фонд «Органика» занимается поддержкой производителей органической продукции в России. Работа по каким на-

правлениям сейчас проводится и каковы её результаты?

— Мы поддерживаем отечественных производителей в прохождении сертификации, берём на себя до 70% расходов на неё. Занимаемся продвижением органической продукции, популяризируем у населения, организуем экспозиции на специализированных выставках. Проводится обмен опытом, всевозможные стажировки как на отечественных, так и на зарубежных предприятиях. Все направления финансируются фондом.

— Где в нашей стране процветает все купить органические продукты?

— Российская Федерация среди бывших союзных республик является лидером по объёмам производства и ассортименту «органики». А в Белоруссии нарабатан отличный опыт по производству ягодных культур, на предприятиях этой страны мы проводим стажировки для наших специалистов.

В России производители «органики» в основном сконцентрированы в центрах активного потребления, таких как Москва и Московская область, Санкт-Петербург, Краснодарский край.

Сейчас торговля «органикой» активно ведётся онлайн, и все торговые сети могут позволить себе сформировать целые стенды с органическими товарами, как это делает, например, «Перекрёсток» со своей «Зелёной линией», и «Глобус». Магазины испытывают проблему в том, чтобы наполнить полку в систематическом формате. Хотя органические товары нередко рассеяны по торговым залам крупных супермаркетов. Важ-

но понимать, что производители «органики» зачастую привязаны к местности, а также активно поставляют овощи и фрукты в сезон.

В России очень много фермерских хозяйств, которые работают по принципам органического земледелия или животноводства, но они не сертифицируются, ведь, чтобы попасть со своими товарами на полку в торговую сеть, нужно соответствовать требованиям с точки зрения товарных запасов, своевременности наполнения. Объёмов часто не хватает, но российские производители представлены.

— Какие сложности сейчас есть у российских производителей «органики»?

— В российских регионах являются производителями, которые занимаются и ягодами, и овощами, и фруктами, и зерновыми, и чаем. Однако объёмы для рынка продолжают оставаться недостаточными. Отечественного сырья не хватает для производства конечной продукции, например, детских соков и пюре.

Вопрос переработки «органики» внутри страны сейчас ключевой. Тот, кто охватывает весь цикл — от производства сырья до выпуска готовой продукции, — тот выигрывает. Закупщики торговых сетей очень быстро реагируют на продукцию, имеющую российское происхождение.

— Рентабельно ли производить «органику» в России?

— Риски, которые возникают при производстве «органики», безусловно, снижают рентабельность относительно традиционного интензивного хозяйства. Но те, кто занимается «органикой» правильно, прибыль получают. «Органика» — это экстенсивное производство, которое развивается посредством вовлечения новых площадей, механической обработки, севооборота, то есть затратных и ресурсных вещей. Хотя за счёт неиспользования минеральных удобрений снижается себестоимость. Поэтому объёмы могут быть ниже, но рентабельность в «органике» может быть выше.

Хороший доход даёт переработка, выпуск конечного продукта. Это приносит максимальную добавочную стоимость и лежит в основе бизнес-успеха.

— Вячеслав Валерьевич, каков ваш прогноз о развитии в России рынка органических товаров?

— Рынок расцветёт, если «органику» начнут потреблять. Будут делать выбор в её пользу. Конечно, он не вырастет многократно. Но перспективы очень хорошие. Сейчас у отечественных производителей несколько путей для дальнейшего развития. Да, они хотят и могут производить сырьё на экспорт, но более полезно развивать внутренний рынок.

Мы надеемся на то, что вовлечённость государства, в том числе благодаря системе государственных и муниципальных закупок, позволит создать лучшие темпы развития рынка, и мы придём к тем объёмам, которые и заявлены в Стратегии развития органического производства до 2030 года.

# Мыслящие растения

Вековые дубы, сочная травка, свежие овощи — мы как-то не привыкли считать растения живыми существами, и совершенно зря. Эксперименты показывают, что растения обладают неким сложным аналогом нервной системы и точно так же, как и животные, способны принимать решения, хранить воспоминания, общаться и даже дарить друг другу подарки. На вопросы научного обозревателя Михаила Петрова ответил профессор Оквудского университета Александр ВОЛКОВ.

— Я никогда бы не подумал, что кто-то занимается электрофизиологией растений, пока не наткнулся на ваши статьи.

— Вы не одиноки. Широкая публика привыкла воспринимать растения как еду или элементы ландшафта, даже не понимая, что они живые. Когда-то я делал в Хельсинки доклад по электрофизиологии растений, и тогда коллеги очень удивились: «Раньше занимался серьёзной темой — несмешиваемыми жидкостями, а теперь какими-то фруктами, овощами». Но так было не всегда: первые книги по электрофизиологии растений были опубликованы ещё в XVIII веке, и тогда изучение животных и растений шло почти параллельными путями. К примеру, Дарвин был уверен, что корень — это своеобразный мозг, химический компьютер, обрабатывающий сигналы со всего растения. А потом наступила Первая мировая война и все ресурсы были брошены на изучение электрофизиологии животных, потому что людям нужны были новые лекарства.

— Это выглядит логичным: лабораторные мыши всё-таки гораздо ближе к людям, чем фиалки.

— В действительности различия между растениями и животными совсем не такие громадные, а в электрофизиологии они вообще минимальные. У растений есть почти полный аналог нейрона — проводящая ткань флоэма. У неё тот же самый состав, те же размеры и функции, что у нейронов. Единственное отличие, что у животных в нейронах для передачи потенциалов действия используются натриевый и калиевый ионные каналы, а в флоэме растений — хлоридный и калиевый. Вот и вся разница в нейрофизиологии. Немцы недавно нашли химические синапсы у растений, мы — электрические, и в целом у растений работают те же нейротрансмиттеры, что и у животных. Мне кажется, это даже логично: если бы я создавал мир, а я человек ленивый, я бы сделал всё одинаковым, чтобы всё было совместимо.

Мы не задумываемся об этом, но растения в своей жизни обрабатывают даже больше типов сигналов от внешней среды, чем люди или любые другие животные. Они реагируют на свет, тепло, гравитацию, солевой состав почвы, магнитное поле, различные патогены и гибко меняют своё поведение под действием полученной информации. К примеру, в лаборатории Стефано Манкузо (Stefano Mancuso) из Университета Флоренции проводили эксперименты с двумя вьющимися побегами фасоли. Учёные устанавливали между растениями общую опору, и побеги начинали напере-

торой я уже упомянул. Эти растения живут в районах с очень влажной почвой, в которую плохо проникает воздух, и, соответственно, в этой почве мало азота. Недостаток этого необходимого вещества мухоловки добирают, поедая насекомых и маленьких лягушек, которых они ловят с помощью электрической ловушки — двух лепестков, в каждый из которых встроено по три пьезомеханиче-

несёте горящую зажигалку или опустите растение в лёд — на любые раздражители растения реагируют с помощью электрических сигналов, которые управляют их ответами на изменившиеся условия внешней среды.

Растения не только умеют реагировать на внешнюю среду и, по-видимому, просчитывать свои действия, но ещё и завязывают между собой некоторые со-



гонки к ней тянуться. Но как только первое растение забиралось на опору, второе сразу будто признавало себя побеждённым и переставало расти в этом направлении. Оно понимало, что борьба за ресурсы бессмысленна и лучше искать счастье где-нибудь в другом месте.

— Растения не двигаются, медленно растут и вообще живут неторопливо. Кажется, что нервные импульсы у них должны распространяться тоже гораздо медленнее.

— Это заблуждение, которое долго бытовало в науке. В 70-х годах XIX века англичане померили, что потенциал действия у венериной мухоловки распространяется со скоростью 20 см в секунду, но это была ошибка. Они были биологами и совершенно не владели техникой электроизмерений: в своих экспериментах англичане использовали медленные вольтметры, которые регистрировали нервные импульсы даже медленнее, чем они распространялись, что совершенно недопустимо. Теперь мы знаем, что нервные импульсы могут бежать по растениям с самыми разными скоростями в зависимости от места возбуждения сигнала и от его природы. Максимальная скорость распространения потенциалов действия у растений сравнима с такими же показателями у животных, а время релаксации после прохождения потенциала действия может меняться от миллисекунд до нескольких секунд.

— Для чего растения используют эти нервные импульсы?

— Хрестоматийный пример — это венерина мухоловка, о ко-

гда насекомое садится на любой из лепестков и задевает своей лапкой эти рецепторы, в них генерируется потенциал действия. Если насекомое задевает механосенсор дважды в течение 30 секунд, то ловушка захлопывается за доли секунды. Мы проверяли работу этой системы — прикладывали к ловушке венериной мухоловки искусственный электрический сигнал, и всё работало точно так же — ловушка закрывалась. Потом мы повторили эти эксперименты с мимозой и другими растениями и те показали, что можно за счёт электрических сигналов заставлять растения открываться, закрываться, двигаться, нагибаться — в общем, делать всё, что угодно. При этом внешние возбуждения разной природы генерируют у растений потенциалы действия, которые могут различаться амплитудой, скоростью и продолжительностью.

— На что ещё могут реагировать растения?

— Если вы подстрижёте травку у себя на даче, то в корни растения сразу пойдут потенциалы действия. По ним запустится экспрессия некоторых генов, и на порезах активируется синтез перекиси водорода, защищающей растения от инфекции. Точно так же, если вы измените направление света, то первые 100 секунд растение никак не будет на это реагировать, для того чтобы отсечь вариант тени от птицы или животного, а потом снова пойдут электрические сигналы, по которым растение за секунды повернётся таким образом, чтобы максимально захватить световой поток. Всё то же самое будет, когда вы станете капать кипящей водой, под-

наблюдения немецкого лесничего Петера Воллебена показывают, что у деревьев бывает нечто вроде дружбы: деревья-партнёры переплетаются корнями и внимательно следят за тем, чтобы их кроны не мешали друг другу расти, в то время как случайные деревья, не питающие никаких особых чувств к своим соседям, всегда стараются захватить себе побольше жизненного пространства. При этом дружба может возникать и между деревьями разных видов. Так, в опытах того же Манкузо учёные наблюдали, как незадолго до смерти дугласия будто оставляет наследство: жёлтой сосне неподалеку от неё дерево посылало по корневой системе большое количество органических веществ.

— У растений есть память?

— У растений есть все те же виды памяти, что и у животных. Например, мы показали, что памятью обладает венерина мухоловка: чтобы ловушка сработала, на неё нужно отправить 10 ми-

крокулонов электричества, но, оказывается, это не обязательно делать за один сеанс. Можно сначала подать два микрокулона, потом ещё пять и так далее. Когда в сумме наберётся 10, растению покажется, что в него попало насекомое, и оно захлопнется. Единственное, что между сеансами нельзя делать перерывы больше, чем в 40 секунд, иначе счётчик обнулится — получается такая краткосрочная память. А долгосрочную память растений увидеть ещё проще: например, у нас одной весной на 30 апреля ударили заморозки, и буквально за одну ночь на инжирном дереве помёрзли все цветы, а в следующем году оно уже не расцветало до первого мая, потому что помнило, чем это закончилось. Похожих наблюдений физиологами растений было сделано немало за последние 50 лет.

— Где хранится память растений?

— Однажды я встретил на конференции на Канарских островах Леона Чуа, который в своё время предсказал существование мемристоров — сопротивлений с памятью о прошедшем токе. Мы разговорились: Чуа почти ничего не знал об ионных каналах и электрофизиологии растений, я — о мемристорах. В результате он попросил, чтобы я попробовал поискать мемристоры in vivo, потому что, по его расчётам, они должны быть сопряжены с памятью, но до сих пор в живых существах их никто не находил. У нас же всё получилось: мы показали, что потенциал-зависимые калиевые каналы алоэ вера, мимозы и той же венериной мухоловки — это по природе своей мемристоры, а в следующих работах мемристивные свойства нашли в яблоках, картофеле, семенах тыквы, разных цветах. Вполне возможно, что память растений завязана именно на этих мемристорах, но точно пока это неизвестно.

— Растения умеют принимать решения, обладают памятью. Следующий шаг — социальные взаимодействия. Могут ли растения общаться друг с другом?

— Знаете, в фильме «Аватар» есть такой эпизод, где деревья общаются между собой под землёй. Это не фантазия, как можно подумать, а установленный факт. Когда я жил в СССР, мы часто ходили за грибами и все знали, что гриб надо аккуратно срезать ножичком, чтобы не повредить грибницу. Теперь выясняется, что грибница — это электрический кабель, по которому деревья могут общаться как между собой, так и с грибами. Более того, есть множество свидетельств, что по грибнице деревья обмениваются не только электрическими сигналами





ми, но ещё и химическими соединениями или даже опасными вирусами и бактериями.

— **А что вы скажете по поводу мифа о том, что растения понимают человеческую речь, и поэтому с ними надо говорить ласково и спокойно, чтобы они лучше росли?**

— Это только миф, больше ничего.

— **Можем ли мы применять к растениям термины «боль», «мысли», «сознание»?**

— Об этом я ничего не знаю. Темой сигналов в растениях сейчас начинают заниматься. Но я привык говорить о том, что могу экспериментально проверить или рассчитать.

Растения умеют координировать свои действия с помощью разветвлённых сетей. Так, акация, произрастающая в африканской саванне, не только выделяет в свои листья токсическое вещество, когда её начинают есть жирафы, но ещё и испускает летучий «тревожный газ», передающий сигнал бедствия окружающим растениям. В результате жирафам в поисках пищи приходится перемещаться не к ближайшим деревьям, а отходить от них в среднем на 350 м. Сегодня учёные мечтают использовать подобные отлаженные природой сети живых сенсоров для экологического мониторинга и других задач.

— **Вы пробовали использовать на практике ваши исследования по электрофизиологии растений?**

— У меня есть патенты по предсказанию и регистрации землетрясений с помощью растений. В преддверии землетрясений (в разных частях света временной интервал меняется от двух до семи суток) движение земной коры вызывает характерные электромагнитные поля. В своё время японцы предлагали их фиксировать с помощью гигантских антенн — железок высотой два километра, но никто такие антенны так и не смог построить, да это и не нужно. Растения настолько чувствительны к электромагнитным полям, что могут предсказывать землетрясения лучше любых антенн. Например, мы использовали для этих целей алоэ веру — подключали к её листьям хлорсеребряные электроды, снимали электрическую активность, обрабатывали данные.

— **Звучит абсолютно фантастически. Почему эта система до сих пор не внедрена в практику?**

— Здесь возникла неожиданная проблема. Смотрите: допустим, вы мэр Сан-Франциско и узнаете, что через два дня будет землетрясение. Что вы будете делать? Если вы сообщите об этом людям, то в результате паники и давки может погибнуть или получить травмы даже больше людей, чем при землетрясении. Из-за таких ограничений я даже публично в открытой печати не могу обсуждать результаты наших работ. В любом случае, я думаю, рано или поздно у нас будут самые разные системы мониторинга, работающие на растениях-сенсорах. Например, мы в одной своей работе показали, что с помощью анализа электрофизиологических сигналов можно создать систему мгновенной диагностики различных заболеваний сельскохозяйственных растений.

<https://dzen.ru>

# Вот так ячмень!

Ячмень считается самой древней культурой, возделыванием которой занимается человечество. Благодаря пользе для организма человека ячмень использовался древними лекарями, о чём свидетельствуют археологические находки на территориях, принадлежащих Древнему Риму, Иордании, Египту.

Сегодня посевные площади ячменя занимают четвёртое место в мире после пшеницы, кукурузы и риса. Короткий вегетационный период, нетребовательность растения к составу почвы, способность противостоять засухе и морозам позволяют выращивать культуру даже в северных регионах.

## Полезные свойства ячменя

- Регулирует работу пищеварительного тракта, так как содержит 10% растительного белка, усваиваемый полностью организмом. Зерно злака включает в себя 5–6% клетчатки — важной составляющей для нормального функционирования кишечника. Диетологи утверждают, что употребление блюд из ячменя помогают человеку чувствовать себя лучше и жить намного дольше. Не зря в Древнем Риме кашу из ячменя считали блюдом гладиаторов.

- Помогает поддерживать стабильный вес тела благодаря наличию в них пищевых волокон, активных ферментов и аминокислот, препятствуют процессу повышения пиков сахара в крови, что способствует снижению накопления жира. В ячмене насчитывается меньше калорий.

- Уменьшает проявления симптомов артрита. Ячмень содержит медь, способствующую процессу регенерации клеток организма, а также участвует в синтезе коллагена, без которого невозможен процесс построения скелетных костей. Людям, страдающим артритом и остеопорозом, употребление блюд из ячменя поможет

избавиться от ломкости костей и снимет риск возникновения остеопороза.

- Профилактика рака толстой кишки. В составе ячменя есть фенольные соединения — линганы, обладающие противоопухолевой активностью и способные противостоять развитию в организме раковых образований. Установлено, что люди, включающие постоянно в рацион питания ячмень и другие злаки, менее подвержены заболеваниям рака простаты, молочной железы и рака толстой кишки.

- Польза при желчекаменной болезни. Ячменные зёрна, наполненные нерастворимой клетчаткой, помогают уменьшить желчно-кислотную секрецию и позволяют снизить риск образования в желчном пузыре камней.

- Противовоспалительные качества. Широкий перечень активных биологических веществ, ферментов и витаминов: медь, железо, калий, кальций, магний, йод, медь, витамины группы B, PP, D.

Горсть злаков залить водой, чтобы покрыть семена, дать настояться 3–4 часа, после чего довести до кипения. После остудить, процедить через сито и принимать 2–3 столовые ложки. При желании можно добавить в отвар немного мёда и несколько капель сока лимона. Такое средство окажется полезным при кожных заболеваниях: экземе, псориазе и пиодермии. Используют его и для лечения грибковых поражений на коже.

- Для эндокринной системы употребление блюд из ячменя способствует нормализации уровня инсулина в крови и ускорит выведение глюкозы.

- Укрепляет иммунные силы организма. Зёрна ячменя поддерживают «дружественную» микрофлору кишечника, оказывая поддержку иммунным силам организма. В злаках витамина С в два раза больше, чем в апельсине, это укрепляет защитные силы, снижает вероятность заражения гриппом и простудой. Наличие железа предотвращает развитие состо-



яний анемии, малокровия и истощения.

- Польза для женского организма. Ячмень благотворно влияет на здоровье женщин предклимактерического периода. Высокие показатели витамина E положительно сказываются на поддержании здорового состояния кожи женщин, а также волос и ногтей. Косметологи рекомендуют женщинам использовать при кожных воспалениях ванны с добавлением ячменного отвара.

- Помощь при детской астме. Настои и отвары из ячменной крупы являются эффективным средством против астматических приступов у детей. Сочетание витаминов С и E способствует нормализации деятельности дыхательной системы и снижает распространение хрипов.

## Ячменный плов с овощами

На ночь (12 ч.) замочить в питьевой воде зерно ячменя.

На дно кастрюльки уложить натёртую морковь, нарезанные репчатый лук и лук порей, поверх выложить ячмень и залить питьевой водой, на 1 см превышающий уровень зерна.

Довести до кипения и варить около 20 мин. на медленном огне, с закрытой крышкой.

За 5 мин. до готовности добавить 2–3 дольки измельчённого чеснока, горсть свежей кинзы, горсть укропа, 1 ч. л. карри, соль и перец по вкусу.

Сняв с плиты, добавить масло

(сыродавленное горчичное или подсолнечное).

## Метод применения ячменя при посадке саженцев деревьев

Под каждое деревце выкапывают лунки диаметром примерно 1х1 м, а глубиной 50–80 см.

На дно каждой лунки густо высеивается ячмень и присыпается землёй примерно 10 см. Поверх укладывается слой компоста или гумуса толщиной 10 см, далее засыпается землёй 10 см. Обязательно каждый слой нужно пролить водой.

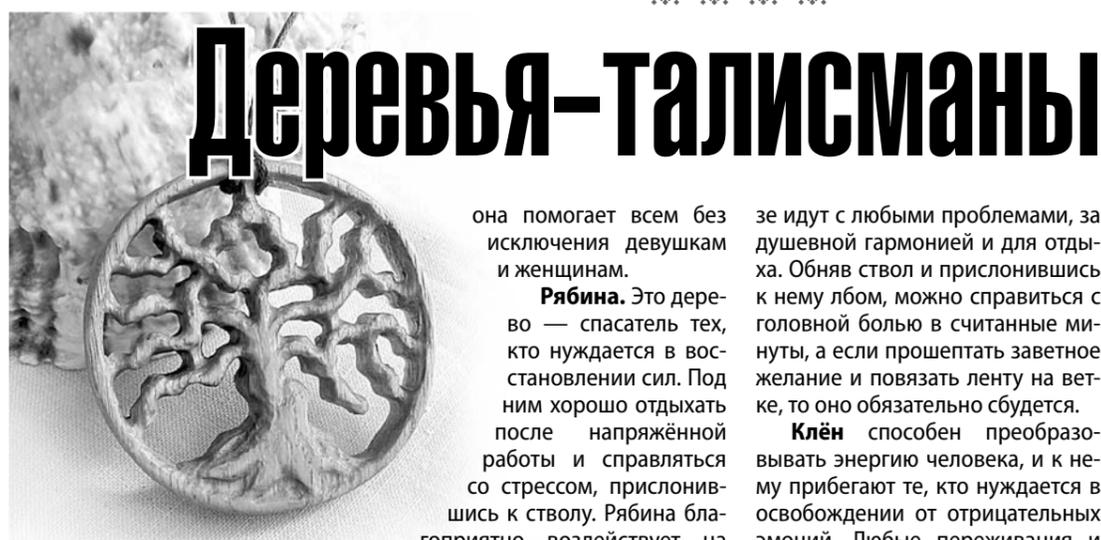
Корни саженцев обмакнуть в глиняную болтушку, поставить в лунки (соблюдая отметки север-юг, если таковые определяются и чтобы привой был немного выше уровня земли окончательного) и засыпать землёй, перемешанной с гумусом.

Постепенно поливая водой, слегка потряхивать деревце, потом, присыпав ещё землёй, слегка притоптать землю.

Ячмень начнёт прорастать, а вылезти-то из земли не может и крутится в почве, разрыхляя тем самым землю, в конце концов превращается в удобрение. Землица в лунке под деревом становится мягкой, пушистой, водо- и воздухопроницаемой. Такой ячменной заготовки под деревьями хватает на 5–6 лет.

**ЭкоЛавка «Сказочное здоровье»**  
г. Москва

<https://slavradio.org>



# Деревья-талисманы

она помогает всем без исключения девушкам и женщинам.

**Рябина.** Это дерево — спасатель тех, кто нуждается в восстановлении сил. Под ним хорошо отдыхать после напряжённой работы и справляться со стрессом, прислонившись к стволу. Рябина благоприятно воздействует на тех, кто страдает от стрессов, перепадов настроения и нуждается в приобретении душевного равновесия.

**Дуб** помогает обрести крепкое здоровье, мыслить ясно и набраться сил для решительного рывка вперёд. Общение с таким деревом улучшает настроение и помогает трезво оценивать ситуацию. Чем старше дуб, тем мощнее его энергетика.

**Берёза.** Это дерево-врач целилось во все времена. К берё-

зе идут с любыми проблемами, за душевной гармонией и для отдыха. Обняв ствол и прислонившись к нему лбом, можно справиться с головной болью в считанные минуты, а если прошептать заветное желание и повязать ленту на ветке, то оно обязательно сбудется.

**Клён** способен преобразовывать энергию человека, и к нему прибегают те, кто нуждается в освобождении от отрицательных эмоций. Любые переживания и злость можно доверить клёну, обняв его, мысленно или вслух проговорив всё, что накопилось.

**Сосна.** Целебное дерево наделено силами и быстро восстанавливает иммунную систему. Обнимаясь с соснами полезно тем, кто страдает от сердечно-сосудистых заболеваний, склонен к простудам и раздражительности.

**Ель.** Свойства этого дерева уникальны. Ель может забрать переживания, успокоить и снять напряжение. Достаточно просто по-

сидеть под разложившимися лапами дерева, прислонившись к стволу, чтобы нормализовать энергию и восстановить силы. Ель поможет и в том случае, если есть нарушения сна.

**Тополь.** Свойства этого дерева распространяются на снятие негатива, включая взгляд с наговором. Тополь, как и осина, помогает справиться с зубной болью и мышечными спазмами.

**Ива.** Ещё одно женское дерево, которое оберегает энергетику. Благодаря общению с ивами женщинам проще расстаться с переживаниями, заполучить уверенность в себе и сохранить привлекательность. Вербены развивают интуицию, которая помогает вовремя предвкусывать неприятности и обходить их стороной.

К дереву становятся лицом, здороваются и просят помощи. Делать это можно мысленно, протянув руки к стволу. Почувствовав отклик, что может проявляться в тепле, идущем от ствола, или в уверенности, что всё идёт как надо, дерево обнимают и прислоняются к нему лбом. После сеанса дерево благодарят за помощь.

Ирина ТОМКОВИЧ

**М**ежду приверженцами органических методов и любителями применять минеральные удобрения зачастую идут непримиримые споры. Аргументы просты: навоз и другая органика не каждому доступны, да и на одной органике достойный урожай не вырастить; и наоборот — на одной минералке качественную продукцию не получить, теряется сам смысл занятия огородничеством на своей земле.

Последние лет семь я провожу опыты, стремясь к примирению этих крайних позиций. И мне кажется, у себя в саду, используя в основном органические методы, я научился получать высокие урожаи с достойным качеством. Минеральные удобрения стал применять локально, ведь современные высококачественные долгоиграющие препараты не нарушают экологию моих почв. К примеру, у штамбовых роз закапываю палочки удобрения «Агрикола» для цветов.

### Теория, практика и... здоровый смысл

Задумывались ли вы над вопросом, что лучше для растений и для почвы: когда вносят удобрения по всей площади корней или локально, в лунку, понемногу под каждое растение? Подавляющее большинство простых садоводов и учёных-агрономов ответят, что кучками минеральные концентрированные удобрения в почву не вносят: они, мол, сжигают корни. Привычнее применять минеральные соли в малой концентрации, распределяя их по всей площади корней.

За последние пять лет я поставил много опытов по локальным подкормкам в своём саду и убедился: растения легко адаптируются к высоким концентрациям солей в почве и способны образовывать особые высокосолевые корни. Мои романтические розы и пионы любят локальные подкормки и полив азрированным компостным чаем (АКЧ).

Оказывается, многие учёные и производственники знают метод локальных подкормок, используют этот метод давно и успешно. Есть серьёзные монографии, масса новейших диссертаций по локальному использованию удобрений. В магазинах, особенно зарубежных, некоторые удобрения так и называются — палочки и таблетки длительного действия для локального внесения. Многие из вас о них слышали и применяли (например, алионы, палочки «Агрикола»), не понимая, почему всё это так хорошо действует.

Обратимся вначале к нашему опыту и здравому смыслу. Все бывали в лесу. Масса дерева составляет тонны, корни уходят на несколько метров вглубь в поисках воды. Но основные элементы питания для формирования всей этой массы древесины растению берёт из тончайшего верхнего слоя органики, пронизанного всасывающими корешками.

Все видели здоровые и высокие деревья, которые растут на старых кладбищах; тянут свои корни к деревенской выгребной яме, под тепличные грядки, под компостные кучи; пробивают корнями канализационные трубы.

Такая «локальность питания» всем понятна и естественна. Но большинство садоводов делают по-другому: при посадке деревьев в саду копают большие ямы и заполняют их органикой, равномерно пересыпая комплексными минеральными удобрениями. За-



# Локальные подкормки растений долгоиграющими удобрениями

чем? Так делают все соседи, ведь считается, что надо обеспечить питанием весь объём корней!

### Почвенная жизнь

Углубимся в почву, посмотрим что, там происходит.

Дождевые черви проделывают ходы и откладывают в них гранулы копролитов. Это десятки тонн ценнейшей готовой пищи для корней. Естественно, корни научились охотиться за такими «локальными подкормками», оплетая их своими ворсинками.

Останки растений и животных распределены в почве неравномерно, а сосредоточены в отдельных микроочагах из песка и глины, покрытых плёнкой из гумуса. Микробные сообщества минерализуют органику, создавая локальные концентрации солей.

Кроме того, концентрация веществ постоянно меняется: после дождя состав солей один; настала засуха — концентрация выросла в десятки раз. И растения научились извлекать максимум пользы из этого хаоса. Эволюция, конкуренция, отбор научили корни быть «умными и подвижными». Коровья лепёшка на лугу долго не лежит — едоков много, но мелкие корешки от ближайших растений при достатке влаги успевают прорасти в неё.

Хорошая почва — это совокупность множества шероховатых гранул, пронизанных порами, омываемых почвенным раствором, протекающим по капиллярам. Неравномерность распределения доступного питания в природе естественна для корней растений в малом и большом объёме почвы. Но привыкнув к «общественному мнению», будто любые удобрения надо распределять равномерно и везде, мы как-то не задумываемся, что в природе всё устроено иначе.

### «Высокосолевыми корнями» — что это?

В природе рост корней в сторону сконцентрированных в почве питательных веществ — обычное, естественное явление. Но когда корни находят высокие концентрации солей, не приведёт ли это к гибели корней? Что такое «высокосолевыми корнями»? Могут ли растения их образовывать?

Эту тему фундаментально исследовал уфимский учёный, доктор биологических наук В.К. Трапезников. Он доказал: корни ищут минеральные элементы с помощью хемотаксиса. Найдя концентрат, новые корешки физиологически перестраиваются, становятся высокосолевыми: образуют массу мельчайших разветвлений, способных поглощать высокие концентрации солей.

Корни эволюционно научились потреблять большие концентрации солей — так им быстрее, удобней, энергетически выгодней. Не надо тратить энергию на отрицание множества корешков для поиска и всасывания малых доз элементов питания. Раз в природе встречаются вкрапления питательных веществ и солей, растению проще сформировать корни с другими клетками, с другими вакуолями и митохондриями — корни, которые способны всасывать концентрированные растворы таких солей.

Если вы внесёте «минералку» к имеющимся в почве корням, они погибнут вместе с ризосферой. Но когда вы в лунку в саду внесите горсть современных, медленно растворяющихся (долгоиграющих) минеральных удобрений, то они, медленно растворяясь, распределяются по почве, создавая градиент концентраций.

Корни, постепенно подрастая к растворам солей, начинают формировать высокосолевыми прядь — ответвления с особыми возможностями, позволяющими всасывать растворы разных концентраций солей. Это и есть «высокосолевыми корнями».

### Как применить эти знания на практике

Расскажу подробнее о своём опыте. За многие годы занятия садоводством, приобретая опыт и знания, всё более отходил от минеральных подкормок и переходил на органические методы. Я понимал, что любая «минералка», внесённая в почву вразброс в саду и на грядке, увеличивает урожай на первое время, но в отдалённой перспективе угнетает микроорганизмы и ухудшает почвенное плодородие.

И вдруг меня осенило. Решение очень простое: эти две непримиримые технологии можно сое-

динить, если применять локальные внесения как минеральных удобрений, так и органики тоже. Вносить их локально и отдельно. Попробую на примерах объяснить замечательное свойство локальных подкормок.

Как чаще всего бывает...

У вас органический сад или грядка. Гумуса много. Вы посадили картофель или рассаду томатов. Растение не сразу формирует ризосферу, не сразу вступит в симбиоз с микоризой. Нужна энергия, чтобы корни начали выделять секреты. Питание, поступающее из листьев, перераспределяется в пользу корней. Значит, в этот период не будут расти ветви с листьями и цветами — на всё запасы питания не хватит.

В почве весной эффективных почвенных сапрофитов тоже мало. Нет азота, нет тепла, не сформированы пищевые цепочки.

Садовод начинает увлекаться подкормками азотом. Растение тут же даёт рост листьям в ущерб корням, резко угнетаются почвенные азотфиксаторы. Мы качнули растение в одну сторону своим действием — и вызвали серию последующих волн дисбалансов. Спровоцировали ненужные стрессы.

А я научился делать иначе.

На грядки с картофелем и томатами вношу комплексные удобрения локально, в 5 см от стволика, на глубину 7–10 см. Корни очень быстро находят «локальные подкормки», адаптируются к ним и потребляют нужные минералы в нужных количествах. Корни способны потреблять азот, фосфор и калий отдельно, если они сами находят «залежи» этих солей, а не мы «делаем капельницы» и кормим весь объём корней.

Всё это и доказал учёный Трапезников. Он выяснил: независимо от положения высокосолевыми пряди, питание от неё поставляется всему растению. В норме разные корни заняты поиском и поглощением разных веществ. Если одна прядь корней нашла много питания, то силы и рост остальных направляются на добычу влаги или других элементов.

Найдя концентрированное питание, растение может решать и выбирать, сколько и когда из него взять. Эта свобода выбора исключительно важна для нормальной саморегуляции растительного организма. Смешав почву с

«минералкой» или пролив раствором удобрений, мы делаем растение заложником наших агрохимических измышлений. Тогда оно вынуждено поглощать удобрения, как человек на капельнице, и терять иммунитет, разрыхлять ткани, наращивать лишнее тело, ломать цикл развития.

### В чём плюс?

Многими производственными опытами доказано: локальное удобрение более физиологично, экономично, экологически безопасно и повышает урожай на 20–40%. Такие удобрения намного меньше связываются почвой и вымываются, дольше сохраняются и потому эффективнее усваиваются. Если уж вносить удобрения, то в лунки или борозды в 20–30 см

от растений. Дозу при этом можно снижать на треть или в половину.

- При локальных подкормках корни и листья растут одновременно, сбалансировано, без волн и стрессов.

- Почвенные микроорганизмы на большой площади не угнетаются «избыточной химией».

- И главное — высокосолевыми корнями, потребляя дефицитный азот, отрачивают крупные листья и большой объём обычных всасывающих корней и начинают всей массой этих корней выделять секреты и формировать ризосферу.

Итак, самое важное свойство локальных подкормок — стимуляция секреции углеводов у всех остальных корней и усиление их всасывающей способности. Это не мой вымысел, это доказано учёными в экспериментах.

Познав и научившись применять этот главный секрет на практике, конкретно в своих условиях, на своих растениях, вы сможете творить чудеса в саду, а главное — не нарушая его экосистему, подавая на свой стол продукты, полезные для здоровья. Мы, например, свои экологически чистые огурцы и томаты едим с июня.

Локальные подкормки долгоиграющими удобрениями в сочетании с опытом использования АКЧ и мульчированием гря-





док слаборазложившейся органикой позволили мне перевести экологию моего сада на новый, более высокий уровень.

### Практика локальных подкормок на примере выращивания томатов

Томаты все любят. Их выращиваем ради удовольствия, коллекционирования, экспериментов, повода пообщаться с соседями. Труда и затрат на удобрения не жалко.

Основная проблема начинающих — перекорм томатов азотом, что затягивает цветение, даёт бурный рост пасынков и «вечнозелёные помидоры». На чистой органике, без подкормок фосфором, калием, магнием и кальцием это бывает почти всегда.

Я всегда имею в запасе максимально безвредные минеральные удобрения для подкормок. Это кальциевая селитра, калимаг, аммофос. И долгоиграющие комплексные удобрения с набором солей — конкретно под разные культуры (для цветов, для огурцов, для томатов, для хвойников). Они продаются в виде палочек, но дешевле и надёжней использовать шарики ОМУ с набором солей под разные культуры.

Почва у дома на грядках у меня, естественно, окультуренная. Лопаты не знает много лет. Органику вношу много всякой, в основном — навоз. Обычно осенью все свободные площади мульчирую доступным навозом. Не жалею, что вымоется и потеряет азот — почвенный комплекс основные соли перехватит.

Разбиваю площадь (типа по Миттлайдеру): две строчки томатов и широкое, до 80 см, междурядье. Понимая, что рядом с томатами много компоста не положишь, делаю неглубокие канавки по центру междурядья и в них сыплю компост — примерно до одного ведра на погонный метр.

Канавка отстоит в пределах 40–50 см от рассады, и когда корни к подойдут навозу, он для них будет считаться внесённым локально, уже переработанным, и они возьмут не только азот, а всё то, что им нужно.

После высадки рассады рядом с каждым кустом, отступая 5 см, делаю лунку и вношу по 1 столовой ложке помидорного ОМУ. Фосфор и калий в таких локальных подкормках преобладает над азотом, а без этого коренастый куст с ранним цветением не получить.

Все рядки с томатами после посадки у меня мульчируются (обычно старым полуперепревшим навозом, в котором более половины составляют опилки или солома).

С началом налива плодов по листве определяю визуально, нужно ли профилактически внести калий и магний в виде внекорневых подкормок. Иногда «Калимаг» вношу в бороздку рядом с корнями.

Если бы я делал подкормки растворами солей, поливая ими почву и растение или рассыпая равномерно по почве и прикапывая их, я бы угнетал почвенную биоту, быстро бы насытил почвенный комплекс избытком фосфорных удобрений и часть микроэлементов необратимо связал, а часть вымыл бы в подпочву.

Делая всё по старинке, я бы нарушил связь растений с микроорганизмами через корневые выделения и лишил бы свои растения гормонов и витаминов ризосферных микроорганизмов. И были бы мои томаты без вкуса и без запаха, какими они бывают из «ту-

реко-китайского» супермаркета.

Благодаря локальному внесению долгоиграющих удобрений и регулярному опрыскиванию грядок АКЧ, я на томаты не жалею, потому что они питаются не прямой «химией», а солями, прошедшими через цитоплазму многих цепочек бактерий, и непосредственно аминокислотами и витаминами из выделений этих бактерий. В теплице при локальных подкормках мы видим здоровый лист и ниже созревшие кисти.

### А что с другими культурами?..

Вы готовите грядки под овощи — капусту, свёклу, морковь, лук. Встаёт вопрос: а нужно ли на такие грядки дополнительно вносить минеральные удобрения? И если нужно, то как?

Всё зависит от ваших целей и приоритетов (урожай или качество?) и плодородия почвы на ваших грядках.

На моих старых и структурных почвах, на которые по много лет вношу органику, не копаю, которые я не «насилую минералкой ради высоких урожаев», минеральные удобрения не вношу и необходимости в них не вижу. Тем более, я соблюдаю севооборот, под огурцы кладу органику побольше, и на этих грядках затем вырастает великолепный лук и чеснок. После картофеля и томатов хорошо растут свёкла и капуста.

Но если почва новая, с низким содержанием гумуса, с не сложившейся ещё экосистемой, я советую применять и под овощи тоже локальные минеральные подкормки. Зайдите в садоводческий магазин, где продаются комплексные удобрения, посмотрите их состав. Вы увидите, что, например, для капусты соотношение такое: азот-фосфор-калий = 22–10–16. А для редиса чуть отличается: 20–10–8. Для свёклы и моркови будет уже 18–16–18.

Подбирайте пакетик, подходящий вам по соотношению минералов. И лучше не дешёвую смесь с суперфосфатом, а ОМУ. И вносите эти долгоиграющие гранулы в бороздку между рядками с посаженными семенами на глубину около 5 см. Количество необходимой «минералки» всегда указано на пакете и в справочниках.

Таким образом, рядковое внесение минеральных комплексных удобрений, особенно качественных ОМУ, всегда лучше для корней и почвенной биоты, чем просто посыпать эти удобрения на почву и перемешать или регулярно поливать растения растворами таких удобрений.

Чем больше у вас внесено компоста, тем меньше надо минеральных удобрений. Фосфор часто совсем не нужен на богатой гумусом почве. И не верьте тем, кто утверждает, будто «минералка» и компост несовместимы. Малые дозы минеральных солей, внесённые локально, реального вреда почве не приносят. Появится в грядке перегной, сформируется биота — тогда и «минералку» будете использовать всё меньше, только для коррекции питания капризных культур.

И будет вот так, к примеру, как у нас: первые кисти съедены, но в июле завязалось по 6–7 кистей — и до октября едим свои томаты.

**Геннадий РАСПОПОВ**  
Новгородская область,  
г. Боровичи  
<https://7dach.ru>

# Компостный чай своими руками

Жидкий компост, который нередко называют компостным чаем, давно уже используется в качестве удобрения многими западными фермерами, но у нас о такой подкормке знают лишь некоторые огородники. А зря. Разберёмся, что такое компостный чай для растений и как приготовить его домашних условиях.

### Что такое компостный чай

Это удобрение представляет собой особую жидкость, которую получают путём извлечения из компоста полезных микроорганизмов. Осуществляется такой процесс с помощью брожения.

В состав компостного чая входят не только полезные микроорганизмы, но и различные питательные вещества, которые тоже извлекают из компоста.

Используют это жидкое удобрение для улучшения качественных характеристик сельскохозяйственных культур, а также для многократного увеличения урожая и обогащения почвы.

Готовится жидкое удобрение из воды и зрелого компоста, процесс его приготовления не слишком прост. Существует два способа приготовления этого удобрения: с воздухом насыщением и без него.

Тот способ, при котором компостный чай нужно насыщать воздухом, считается самым эффективным, а также полезным для различных представителей микрофлоры и почвы.

### Приготовление АКЧ

Для приготовления АКЧ (аэрированного компостного чая) в обычной банке настаивают банановую кожуру или отваривают овощные очистки (картофеля, моркови), а после остывания добавляют в питательный раствор полстакана «живого» компоста и ложку патоки или старого варенья.

В раствор опускают компрессор от аквариума и аэрируют взвесь в течение 18–24 часов. Насыщение кислородом способствует моментальному размножению микробов в миллионы раз. Компрессор для этого подойдёт самый дешёвый, можно сказать примитивный.

Использовать раствор нужно как можно быстрее, так как через полчаса после отключения подачи воздуха аэробные бактерии

для прикорневого полива и опрыскивания;

- универсальность;
- богатый состав.

Кроме того, компостный чай усиливает рост растений и способствует появлению качественных плодов, улучшает внешний вид растений, укрепляет листья, повышает сопротивляемость всех культур к грибку.

Следует отметить и то, что почва, в которую было введено это удобрение, намного лучше удерживает воду, благодаря чему снижается потребность в обильных и частых поливах.

Жидкий компост улучшает структуру глинистой почвы и питает её, а также разрыхляет, обеспечивает лучший доступ воды и воздуха.

Если жидкое удобрение распыляется непосредственно на растение, то все полезные вещества попадают и на листья. В этом случае средство будет действовать не только в качестве подкормки, но и как фунгицид с инсектицидом.

Немногие знают о том, что такое жидкое удобрение нейтрализует агрессивное воздействие химических препаратов на те полезные микроорганизмы, которые находятся в почве. В то же время это органическое удобрение очищает почву от различных токсинов и вредных веществ.

Достоинство компостного чая заключается в том, что его состав можно варьировать в зависимости от потребностей определённых растений, а также от тех целей, которые ставит перед собой огородник.

задохнутся. Воду надо применять нехлорированную или отстоявшуюся, зимой можно заранее растопить снежок с улицы, также подойдёт и дождевая вода.

Если своего компоста нет, можно купить ферментированный конский компост в садовом магазине и экономно заваривать микробов для подпитки растений — эффект наверняка будет такой же.

В жидком удобрении прекрасно размножаются самые полезные микроорганизмы, которые не только напитывают почву, но и в несколько раз улучшают рост и развитие растений.

Такое компостное удобрение является универсальным, так как его можно использовать практически для всех сельскохозяйственных растений.

### Полезные свойства и достоинства

Это удобрение повышает иммунитет растений, защищает культуру от различных болезней и всевозможных паразитов.

Но компостный чай обладает и другими полезными свойствами, среди которых хотелось бы отметить:

- высокую эффективность;
- возможность использования

<https://ekosad-vsem.ru>





Гильдией в пермакультуре называют группу растений, которая поддерживает центральный элемент — например, фруктовое дерево — для увеличения урожая и максимального использования пространства. Такая система требует меньше ухода, а также улучшает биоразнообразие. Посмотрим, что с чем сажать в пермакультуре на примерах.

**Гильдии — это взаимосвязанные мини-экосистемы**

Понимание пользы гильдий пришло благодаря наблюдению за тем, как в естественных условиях определённые растения группируются вместе, демонстрируя, что их близость взаимовыгодна. Концепция создания гильдий ещё относительно нова, и многие из ранних экспериментов всё ещё продолжаются.

Однако гильдии могут предоставить своего рода ориентир для создания взаимосвязанных экосистем в наших садах, что может снизить нагрузку на человека и повысить урожайность.

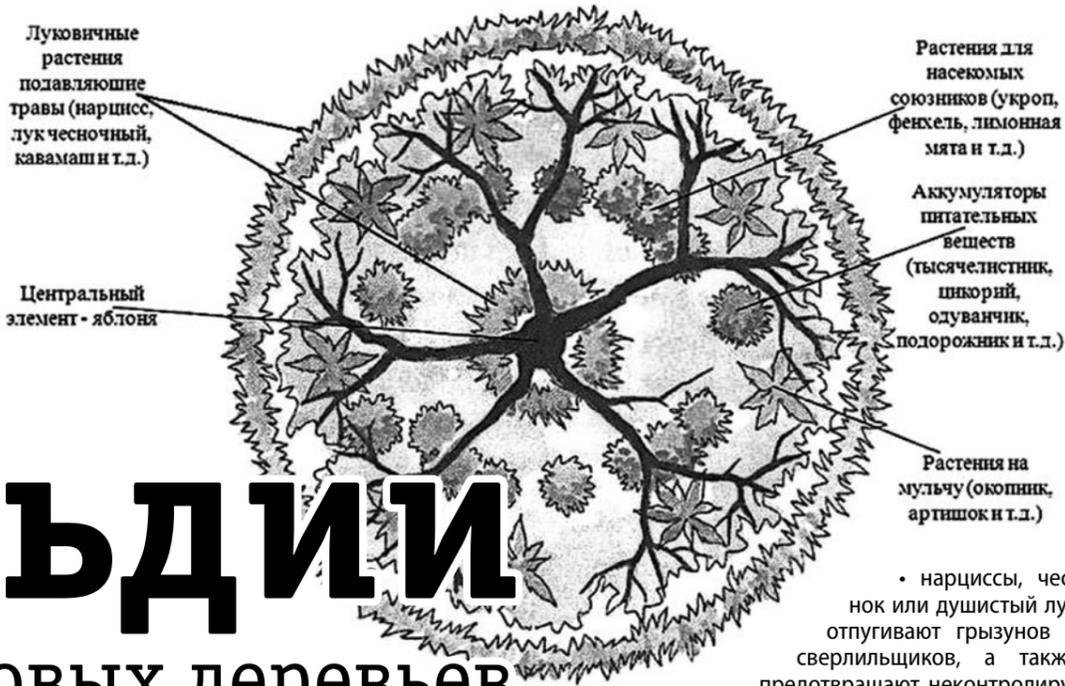
Обычно гильдии состоят из центрального элемента, такого как фруктовое дерево, и полезных и многофункциональных растений, которые естественным образом могут расти вместе. Например, под фруктовом деревом можно посадить растения, которые будут удобрять почву, отпугивать вредителей, привлекать полезных насекомых, создавать мульчу и подавлять сорняки.

Посадка гильдии потребует больше усилий, чем просто одиночного дерева, и понадобится чуть больше вложений из-за дополнительных растений. Но в конечном итоге гильдия станет более устойчивой и продуктивной системой.

Как именно вы устроите гильдию, зависит от пространства, которым располагаете. На большом

участке можно создать большую гильдию под мощным, 20-метровым ореховым деревом, а при меньшей доступной территории центральный элемент будет менее крупным, например, это может быть карликовое фруктовое дерево или ягодный куст.

Перед тем как приступить к созданию гильдии, выберите центральный элемент, соответствующий размеру вашего участка. Фруктовые и ореховые деревья можно объединить в группы, создав «супергильдию» или лесосад.



# Гильдии для фруктовых деревьев

Такую супергильдию можно сделать, например, в форме длинной живой изгороди.

**Пример гильдии с яблоней**

С яблоней в качестве центрального элемента можно предотвратить появление сорняков под деревом, отпугнуть грызунов, посадив кольцо нарциссов и душистого лука по границе распространения корней. Монарда, Melissa, укроп и фенхель, посаженные под деревом, будут привлекать опылителей.

Окопник, одуванчик, тысячелистник и белый клевер накапливают питательные вещества и фиксируют азот для удобрения почвы. Окопник и настурция обеспечат мульчу и зелёное удобрение. Монарда, душистый лук и тысячелистник источают сильный аромат, отпугивающий вредителей.

**Наблюдение и практика**

Всё вышесказанное не является готовым рецептом, это просто пример того, как можно исполь-

зовать сообщества растений для создания мини-экосистемы, которая уменьшит количество необходимого для её поддержания труда. Даже если вы в точности будете следовать какому-то рецепту по созданию гильдии, всё равно потребуется некоторая корректировка, чтобы гильдия полностью соответствовала уникальным условиям вашего участка.

Все рекомендации по созданию гильдий в пермакультуре не являются точными рецептами. Это просто комбинации растений, которые люди пытались сажать вместе и наблюдали в естественных экосистемах. Однако то, что эти комбинации оказались удачными в одной среде, не значит, что это будет точно так же работать и в другой, поэтому всегда потребуются наблюдение и экспериментирование.

**Советы начинающим**

Начните с выбора фруктового дерева (центрального элемента), соответствующего вашему региону, свободному пространству и с учётом требований к солнцу. Затем посадите выбранное дерево в

подходящем для него месте.

Отметьте палочками или другими маркерами круг, обозначающий ширину кроны зрелого дерева. В конечном итоге корни дерева распространятся до этих отметок, а возможно, и дальше. Улучшив здоровье почвы в пределах этого круга, вы увеличите шансы на то, что ваше дерево вырастет здоровым, сильным и продуктивным.

**Семь типов растений** для посадки под фруктовом деревом:

- привлекающие полезных насекомых,
- отпугивающие вредителей,
- предоставляющие удобрения,
- служащие мульчой,
- производящие нектар для привлечения опылителей,
- подавляющие сорняки,
- защищающие от грызунов.

Может показаться, что это слишком длинный список, чтобы все эти растения могли разместиться под одним деревом. Но в действительности существует множество растений, выполняющих несколько из этих функций. Вот некоторые из них:

• нарциссы, чеснок или душистый лук отпугивают грызунов и сверлильщиков, а также предотвращают неконтролируемое размножение травы под деревом;

• окопник или огуречник предоставляют удобрение, мульчу и нектар и прекрасно подходят для привлечения полезных насекомых;

• орегано или шнитт-лук своим ароматом отпугивают вредителей, кроме того, они могут выдерживать небольшое вытаптывание, что будет полезно во время сбора урожая;

• белый (ползучий) клевер — отличный источник азота, питательного вещества, необходимого для получения здорового и обильного урожая фруктов, его также часто используют в садах в качестве почвопокровного растения, пригодного для ходьбы по нему.

И не забудьте устроить свои собственные эксперименты! Вы знаете растение, которое привлекает опылителей и полезных насекомых и при этом очаровательно выглядит? Обязательно попробуйте посадить его! Иначе у вас не получится реальная пермакультура, а чужое кабинетное мнение «что с чем сажать», без привязки к условиям своего участка.

<https://ekosad-vsem.ru>

## Гильдия ясеня

Гильдия ясеня подойдёт для любого климата. Она состоит из многолетних растений разных уровней (ярусов) таким образом, чтобы не было конкуренции между видами, а наоборот, создавался симбиоз. Если на вашем участке уже есть ясень, то вокруг него можно создать такую плодую, цветущую и пряно-ароматическую гильдию.

Одни растения обогащают почву азотом или снабжают соседей полезными веществами, другие — притеняют. Одни дают урожай и привлекают птиц, давая им пищу, которая защитит основной урожай, другие — отпугивают вредителей или привлекают насекомых-энтомофагов. Одни растения создают притенение и лиственной опад, другие — красиво цветут и выступают в роли почвопокровных, сохраняя почву от пересыхания.

Многие растения совмещают несколько функций, давая пользу человеку или экосистеме.

Основное дерево — ясень — создаёт ажурную тень и условия для комфортного развития других растений гильдии. Ясень рано сбрасывает листву, которая богата азотом и углеводами, листья быстро разлагаются и обогащают почву.

**Растения второго порядка:**  
• яблони на карликовом под-

вое (занимают нишу, пока растёт ясень, дают урожай, радуют цветением, медоносы, привлекают опылителей). Их можно сажать сразу за линией проекции кроны ясеня. Вместо яблоню можно посадить груши, сливы или абрикосы;

- шефердия и/или облепиха (азотфиксатор, даёт съедобные, лекарственные плоды);
- лох серебристый (азотфиксатор).

**Плодовые кустарники** высаживаем для урожая ягод: малина; крыжовник; смородина.

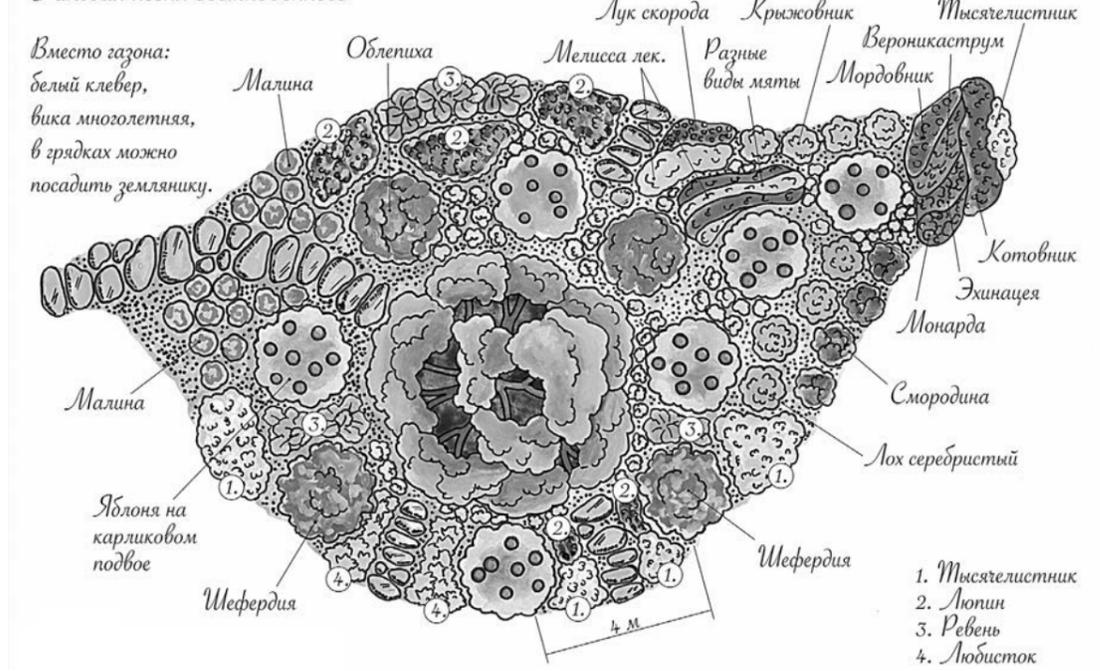
Травы в этой гильдии съедобные, пряно-ароматические или лекарственные. Они не только красиво цветут, но привлекают полезных насекомых или выделяют вещества, отпугивающие вредителей: ревень (съедобное многолетнее растение); вероникаструм (красивоцветущий); котовник; эхинацея; мордовник; мята, разные виды; Melissa; люпин (красивоцветущее, азотфиксатор); любисток (пряный ароматный многолетник, зонтичный — привлекает насекомых-энтомофагов).

Чуть подробнее о некоторых растениях гильдии.

• Ясень живёт до 300 лет, быстро растёт и начинает плодоносить в возрасте 25–40 лет. Плоды оста-

ются на дереве до поздней осени, а нередко и всю зиму — кормят птиц, особенно снегирей. Кора ясеня содержит дубильные вещества и используется для получения чёрной или коричневой красок. В народной медицине отвары коры и плодов применяют как глистогонное средство и в качестве заменителя хинина; отвары листьев — как слабительное и мочегонное.

**Гильдия ясеня обыкновенного**



• Шефердия — кустарник со съедобными плодами, природный источник витаминов. Плоды содержат органические кислоты, каротин, катехины, аскорбиновую кислоту и дубильные вещества. Шефердия декоративна, неприхотлива, морозостойка, засухоустойчива, а также является небольшим азотфиксатором.

- Разные виды луков аккумуляли-

руют элементы питания, которые могут выщелачиваться из почвы весной с талыми водами. (Также можно посадить луковичные первоцветы, например, кандык сибирский. Он прекращает свою вегетацию к июлю, когда успевает накопить много фосфора, который становится доступным другим растениям, после отмирания листьев).

<https://vk.com/zemlematika>



# Выращивание арбузов без химии и грядки

Расскажем об отличном способе выращивания арбузов без грядки и минеральных удобрений.

На арбузы и дыни порой не остаётся места для посадки, прежде всего это связано с тем, что для выращивания этих культур нужно очень много места.

В прошлом году попробовал вырастить арбузы в небольших 5-литровых мешках с торфяным грунтом. Результат меня порадовал.

## Выращивание рассады

Первым делом нужно вырастить рассаду арбузов. Сделать это не сложнее, чем вырастить рассаду огурцов.

Семечки арбуза без замачивания посадил в универсальный торфогрунт. Полил тёплой водой и закрыл плёнкой. После появления всходов плёнку убрал. Далее грунт поливал по мере подсыхания.

Через 25 дней после всходов рассаду можно пересаживать на постоянное место.

## Высадка рассады

В этот раз для выращивания арбузов решил использовать небольшие 5-литровые мешки с универсальным торфогрунтом. В готовый универсальный грунт (5 л) добавил пол-литра песка и литр

биогумуса. Хорошо перемешал и насыпал в мешки. Никаких удобрений в грунт не добавлял.

Высаживаю одно растение в мешок. Хорошо поливаю растение, чтобы корни расправились.

Сверху мульчирую саженец соломой, чтобы грунт сохранял влагу. После мульчирования ещё раз хорошо поливаю растение и ставлю мешок в пластиковый ящик, чтобы не завалился от ветра.

## Агротехника выращивания

Для выращивания арбузов нужно выбирать открытые солнечные участки, тогда плоды будут крупные и сладкие. Поливаю арбузы тёплой водой под корень, стараясь не попадать на листья во избежание развития грибковых заболеваний. До цветения нужно поливать через день, после цветения — раз в 2–3 дня. Если стоит очень жаркая погода, поливать следует ежедневно.

## Формирование, опыление

Через три недели после высадки рассады растение образует плети и начало цвести. Помните, что у арбуза первыми появляются мужские цветки, а потом — женские. Оставляем две плети,



на которых есть женские цветки (с маленькими арбузиками), остальные удаляем. Каждую из двух оставленных плетей прищипываем через 5–6 листьев после первой завязи и не забываем удалять все пасынки.

Чтобы арбузы успели вырасти и созреть, на одном растении оставляю по два плода. Для опыления можно понадеяться и на пчёл, но лучше опылить арбузы вручную. Для опыления срываем мужской цветок и проводим пестиком по тычинкам женского цветка (того, что с маленьким арбузиком).

Мужской и женский цветок в момент опыления должны быть

только раскрывшимися, без признаков увядания.

## Органическая подкормка

После того как арбузик оплодотворился, начинается его активный рост. И на этом этапе я готовлю первую подкормку для растения.

Для подкормки использую гранулированный куриный помёт. Для приготовления маточного раствора: 1 л гранул помёта развожу в литре горячей воды. После остывания раствора, добавляю в смесь две таблетки глиокладина — это биопрепарат, содержащий триходерму. Он предохраняет растения от бактериальных заболе-

ваний и корневых гнилей.

Для подготовки раствора для полива развожу маточный раствор с водой в соотношении 1х40 — 250 мл раствора помёта на 10 л воды. Поливаю по 1 л на растение. Такую подкормку провожу три раза — раз в 10 дней.

Четвёртую подкормку делаю раствором золы: один стакан золы развожу в литре кипятка, добавляю 9 л воды и поливаю по 1 л на растение. Раствор древесной золы сделает арбузы сладкими.

## Когда срывать арбуз

Для определения времени уборки урожая ориентируюсь на сроки образования завязи. У меня раннеспелые сорта. После того как арбуз завязался, отмечаю в календаре дату спустя 35–40 дней — это и будет срок уборки. Если сорт арбуза позднеспелый, то нужно для созревания 55–60 дней с момента оплодотворения ягоды. Но поздние сорта арбузов сажать не рекомендую.

Собирать арбузы нужно аккуратно, избегая ударов и повреждений кожуры. Лучше всего отрезать арбуз от стебля ножницами, а не обрывать или откручивать.

Арбуз, выращенный своими руками, будет очень вкусный и сочный.

Всем хороших урожаев!

**Группа «С грядки — к столу»**  
**Краснодарский край**  
<https://dzen.ru>

# Огурцы в мешках

Оптимальный способ выращивания огурцов — рассадный. Так считает большинство дачников. В дальнейшем рассаду высаживают, как правило, на грядки — в теплицы или открытый грунт. Но я уже несколько лет подряд сажаю подросшую рассаду в мешки.

Почему мешки? Этот способ удобен тем, что мы получаем мобильные грядки: поставить мешок можно в любом месте, его просто занести в теплицу, когда станет холодать. Мешки выручат тех, кто имеет совсем небольшой участок, где на обычных грядках всё разместить не удаётся. Уход за растениями упрощается, прополка становится практически не нужна, а урожай собирать легко.

## Какие мешки

Для выращивания огурцов таким способом потребуются прочные мешки из плотного полиэтилена. Отлично подходит упаковка от покупной земли: она крепкая и к тому же непрозрачная. Оптимальный объём мешка — 50–60 литров, но и в 20-литровом огурец будет чувствовать себя неплохо — корневая система у него неглубокая.

## Чем заполнить

Мешки можно заполнять таким образом. Вниз кладётся скошенная газонная трава (примерно до половины объёма мешка). Сначала она будет согревать огуречное растение, а потом послужит ему питанием. Поверх неё насыпается питательная смесь. Это может быть, например, садовая земля, смешанная с перегноем или компостом в пропорции 1:1. Важно, чтобы смесь была рыхлая, воздухо- и влагопроницаемая. Очень



хорошо добавить золы (на 1 мешок — 1 стакан). Если внесёте под растения достаточно органики, то никакие дополнительные подкормки уже не потребуются. Огурцы будут себя чувствовать прекрасно и дадут отличный урожай.

В заполненных ёмкостях нужно проделать небольшие дренажные отверстия. В конце сезона из мешков всё высыпается. Пустые мешки служат не менее трёх лет. К осени нижний слой травы перегнивает, всё наполнение оседает. На следующий год нужно будет насыпать свежей травы и земли — и можно вновь использовать мешки в деле.

Для выращивания на своём участке уже не первый год выбираю известный гибрид «Кураж F1» от компании «Гавриш». Он не требует опыления насекомыми (партекарпический), имеет букетный тип формирования завязи и даёт просто замечательные урожаи.

## Посадка

Рассада выросла просто замечательная: крепкая, с толстыми

стеблями и мощной корневой системой. Обратите внимание, что в самой нижней части стебля есть бугорки — это зачатки корешков. Поэтому при высаживании огуречное растение нужно заглубить по самые семядольные листочки. Так корневая система будет мощнее, питания к листьям и завязям поступит больше.

После высаживания огурцы полезно хорошенько пролить «Фитоспорином К». Это убержёт их от грибных заболеваний. Мешки с растениями нужно разместить таким образом, чтобы была возможность устроить шпалеру для подвязки отрастающих плетей. А ещё есть одна хитрость: когда урожай с нижних завязей будет собран и стебель начнёт оголяться, его можно опускать в мешок, сворачивая и присыпая землёй. На нём будут отрастать новые корешки, и всё растение будет омолаживаться — снабжать урожаем до самых холодов.

**Елена КОНЕВА**  
**г. Тольятти**  
<https://7dach.ru>

# Подсказки при выращивании клематисов



## Задержка в росте

В первый год после посадки клематисы часто прекращают свой рост уже в июне на высоте 20 см (или чуть выше). Такое бывает при плохом уходе. Растение снова пойдёт в рост, если ему помочь: усилить полив и подкормить два-три раза удобрениями, содержащими азот. Кроме того, хорошо бы внести комплексное удобрение с микроэлементами.

## Про молодые побеги

Иногда у клематисов скручиваются и засыхают верхушки молодых побегов. Причиной может быть недостаток влаги. Но возможно, они стали интересны тле. В этом случае поможет трехкратное опрыскивание с интервалом три-четыре дня отваром табачной пыли или жгучего перца. Можно использовать биологические инсектициды.

## Мельчают цветы

Спустя пять-шесть лет у крупноцветковых клематисов стали мельчать цветки — скорее всего, растению не хватает влаги в зоне корней, ведь они уходят достаточно глубоко, и при обычном поливе всасывающим корням ничего не перепадает. Исправить это помогут вкопанные почти вровень с поверхностью почвы, на расстоянии примерно 40 см от центра куста, ПЭТ-бутылки без дна (горлышком вниз). При поливе их заполняют водой, которая постепенно доходит «до адреса». Посредством бутылок удобно и подкармливать растение жидкими удобрениями.

## Укрываем клематисы на зиму

После уборки сада не выбрасывайте срезанные тагетесы, полынь, тархун, кориандр или пиретрум. Ими лучше на зиму прикрыть корневую систему клематисов, а сверху уложить сохраняемые плети. Запах этих растений отпугивает грызунов.

## Правильно посадите клематис

Если посаженный клематис вот уже третий-четвёртый год ни жив ни мёртв, выпускает один-три побега, они тоненькие, а цветки мелкие — значит, растение посажено неправильно. И в первую очередь, не заглублено, как советуют специалисты. Если в этом месте можно подсыпать почву на высоту 8–10 см, возможно, это исправит положение, но лучше всё-таки пересадить по всем правилам и в соответствующую почву.

<https://vk.com/sadmoeimechty>



**Место Силы, мудрец Вам (связь) находится на территории поселения Родовых поместий «Ведруссия» (Северский район Краснодарского края):**  
**«Я хочу вам помочь находить друг друга и почувствовать друг друга, и знать, что человек, которого вы встретите, будет с вами до конца жизни»**



витьмыслеобраз близкого человека, рассказывает женщина Лада (Любовь между людьми, семейный круг), её предназначение — помочь людям встретить свою Любовь, радость, создать семью. Из книги «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1»:

**«— Так что же надо знать и делать, чтобы встретить человека, с которым можно создать семью?»**

— Надо знать одно очень важное правило. Необходимо составитьмыслеобраз человека, которого вы желаете встретить на своём жизненном пути. Основа этогомыслеобраза должна состоять из ваших чувств. От этого человека должны исходить чувства,

пример, мечта непременно о богатом человеке, чтобы жить за его счёт. Или непременно, чтобы человек был красив; красота уйдёт, а сам человек окажется даже неприятен вам. Не буду перечислять все отрицательные стороны ваших желаний, это заблуждения. Создайте своймыслеобраз по тому подобию, которое я вам сообщила вначале, — это основа, к чему надо стремиться. И желаемый человек обязательно появится перед вами. Он может быть внешне красив и не очень, но он ваш (или ваша). Он может быть богат или не очень, но он ваш (или ваша). Вам с ним всегда будет комфортно, приятно, и семья будет постоянной, прочной, навсегда».

А вот ещё один ответ мудреца Маргелана, который опублико-

ван в книге «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2»:

**«— Был задан такой вопрос: «Я очень хочу встретиться со своей «половинкой» для создания дружной и крепкой семьи, для создания нашего Пространства Любви и рождения детей. Что мне необходимо предпринять, чтобы эта встреча состоялась?»**

— Для создания крепкой и дружной семьи тебе необходимо очень хорошо, то есть конструктивно, представить того человека, который придёт к тебе. И не надо представлять того, кого ты знаешь или кто тебе нравится.

Это должен быть человек, которого ты должна создать в своих мыслях. Ты должна понимать, что если красивый, то он может быть неумным, с невыносимым характером и прочим. Если богатый, то он может быть неверным и со своими пороками, и так далее.

Ты должна представить доброго, понимающего единомышленника. Пусть все трудности жизни будут на двоих. В нём должна быть внутренняя красота.

Вот тогда ваши Души найдут друг друга. Вот тогда вы сможете строить и Пространство Любви, и счастливую семью. Проследи за своими мыслями, за своей мечтой и отбрось то, что может помешать встретиться вашим Душам. Всё зависит от тебя самой. А ожидать кого-то неизвестного, маяться и ждать его — это может быть пустым. Создай его сама, и он придёт, появится — проявится. Вы встретитесь и объединитесь.

**— Если человек создаст конструктивный образ своей половинки, то о нём надо мечтать постоянно? Или очень хорошо представить его и забыть, не мешать образу воплотиться?**

— Конечно же, его надо представить и быть с ним всегда и везде. Забывать не надо. И представлять его надо в настоящем времени, то есть он уже есть, он существует, он где-то рядом и не в будущем. Это основное. Только так — он есть и он со мной, а я с ним, мы рядом, мы вместе. Так осуществится твоя мечта. Ты видишь, как она осуществляется».

Многие мудрецы дольменов очень желают и готовы помочь современным людям встретить

# Как встретить близкого человека и создать семью

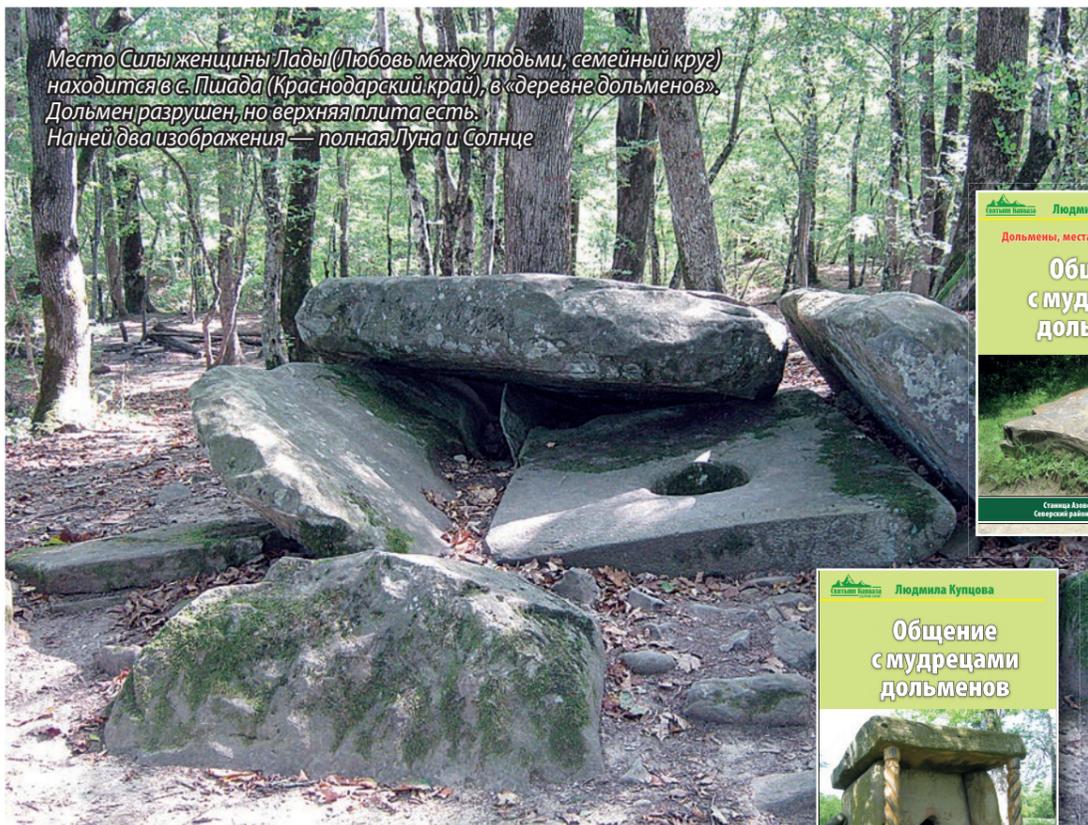
В этой статье я хочу поговорить о «половинках» и что говорят об этом мудрецы в дольменах.

«Половинки» — это люди, рождённые друг для друга, и не имеет значения, где они родились — рядом или за тысячи километров. Они предназначены друг для друга и непременно встретятся. Такое и сейчас может произойти, но крайне редко. Современная жизнь и система, в которой живут люди, всё изменили. Войны, которых много на планете, дополнительно препятствуют рождению и соединению двух «половинок» — мужчины и женщины в семью. Поэтому часто можно встретить одиноких людей — женщин и мужчин.

Как-то я задала вопрос мудрецу дольмена Маргелану (Знание) о половинках, вот его ответ: «Почему вы все, люди системы, говорите о половинках? Ведь система разрушила это. Это символ, к которому вы все так стремитесь. Это было в наше время, когда люди рождали деток друг для друга. А сейчас люди находят друг друга либо по Духу, либо Вселенная соединяет людей за их заслуги, чтобы они дополнили друг друга. И Любовь может поселиться в такой семье».

Но ведь каждый человек желает иметь семью, рождаёт детей. Каждый человек желает быть рядом со своим близким другом, любить и быть любимым. Поэтому не надо искать и ждать свою «половинку», так как её может и не быть. Смотрите на существующий современный мир реально. Желайте встретить такого человека на своём жизненном пути. Мечтайте об этом, составляйтемыслеобраз самого близкого друга и ожидайте его. Главным в этих мечтах должен быть очень близкий по Духу человек. Основой всему должно быть единомыслие, понимание друг друга и забота друг о друге. И Любовь обязательно придёт в такую семью и будет всегда с вами. И не надо в своих мечтах создавать из такого человека совершенство, это идеал, которого вы можете и не встретить.

Никогда не мечтайте о конкретном человеке. Он будет в ваших мечтах, но так и не станет вам близ-



*Место Силы женщины Лады (Любовь между людьми, семейный круг) находится в с. Пшада (Краснодарский край), в «деревне дольменов». Дольмен разрушен, но верхняя плита есть. На ней два изображения — полная Луна и Солнце*

ким другом. Ведь у него свои мысли и своё предпочтение иметь друга, совершенно не похожего на вас. Это пустое влияние на действительность. Повторяю, в мечтах должен быть человек, от которого будет идти «тепло» и расположение быть вместе с вами. Мечтайте об этом, и такой человек появится! Не упустите, не прозевайте его!

Ведь сейчас часто бывает и так: человек мечтал и представлял того, кто ему нужен и вдруг появляется «на горизонте» многообещающий человек. А это может быть просто кратковременное половое влечение, без Любви, как пришёл, так и ушёл. В таких семьях могут рождаться дети, но Любовь так и не пришла к ним. Поэтому в современной жизни много разводов, иногда обоюдных. Но чтобы не произошло такое, ещё раз помечтайте, как я уже говорила вам, и в вашей жизни появится человек вашей мечты. Мечта — это и есть то, что вы можете создать сами для себя!

О том, как правильно соста-

соответствующие вашим, — понимание, ласка, нежность. Вы желаете прижаться, обнять этого человека и почувствовать такой же ответ. Даже на расстоянии друг от друга вы чувствуете, как исходит от этого человека поток, связывающий вас, это ощущение великой энергии притяжения друг к другу.

Когда вы создали такоймыслеобраз, ваша Душа будет искать этого человека для вас и обязательно приведёт вас к нему или он сам придёт к вам. Это касается как женщин, так и мужчин. Сразу хочу предостеречь вас от создания пустогомыслеобраза. Нельзя создавать такоймыслеобраз, имея ввиду человека, которого вы уже знаете и очень желаете соединить себя с ним. Это может быть не тот человек, которого судьба подарит вам. Это навязчивая идея, которая может объединить вас, а затем разъединить. Есть ещё много желаний у людей, которые могут осуществиться, но вы не получите для себя, для своей Души той великой энергии притяжения друг к другу. На-



**В ваших мечтах должен быть человек-единомышленник, от которого будет идти тепло и расположение быть вместе с вами. Мечтайте об этом, и такой человек обязательно появится!**



друг друга для создания счастливой и крепкой семьи, обратитесь к ним! Мудрец Вам (связь) тоже имеет такое предназначение — встреча половинок, укрепление семьи. Публикую отрывок его повествования из книги «Общение с мудрецами дольменов. Станица Азовская и окрестности. Северский район Краснодарского края»:

«— Для чего ты заходил в дольмен? Что ты хотел донести людям?»

— Я знал, что будет ваше время и людям нужно будет помочь найти друг друга для того, чтобы вы могли родить детей, которые однажды придут к первоистокам и станут настоящими ведруссами.

— А как же ты будешь помогать нам найти друг друга?»

— Ведь у вас сейчас люди знакомятся, женятся, венчаются вашими обрядами, а Любви, которая может поселиться между ними, нет. А если и бывает, то очень редко. Это просто влечение полов происходит, а затем люди смотрят друг на друга, как на источник дохода к существованию. А дети, которые рождаются между ними за это время, ведут такой же образ жизни.

А я хочу вам помочь находить друг друга и почувствовать друг друга, и знать, что человек, которого вы встретите, будет с вами до конца жизни. И между вами навсегда поселится Любовь. Такая семья будет уверенно жить, потому что они будут вместе решать проблемы для существования. Любовь будет жить между вами и с вами, будет вам помогать преодолевать все трудности. И вы преодолеете все трудности вместе.

— Но ведь в наше время это очень трудно, может быть только половое влечение.

— Да, это очень трудно в наше время, но люди, которые будут приходить ко мне с мыслью встретить только того единственного человека, да ещё, если у них будет какое-то конструктивное предложение, то есть представлять внутренний мир человека, который нужен, то я своей скоростью мысли буду помогать осуществлять эту мечту. А иногда даже внешние данные человека в вашей мечте будут соответствовать тому, кого вы встретите. И по вашему отношению друг к другу вы будете видеть, что это тот, о ком вы мечтали. Хотя Любовь может поселиться не сразу, а иногда и сразу. Вы будете прежде всего дорожить этим человеком, чувствовать ответное тепло, взаимопомощь во всём. А затем уже будете мечтать о зачатии нового человека. Естественно, должно быть и влечение полов для зачатия нового человека. Человек, который родится от такой пары, будет уже намного отличаться от современного человека, человека вашего времени. Этот человек будет ближе к Новой цивилизации.

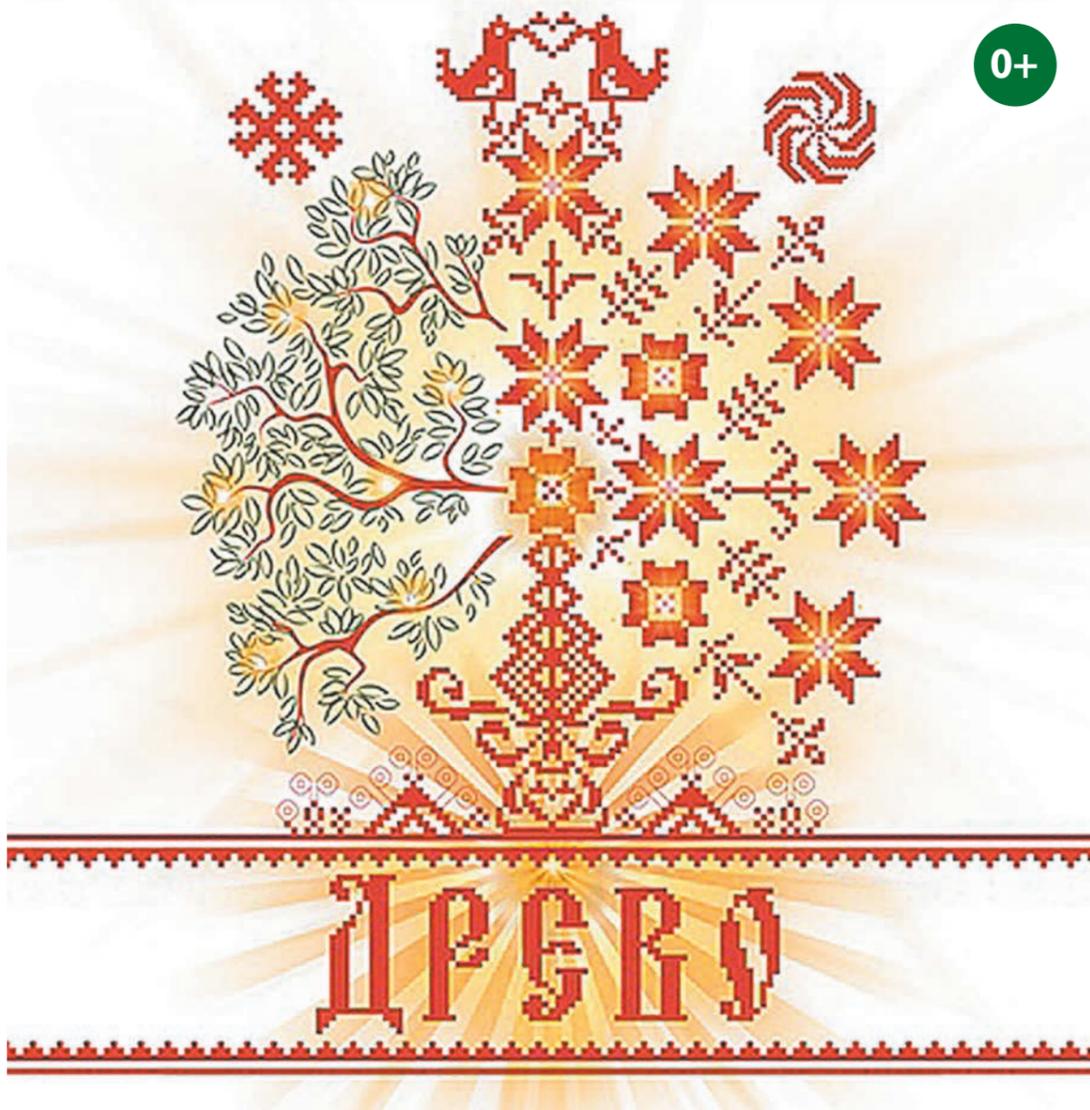
Конечно, не надо мечтать о конкретном человеке — это может быть и не он, потому что у него будет своя мечта, и не о вас. А нужно мечтать, я повторяю, о внутреннем мире того, кого вы хотите встретить. Ведь тот, кого вы встретите, будет тоже мечтать непременно о вас».

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

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

# ФЕСТИВАЛЬ "ЖИВА"

РОДНЫХ ТРАДИЦИЙ



0+



лобановой (г. Егорьевск, Московская область);

- мужской боевой пляс и Женская воинская традиция Русов с Вячеславом Валовым (г. Иваново);
- мастер-классы по русской традиционной кулинарии для взрослых и детей с Александрой Климановой (ППП Светлые Высоты на Волге);

- показ обиходной одежды от мастерской «Жива Ладушка» (Орловская область)

- и многое другое!

Нас ждёт русский праздник Купала, хороводы и народные игры, а также концерты замечательных музыкантов:

- Светозар и группа «Аурамира» — концерт «Жива-Матушка» с хороводной программой;

- Кирилл Богомилов (г. Москва) — гусельный концерт «Славянские мистерии»;

- Елена Соколова (г. Ярославль) — концерт колокольных звонов «Микрокосмос» (на билах — плоских колоколах), а также Ладозвон на рассвете;

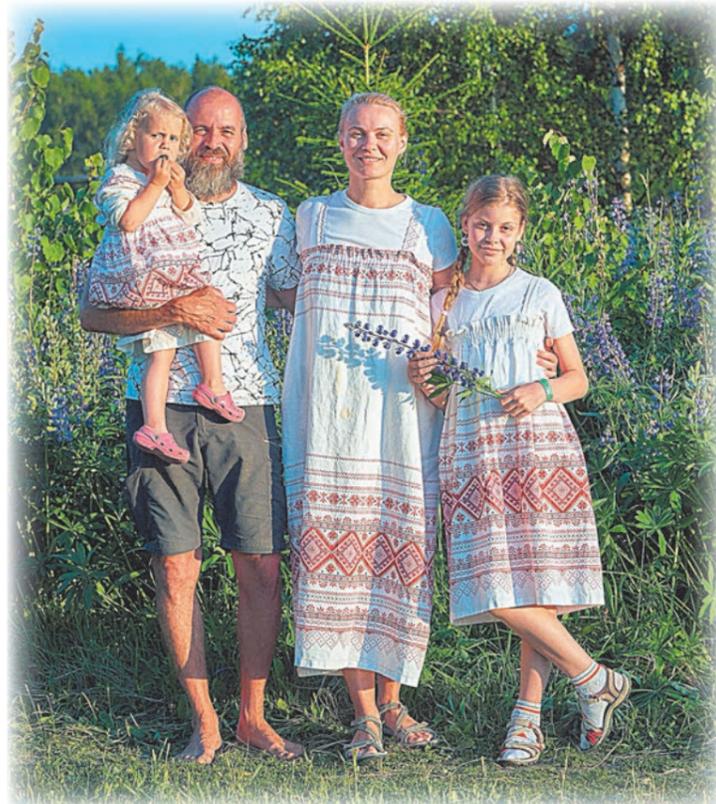
- Орислав Львов (г. Самара) — лежачий концерт «Гусельная

Древо твоего Рода... Каким ты его чувствуешь? Свободно ли текут потоки жизни и любви к тебе от твоих корней, а от тебя — к твоим потомкам? Находятся ли в гармонии энергии мужского и женского на Древе твоём?

Этой глубокой теме посвящён третий фестиваль родных традиций «Жива», который пройдёт этим летом в родовом поселении Богатырское (Ивановская область).

**В течение пяти дней, с 27 июня по 1 июля,** в уютном природном пространстве поселения будут идти:

- родовые практики с Галиной Тарасовой (г. Нижний Новгород) и Антоном Егоровым (г. Москва);
- семинары по семейным отношениям с Александром и Галиной Самохиными (ППП Дуброво);
- интенсив по созданию Родословной книги с Еленой Гуржиенко (г. Москва);
- мужские встречи и Женский круг;
- Казачий Вар с казацким сотником Андреем Долговым (Владимирская область, хутор Медвежий);
- мастер-классы по древним



Колыбель».

Всё это поможет нам прикоснуться к своим корням, увидеть свои родовые связи и их красоту, восстановить течение жизни и любви на тех участках нашего Родового Древа, где это необходимо.

На фестиваль «Жива» можно приехать всей семьёй. Параллельно взрослым мастер-классам идут творческие и подвижные занятия для детей.

Полную программу фестиваля, а также информацию по стоимости участия и питания вы найдёте в группе ВК: [vk.com/zhiva\\_festival](https://vk.com/zhiva_festival).

**Telegram-канал:** [t.me/festival\\_zhiva](https://t.me/festival_zhiva).

**Координатор фестиваля** — Софья Королёва, тел. 8-910-686-8445.

**Пусть же процветает Древо Рода твоего, сияя в мир лучами любви, принятия, радости, вдохновения!**

ремёслам и рукоделиям, в том числе верхняя набойка по ткани, традиционный промысел Ивановской земли;

- сказкотерапия с Долеславой Зарубиной (г. Нижний Новгород);

- арт-терапия через создание народных кукол с Людмилой Ко-

# «Лесные ванны». Искусство гулять в лесу



Японское искусство сознательной прогулки по лесу называется синрин-йоку. Разобраться в его тонкостях — значит заглянуть в таинственную японскую душу.

Всемирная организация здравоохранения назвала стресс эпидемией XXI века, и японцы со своим почётным вторым местом по количеству стрессующих работников, занимающихся нефизическим трудом, придумали способ борьбы с этим неприятным побочным эффектом будней. Дословно «синрин-йоку» переводится как «лесные ванны», но не спешите тащить тазик в ближайшую рощу! Ведь практически всё, что связано с Японией, прячет под простой оболочкой таинственный и изящный секрет.

«Синрин-йоку» — это воплощение японского микса традиций и последних научных исследований.

Японцы с давних времён знают о безграничной пользе леса. А с 1982 года и вовсе официально запустили национальную профилактическую программу лесных купаний. Изначально активисты полагались лишь на свои интуитивные ощущения: от лесных прогулок они становятся спокойнее и счастливее. А понятие «лесных ванн» ввёл в широкое употребление глава Министерства сельского хозяйства, лесных угодий и рыболовно-

го промысла Томохида Акияма, заявив, что японцам необходима сила природы для духовного исцеления. Защитники лесов подхватили эту идею и стали превращать лесные прогулки в полноценную терапию от стресса. Сейчас в Японии на правительственном уровне заявляют, что пока в мире существуют деревья, парки и леса, у каждого человека есть шанс восстановить своё здоровье и душевное спокойствие за приятную и недолгую прогулку-терапию.

Если вам в детстве родители говорили обнять берёзу или дотронуться руками до старого дуба, вы удивитесь, насколько это интуитивное желание было правильным и полезным.

Возможно, будучи детьми, вы не осознавали, что лесные ванны активно задействуют все наши пять органов чувств: мы любимся лесом, дышим прохладным насыщенным воздухом, слышим пение птиц, шелест листвы и травы, касаемся шершавых и гладких стволов деревьев и можем даже ощутить на языке чуть терпкий, пряный вкус леса (или просто набрать грибов и ягод и приготовить замечательный обед).

Лесотерапия восстанавливает естественные биоритмы, улучшает настроение, стимулирует иммунную систему, облегчает де-

прессивные состояния, оказывает благотворное влияние на зрение и мышцы, снижает кровяное давление, повышает концентрацию внимания и болевой порог, заряжает организм энергией и активизирует выработку антиканцерогенных белков.

## Как правильно принимать лесные ванны

Для начала примите решение посвятить несколько часов отдыху и прогулке. Можно взять с собой друга за компанию, но обычно синрин-йоку практикуется в одиночестве. Выбрав хорошую тропу, задействуйте все пять чувств, охватите взглядом деревья и растения вокруг, обнимите ствол или поднимите с земли шишку, вдохните древесный аромат и ощутите, что вы вместе со своим разумом и телом прямо сейчас находитесь на удивительно приятной прогулке в лесу.

Важно отыскать место по душе: кусочек леса, где вы почувствуете себя комфортно и безопасно. Вы можете заменить обычную прогулку скандинавской ходьбой, йогой или пилатесом.

Если неподалёку от вас нет леса или рощи, можно «купаться» и в обычных городских парках. Главное — помнить несколько правил. Во-первых, оставьте телефон дома или поставьте его на авиарежим на время прогулки. Во-вторых, не ждите от синрин-йоку «вау-эффекта», а позвольте счастью и спокойствию напитать организм в соответствии с его собственным биоритмом, следить за своими впечатлениями и погулять по парку хотя бы 1,5–2 часа.

Самое замечательное в лесных ваннах — их долгосрочный эффект. По словам адъюнкт-профессора Японской медицинской школы в Токио Цин Ли, для поддержки иммунитета достаточно принимать одну лесную ванну в месяц. Деревья оказывают на нашу психику огромное положительное влияние, которое превалирует над любой другой мимолетной радостью.

## Секреты синрин-йоку

Главное, что нужно знать о японском способе борьбы со стрессом:

1. Средняя продолжительность оздоровительной прогулки по лесу — 4 часа. Если считать шагомером, то это примерно 10 тысяч шагов или 5 км. Лесные ванны можно принимать дозированно, например, два часа утром и два часа вечером. Во время прогулки обязательно прислушивайтесь к себе: если ваше тело уже наполнилось энергией, а душа отдохнула от шума и суеты, необязательно «выгуливать» всю норму. Будьте в гармонии со своим организмом.

2. Если вы утомились, не гоните себя, а сделайте привал. Синрин-йоку можно практиковать, сидя на пеньке в окружении прохладной листвы. Вы можете сделать столько перерывов, сколько вам нужно. Во время отдыха не доставайте телефон, а полюбуйтесь пейзажем вокруг.

3. Не нужно ориентироваться на популярные тропы и терренкуры. Если вас привлекают более тенистые или, наоборот, более солнечные тропы, гуляйте по ним. Это ваши лесные ванны и ваши потребности.

4. Всегда помните о том, что болезнь может вылечить только специалист, а лесные ванны, йога и другие методики остаются полезной и приятной профилактикой для иммунной системы.

Автор мирового бестселлера «Синрин-йоку: японское искусство лесных ванн» доктор Цин Ли советует во время прогулки делать одно полезное упражнение, которое одновременно задействует все ваши пять чувств.

Сперва закройте глаза. Если вас тянет куда-нибудь, послушайте своё тело и сделайте это движение. Сконцентрируйтесь на чувственном удовольствии, которое вам даритхождение в красивом живом лесу. Прислушайтесь к пению птиц, к шелесту листвы, к звукам, что окружают вас. Вдох-

ните аромат леса, а затем почувствуйте солнце или тень от деревьев на своих щеках. Какие чувства в вас пробуждают свежий воздух и хвоя, трава под ногами? Ощутите, как замерло время и как спокойствие наполняет ваше сознание.

Прелесть лесных ванн заключается в возможности хотя бы на время забыть о проблемах, побыть с собой и природой. А ещё такая зелёная практика не только улучшает самочувствие, но и учит бережнее относиться к миру, радоваться простым вещам — поэтому, если у вас есть ребёнок, приучайте к медитативным прогулкам и его.

Исследования показывают, что популяция клеток-киллеров, ответственных за уничтожение вирусов и раковых клеток, вырастет почти вдвое после лесной прогулки.

Кроме того, увеличивается выработка противораковых белков.

И самым интересным и важным для нас является то, что эти положительные изменения сохраняются в течение длительного времени после проведения «лесной ванны».

**Катерина БИЛАЛОВА**

<https://seasons-project.ru>



# Крапива против ста болезней

«Одна крапива семь врачей заменит» — говорили наши предки и были совершенно правы.

В голодные военные и послевоенные годы крапива наравне с лебедой и щавелем была чуть ли не основной пищей для многих. Её ели, начиная с ранней весны и до поздней осени, ухитрялись готовить из этого растения множество блюд — щи, салаты и жидкие лепёшки.

В настоящее время трава привлекает много внимания, и на крапиве проводится большое количество исследований, популярность травы растёт из-за её огромного потенциала для здоровья.

Аюрведа использует крапиву для лечения различных заболеваний.

Траву принимают в виде сока, капсул, сухого экстракта, жидкого экстракта в виде настоя и в виде спиртовой настойки.

Вот что говорит аюрведическая медицина о преимуществах крапивы:

- Крапива отлично подходит для почек и печени. Она стимулирует печень и почки и помога-

ет очищать тело от токсинов через мочевые пути и кишечник, тем самым устраняя задержку жидкости в организме. Крапива также предотвращает образование камней в почках и инфекций мочевых путей.

- Следует упомянуть противовоспалительное свойство листьев крапивы. Они помогают уменьшить боль в суставах и являются отличным средством от подагры, так как помогают снизить уровень мочевой кислоты у пациентов, страдающих от этого состояния.

- Согласно Аюрведе, крапива служит отличным питательным тоником. Она используется женщинами для дополнительного питания во время беременности и лактации, а также в старости. Крапива работает как общий тоник, который обеспечивает энергию и жизнеспособность, стимулируя обмен веществ и оживляя организм.

- Крапива проявляет кровоостанавливающие свойства и полезна для устранения таких проблем, как кровотечение из носа.

- Будучи мягким вяжущим, она помогает затягивать и укреп-

лять кровеносные сосуды и поддерживать артериальную эластичность. Крапива незаменима в лечении кожных заболеваний, таких как псориаз, экзема, угри и т. д. путём охлаждения кожи. Для лечения внешнего состояния кожи и кожи головы тушёные листья или корни применяются как припарка по крайней мере два раза в день.

- Она также помогает облегчить кишечный газ и хорошо справляется с устранением общих проблем с кишечником. Корни также используются для лечения дизентерии, диареи, воспаления и изъязвления пищеварительного тракта.

- Корни и листья растения используются в аюрведе при лечении астмы, так как это помогает открыть проход лёгких.

- У этой травы отличная отхаркивающая способность, так как она помогает вытеснить мокроту.

- Сок листьев крапивы или экстракт корня используются в качестве мытья для свищей и при гангрене, а также для очистки рубцов или зуда.

- Листья крапивы полезны при лечении высокого кровяного давления, анемии и цистита.

- Корень травы также используется для лечения увеличенной простаты, абсцессов и герпеса.

## Противопоказания

Не рекомендуется применять людям с диагнозом варикозное расширение вен или тромбоз, так как это растение сильно сгущает кровь. Ни в коем слу-

чае её нельзя употреблять беременным, так как она может вызвать схватки и преждевременные роды.

В листьях крапивы двудомной содержатся витамины К, В2, С; каротин; пантотеновая кислота; фитонциды; белки; сахара; хлорофилл; дубильные вещества; кремниевая и муравьиная кислоты; макро- и микроэлементы (включая железо, ванадий, марганец, магний, хром, медь, алюминий, цинк, фосфор).





# Помоги себе сам!

## При болях в сердце

Главное — не волноваться. Лягте на кровать, постарайтесь успокоиться.

Поднимите сначала одну ногу, потом другую. Подвигайте руками. Резких движений не делайте.

Разотрите живот, грудь, бока. Поставьте ногу на ногу, потрите их друг о друга. Вы почувствуете, как по ногам и рукам побежит тепло, ступни согреются. Отдохните 5–10 минут. Продолжайте растирать ноги друг о друга. Думайте о том, как кровь растекается по всем сосудам, и сердцу станет легче, боль прекратится.

Призовите на помощь диафрагму, она работает с сердцем в одной упряжке. Коснитесь подбородком груди, вдохните и задержите дыхание. Чуть согните ноги в коленях, начинайте медленно втягивать живот (на три счёта). Затем так же медленно выдохните, расслабьте живот — 30 раз.

## При головной боли

(тибетская гимнастика для улучшения кровообращения головного мозга)

Утром, не поднимаясь с постели, как следует потянитесь. Соедините руки в замке на затылке. Считая до десяти, наклоняйте голову вперёд, оказывая себе сопротивление — 10 раз.

Растирайте уши ладонями 20 раз. Массируйте указательными пальцами за ушной раковиной 20 раз.

Внешней стороной больших пальцев массируйте надбровные дуги от переносицы к ушам и обратно — 20 раз.

Второй фалангой больших пальцев массируйте глазные яблоки — 20 раз (10 раз от носа и 10 раз к носу).

Закройте глаза. Переводите взгляд то влево, то вправо — 20 раз. Массируйте лицо: сначала переносицу и крылья носа, затем от середины щёк к ушным раковинам — 20–30 раз.

Положите на глазные яблоки по четыре пальца каждой руки и делайте вибрирующие движения от носа в сторону к ушным раковинам — 10 раз.

Закройте ладонями уши и постучите по затылку указательными пальцами — 10 раз.

Сядьте на коврик, вдохните, на выдохе тянитесь руками (ладони вверх) к пальцам ног — 40 раз.

Ладонями по часовой стрелке массируйте коленные суставы — 100 раз. Это успокаивает нервную систему.

## При болях в шее

(упражнения делаются в медленном темпе, по 10 раз каждое)

Наклоняйте голову вперёд-назад.

Наклоните голову к правому плечу, «перекатите» её к левому плечу.

Наклоняйте голову поочередно то к правому, то к левому плечу. Наклоните голову к груди и поворачивайте её то вправо, то влево до упора. При поворотах головы делайте вдох.

Медленно вращайте головой по кругу — 10 раз вправо и 10 раз влево, дышите равномерно.

Соедините руки в замок на затылке, наклоняйте голову вперёд, преодолевая сопротивление.

Наклоны можно сочетать с массажем шейного отдела позвоночника спереди и сзади: спереди — вниз, сзади — вверх и вниз.

То же упражнение выполняйте с открытым ртом.

Втягивайте голову в поднятые плечи.

Поднимите руки вверх, поворачивайте голову вправо-влево. Затем смотрите назад то через левое, то через правое плечо.

То же упражнение, но с руками, вытянутыми вперёд.

Ладони обеих рук приложите к правому виску, стараться поворачивать голову вправо, преодолевая сопротивление рук. То же в левую сторону.

## При остеохондрозе

По мнению врачей, самая надёжная профилактика обострения остеохондроза — постоянный контроль за положением своего тела. Иначе говоря, нужно уметь правильно сидеть, стоять, лежать и поднимать тяжести.

**Как правильно сидеть.** Если вам приходится подолгу сидеть, главная задача — уменьшить нагрузку на позвоночник. Сидите прямо, старайтесь не наклонять голову и верхнюю часть туловища вперёд. Опирайтесь на спинку стула всем позвоночником. Чтобы позвоночник не перегружался, надо каждые 5–7 минут как следует потянуться. Ещё лучше встать и походить.

**Как правильно стоять:** каждые пять минут нужно менять позу, а массу тела переносить то на одну, то на другую ногу.

**Как правильно носить и поднимать тяжести.**

Распределяйте вес груза равномерно на обе руки.

При подъёме тяжестей все движения выполняйте плавно и осторожно. При этом следует присесть и с прямой спиной выпрямиться, спину не сгибать.

При подъёме тяжёлого груза избегайте поворотов туловища.

Тяжёлый груз носите в рюкзаке, а не в сумке.

## УПРАЖНЕНИЯ

Чтобы спина не болела, начинайте утро с виса на перекладине в течение 10–15 секунд. По возможности повторяйте это 2–3 раза в день.

Сидя, обопритесь кистями о край стола, локтями упритесь под рёберную дугу, ноги от пола не отрывайте. Наклоните туловище к столу. Почувствуйте, как растягивается поясничный отдел позвоночника. Оставайтесь в таком положении 8–10 секунд. Выполняйте упражнение 3–5 раз в течение дня.

Сидя, положите левую ногу на правую, обхватите ладонями левое колено. Поворачивайте туловище и голову вправо-влево. Поменяйте ноги. По 18 раз.

## Для усиления кровообращения внутренних органов

При венозном застое и для усиления кровообращения внутренних органов поможет массаж живота. Кроме того, он способствует повышению иммунитета.

Задача массажа — правильно обдавить внутренние органы, отыскивая болезненные точки, сигнализирующие о том, что в этом месте возник сбой, произошёл застой крови. С помощью обдавливания болезненного участка убирается спазм, устраняются застойные явления.

Противопоказаниями к такому массажу являются острые инфекционные заболевания.

• Массаж начинается с обдав-

ливания области желчного пузыря, которому отводится ключевая роль в возникновении венозных застоев, затем делается переход к области печени, поджелудочной железы и так далее, по «кругу взаимодействия» органов (желудок — двенадцатиперстная кишка — тонкий и толстый кишечники). Надо осторожно, мягко надавливать на живот до тех пор, пока не почувствуется боль. Тогда нужно остановиться на этом месте и держать руку, пока боль не пройдёт. Затем продолжите путь по животу, отыскивая следующую болевую точку. (Массаж противопоказан при желчнокаменной болезни!)

• Лёжа на спине с согнутыми в коленях ногами, положите правую руку на правое подреберье и начинайте круговые движения ладонями по часовой стрелке, охватывая весь живот. Затем расположите кулаки на уровне пупка и выполняйте руками ритмичные синхронные движения вверх-вниз с частотой два движения в секунду (примерно 100 движений). После этого мягко массируйте живот ладонями, двигая их горизонтально навстречу друг другу. Такой массаж хорошо расслабляет спазмированный кишечник и нормализует его перистальтику.

## Для активизации дыхания, кровообращения, уменьшения боли в пояснице, печени, малом тазу

• Сядьте на стул, левой ладонью круговыми движениями растирайте по часовой стрелке правый плечевой сустав, затем правой ладонью — левый плечевой сустав — 12 раз.

Улучшает кровообращение, нормализует нервную систему, снимает боли в суставах.

<https://vk.com/bazax>

# Волшебный корнеплод

Всем известна свёкла, но большинство людей и не подозревают, что этот удивительный корнеплод имеет сильнейшую энергетику, очищающую физическое и энергетические тела.

Природная сила свёклы поможет избавиться от многих заболеваний, которые классическая медицина лечит сложными химическими препаратами и гормонами.

История этого овоща начинается со времён древности, за несколько тысяч лет до начала нашей эры. Его свойства были хорошо известны персам, вавилонянам, ассирийцам.

Все эти народы признавали свёклу не только овощным, но и лекарственным растением.

Свёкла является растением, принадлежащим семейству амарантовых, которые продлевают жизнь, исцеляют, дарят выносливость, силу, лёгкость, подвижность, чистоту энергетических полей, молодость.

## Интересные свойства свёклы

Все, что я привожу и рассказываю, это моя личная лечебная практика, положительные эффекты от личного применения сока свёклы или в комплексе с фитопрепаратами.

Корнеплод обладает мощным оздоровительным действием при

заболеваниях щитовидной железы. Учитывая высокое содержание йода в нём, даёт хорошие результаты при гипотиреозе.

Щитовидная железа, железа молодости, отвечает за энергетический обмен тела. При гипотиреозе снижается энергетический обмен, все процессы замедляются. Замедляется пищеварение, хуже усваиваются полезные вещества, снижается скорость очищения организма, а также обновление клеток тела, снижается активность половых желез.

Свёкла, улучшая обмен тиреоидных гормонов (гормонов щитовидной железы), косвенно влияет и на половые гормоны, которые находятся в тесной взаимосвязи с тироксином, тем самым влияя на здоровье яичников.

Интересный факт: при пониженной активности гормонов щитовидной железы, матка и яичники становятся малочувствительными к эстрогенам и прогестерону, соответственно нарушается их функция.

При нарушении функции щитовидной железы, а именно при её пониженной функции, гипотиреозе, появляются такие признаки:

- слабость,
- упадок сил,
- лень что-то думать и делать,
- желание полежать,
- отёки и пастозность тканей,
- повышение масса тела,

- склонность к запорам (это признак является маркером работы щитовидной железы),
- запускаются процессы возрастных изменений,
- идёт зашлаковка физического и тонких тел.

Все эти проявления являются прямым показанием к назначению сока из свёклы.

Свекла обладает свойством заживлять язвы и эрозии (язва желудка, 12-перстной кишки, язвенный колит (болезнь Крона), эрозия шейки матки) за счёт устранения интоксикации и снятия воспалительного процесса. В свёкле был найден витамин U — противовоспалительный фактор, который ранее был обнаружен в капусте.

Принимая сок свёклы, в первую очередь очищается кровь и лимфа, тем самым разгружается слизистая желудка, кишечника и влагалища. Правильно составленный курс коррекции приведёт к комплексному оздоровлению — очищению лимфы, крови, улучшению состава крови, устранению воспалительных процессов.

Особо хочется остановиться на такой проблеме, как острый и хронический ринит (насморк) и аденоиды (разрастание лимфоидной ткани). Сок свёклы является эффективным средством лечения этой патологии. И то и другое явление происходит из-за скопления вредных веществ в лимфе с жел-



ного происхождения,

• гниющие остатки пищи и кишечных паразитов. В свёкле есть сапонин, связывающий в кишечнике пищевой холестерин в нерастворимые комплексы. Сапонин и витамины, содержащиеся в свёкле, оказывают противосклеротическое действие, улучшают обмен холестерина.

Высокое содержание в свёкле таких антиоксидантов, как витамин С и А, делает его хорошим помощником в профилактике предраковых состояний.

Витамин В6 снижает повышенный уровень пролактина. Витамины В9 и РР улучшают циркуляцию лимфы при застойных процессах в груди, что в свою очередь способствует выведению токсических продуктов обмена альвеолярных клеток.

Сок свёклы я использовала в схемах лечения мастопатии.

Оксана Архипова, врач-гинеколог, психолог

Группа в телеграм  
«Энергия женского пространства»

- соли тяжёлых металлов,
- ртути,
- свинца,
- олова,
- ядовитые вещества микроб-

# Кожа, в которой я живу

На примере отношений с собственным телом становятся видны глубинные и малоосознанные сценарии поведения человека по отношению к себе и окружающим.

Почему-то с человеком, далёким от психологии, вести разговор о теле всегда просто. Такое ощущение, что люди живут вне собственного тела, не зная, что с ним происходит — ни прямо сейчас, ни вообще. Я спрашиваю мужчину со вздёрнутыми плечами и хронической морщиной в межбровье: «Почему ты такой напряжённый, что случилось?» А он мне отвечает: «Я не напряжённый, я, наоборот, расслабился, потому что рабочий день закончился и скоро выходные». Я спрашиваю у прямо сидящей, аккуратно подобранных под себя ноги девушки: «Ты для чего так себя контролируешь?» А она удивлённо смотрит на меня и говорит, что именно сейчас ничего не контролирует, потому что пришла к специалисту и ждёт контроля от меня.

Это странно: как будто человек ведёт со мной разговор об одном, а его тело — о другом. Эти два витка разговора то сплетаются воедино, то начинают сильно отличаться друг от друга. Молодой парень сетует на свои навязчивые страхи, вальяжно развалившись на диване. Пожилая женщина жалуется на свою инфантильность, аккуратно всё записывая и поправляя дорожное колесо ухоженными руками. Со мной всегда говорят двое, а то и трое, или даже больше — и как не просто услышать всех!

Отношения с собственным телом — вещь тонкая. Человек прячет тело или выставляет его напоказ, ухаживает за ним или презирает. Люди не всегда осознают, что их отношение к телу — это отношение к самому себе: ведь моё тело — это Я, а Я — это в том числе моё тело. При этом мы обладаем одним и тем же набором стереотипов как о себе, так и о других.

Тот, кто требователен к себе, будет требователен к окружающим, а толерантный и терпимый к своим недостаткам больше способен на прощение и понимание. У того, кто считает весь мир алчным и грязным, обязательно найдутся такие чувства по отношению к себе самому. Так мужчина, благосклонный к женщинам, принимает свои женские черты и уме-

ет быть с ними в гармонии, а женоненавистник отрицает и борется в себе с этими чертами, потому что те кажутся ему недостойными.

Этот эффект ярко проявляется, например, в психотерапевтических группах, куда люди приходят исследовать свои отношения с миром и в результате неизбежно сталкиваются со своим отношением к себе. Наиболее ярко это видно по отношениям человека с собственным телом.

## Тело как метафора

У тела сложная структура, которой мы сознательно не управляем. Биохимические процессы, регенеративные функции — всё это не относится напрямую к центральной нервной системе. В этих процессах большую роль играет



наше бессознательное, разговаривающее на языке метафор.

Тело как метафора — это конкретное и осознанное телесное ощущение, которое одновременно является отражением нашего психического состояния и ситуации, в которой мы находимся. Например, есть места, где нам постоянно холодно или где у нас часто болит голова. Бессознательное с помощью тела передаёт информацию о том, что нам в них некомфортно или страшно, заставляя сознание решать эту проблему кардинально — например, начав избегать таких мест.

В психологии телесные симптомы рассматриваются как метафора жизненных ситуаций, в которых человек оказывается. Здесь важен смысл симптома, то, к чему он приводит, так как в этом и бу-

дет состоять его задача. Мы все с опытом начинаем понимать, что ОРВИ даёт нам возможность отдохнуть от работы или снизить требования к себе, пищевое отравление после застолья у све-крови даёт право отказываться от пищи, а мигрень может гарантировать спокойный сон и заботу со стороны близких тогда, когда просить прямо об этом не получается.

Тело, давая нам метафору происходящего через телесный симптом, не решает проблему, а лишь указывает, в чём она заключается на самом деле. Циститы или грибок дают возможность отказываться от близости, но не учат нас по-новому выстраивать отношения. Астматик с помощью приступа получает свою долю одиночества, но не меняет ситуацию, которая к приступу привела.

глядеть, как мы должны пахнуть и даже какими мы должны быть на ощупь. Старания маркетологов диктуют моду и стиль жизни. В тренажёрных залах и салонах красоты мы стремимся сделать себя привлекательными, иногда — до невротических и серьёзных зависимостей. Но тело в качестве внешней картинки мы используем не только поэтому.

Довольно рано, ещё в детстве, мы понимаем, что давление на нас снижается, если с помощью тела мы посылаем в мир правильную и ожидаемую другими информацию о себе. Например, дети, родители которых не выдерживали их гнева, быстро учатся скрывать проявления агрессивности. Все эти ухоженные и спокойные маленькие девочки, чистые и послушные маленькие мальчики — из таких детей, работающих картинками на службе идеального родительства их отцов и матерей, вырастают «мудрые женщины» и «хорошие парни», скрывающие за социально одобряемыми масками истинные чувства.

Людей вокруг обмануть несложно. Достаточно правильно выглядеть, правильно двигаться, правильно говорить. Тело как картинка (на языке психологии это называется «Персона», внешняя часть личности, которую человек демонстрирует окружающим) позволяет избежать ненужных чужих реакций: обиды, гнева, жалости, презрения. Не показывать слабость — такой фетиш даже сильнее, чем демонстрация мускулов.

И мы выпрямляемся, надеваем социальную удобную маску и идём в мир. Тело при этом не радуется. Любая попытка быть тем, кем мы не являемся, чревата борьбой нашего бессознательного с чужеродными для него частями. Грубо говоря, мы намного больше сил тратим на Персона, а не на Самость, поддерживаем не самих себя, а образ, иллюзию. Это приводит к тому, что у человека появляется как бы две личности: та, которой он хочет казаться, и та, которой он действительно является. А так как силы и психическая энергия тратятся на первую, вторая остаётся в зачаточном состоя-

## Тело как картинка

В современном мире к нашему телу предъявляется множество требований: как мы должны вы-

нии, лишая нас ресурсов, которыми можно было бы располагать, будь мы сами собой.

## Тело для других

В таком расщеплении, как описано выше, тело становится инструментом для удовлетворения не столько своих, сколько чужих потребностей. Теперь мы склонны использовать собственное тело, чтобы радовать других. Это имеет отношение как к внешней привлекательности (например, женщина по требованию мужа может одеваться более сексуально, чем ей самой хотелось бы), так и к тому, что мы теряем ощущение собственных границ и теперь не знаем, что с нами можно и чего с нами нельзя.

Довольно частая история: в паре с женщиной, не чувствующей своих границ, мужчина начинает воспринимать её тело как продолжение своего. Он не знает, а она не может настоять на том, что у прикосновений к её телу должны быть свои правила и ограничения. Ей может не нравиться, когда он проявляет свои желания публично, или его дурашливость выходит за рамки и игра превращается в побои. Сделав из своего тела инструмент для удовлетворения его потребностей, она не может его остановить и не даёт сигналов, которые помогли бы ему остановиться. Она, например, может испытывать страх, но не отстраняется, может испытывать отвращение, но не сбрасывает его руку. Подавленные рефлекс могут приводить к тому, что она действительно не понимает: нравится ей это или нет? Хочет она, чтобы это продолжалось или происходящее нужно остановить?

У людей, не знающих своих телесных границ, есть интересный феномен: они как будто не знают, где их тело заканчивается. Это люди — бытовые катастрофы: те, которые годами бьются мизинцем на ноге об один и тот же угол в комнате, режут пальцы при приготовлении еды, обжигаются. Невозможность установить правила по отношению к собственному телу мешает заботиться о нём и уберегать от травм.

Заботиться о теле нужно и необходимо — это часть нашей заботы о самих себе. Научите себя быть внимательнее и осторожнее хотя бы по отношению к телу.

**Анастасия ДОЛГАНОВА**  
[https://vk.com/teleska\\_tot](https://vk.com/teleska_tot)

## Квадрат Декарта

Это простая техника принятия решений. Её суть заключается в том, что нужно рассмотреть проблему (ситуацию), ответив на четыре вопроса:

1. Что будет, если это произойдёт? (Что я получу, плюсы от этого).
2. Что будет, если это не произойдёт? (Всё останется так, как было, плюсы от неполучения желаемого).
3. Чего НЕ будет, если это произойдёт? (Минусы от получения желаемого).
4. Чего НЕ будет, если это НЕ произойдёт? (Минусы от неполучения желаемого). С этим вопросом будьте внимательны, потому что мозг захочет проигнорировать двойное отрицание. И ответы могут быть похожи на ответы первого вопроса. Не допускайте этого.

«Квадрат Декарта» помогает прояснить последствия каждого решения. Дело в том, что в ситуации, требующей решения, мы часто закикливаемся на одной позиции — «что будет, если это произойдёт?». С помощью же «квадрата Декарта» мы рассматриваем одну и ту же ситуацию с четырёх сторон.

## Сделайте себя счастливыми!

### 1. Правило 80/20 (принцип Парето).

80% всех полученных вами доходов приносят вам лишь 20% вашей деятельности. Многие из того, что вы делаете, в действительности не так уж необходимо, как вы считаете.

### 2. Закон Паркинсона.

Вы можете делать то, что вам надо, намного быстрее, чем думаете. Чем больше времени выделяете на задание, тем больше потратите.

### 3. Групповая операция.

Хороший способ выполнить скучные и однообразные задания быстро — делать весь комплект друг за другом.

### 4. Сначала отдавайте, а потом получайте.

Со временем вы получите больше, чем отдали.

### 5. Опережайте события.

Это не только избавит от ожиданий, но и доставит вам удовольствие — вы почувствуете, что имее-те власть управлять своей жизнью.

### 6. Ошибки и неудачи — это хорошо.

Они позволяют приобрести безценный опыт, узнать множество интересного и стать успешным, так как успех в жизни нередко приходит лишь в том случае, если вы не поддались неудачам и ошибкам. Он приходит лишь к настойчивым.

### 7. Не относитесь к себе слишком сурово.

Это лишь создаёт дополнительную ненужную внутреннюю боль и забирает драгоценное время.

### 8. Создавайте хороший контакт.

Относитесь к любой встрече, как будто там присутствуют ваши лучшие друзья. И вы начинаете общение именно с такой установкой, вместо того, чтобы всё это время нервничать.

### 9. Ваше отношение изменяет реальность.

10. Благодарность — простой способ почувствовать себя счастливым.

### 11. Не сравнивайте себя с другими.

Гораздо более продуктивно сравнивать себя с собой же. Чтобы увидеть, насколько вы продвинулись вперёд, каких целей достигли и как выросли над собой.

### 12. 80–90% того, чего вы боитесь, никогда не произойдёт в действительности.

Безпокойство в большинстве случаев является всего лишь пустой тратой времени.

### 13. Не воспринимайте всё слишком серьёзно.

То, что сегодня кажется большой проблемой, вы можете даже не вспомнить через три года. Если относиться к себе, своим мыслям и эмоциям слишком серьёзно, то это принесёт только ненужные страдания. Поэтому остыньте и расслабьтесь. Ваше настроение изменится чудесным образом.



# Мы получаем то, что отправляем

Коммуникация с квантовым полем происходит главным образом через мысли и чувства. Поскольку наши мысли сами являются энергией (электрические импульсы мозга легко измерить такими приборами, как энцефалограф), именно они являются важнейшим каналом, по которому мы передаём сигналы квантовому полю.

Нужно и чувствовать себя так, словно то, чего мы хотим, уже присутствует в нашей жизни.

Чуть позже я объясню, как это работает, а пока мне хочется рассказать об одном удивительном исследовании, которое доказывает влияние наших мыслей и чувств на материю.

## Мысли и чувства воздействуют на ДНК

Доктор Глен Рейн, специалист по клеточной биологии, решил проверить способность целителей воздействовать на биологическую систему. Так как молекула ДНК более стабильна, чем клетки или бактериальные культуры, было решено, что целители должны взаимодействовать с пробирками, содержащими ДНК.

Опыт проводился в калифорнийском центре «Математика сердца». На счету его специалистов уже было множество уникальных исследований, в том числе в области физиологии эмоций и взаимодействия сердца и мозга. Им удалось проследить связь между эмоциональным состоянием человека и сердечным ритмом. Так, отрицательные эмоции (например, гнев или страх) нарушают сердечный ритм, а положительные (любовь или радость), напротив, делают его очень чётким. Специалисты из «Математики сердца» назвали такой ритмический рисунок сердечной слаженностью.

Доктор Рейн сначала исследовал группу из 10 участников, которые в совершенстве владели техниками достижения сердечной слаженности, разработанными в центре. С помощью этих техник испытуемые вызвали в себе сильные положительные чувства (например, любовь и благодарность), а затем в течение двух минут держали в руках пробирки с образцами ДНК в дистиллированной воде. При анализе этих образцов никаких статистически значимых изменений выявлено не было.

Специально обученные участники из второй группы проделывали то же самое, но с небольшим дополнением: они не просто создавали позитивные эмоции (чувства) любви и благодарности, но одновременно удерживали в голове намерение (мысль), которое заключалось в сворачивании либо развёртывании нитей ДНК. На этот раз анализ показал статистически значимые изменения конформации (формы) молекул ДНК. В некоторых случаях нить ДНК оказывалась свёрнутой или развёрнутой на целых 25%!

Участники из третьей группы, также прошедшие специальный тренинг, удерживали чёткое намерение изменить ДНК, однако получили указание не приводить себя в благоприятное эмоциональное состояние. Иными словами, они пытались воздействовать на материю исключительно силой мысли (намерения). Результат? Нулевой!



Позитивное эмоциональное состояние, в котором пребывали участники первой группы, само по себе не влияло на ДНК. Не подкреплённое эмоциями твёрдое намерение участников второй группы также не произвело эффекта. Желаемый результат был достигнут,

прыжок в неизвестность, и чтобы вместо однообразных, предсказуемых результатов наша жизнь наполнилась радостью новых ощущений и квантовых сюрпризов, мы должны его совершить.

Но чтобы желания воплотились в реальность, нам потребу-

ются сами вызывать желаемые следствия (меняться изнутри и этим воздействовать на внешний мир).

Испытывая благодарность, мы сигнализируем полю, что то или иное событие уже произошло. Но только благодарность не должна оставаться на уровне мыслей.

Нужно и чувствовать себя так, словно то, чего мы хотим, уже присутствует в нашей жизни. В этом случае тело (которое воспринимает только чувства) уже сейчас испытает эмоциональное переживание будущего события.

Для получения желаемого результата надо привести мысли в соответствие с чувствами, а затем перестать заботиться о конкретных деталях его достижения.

лишь когда субъекты удерживали в мыслях чёткие цели и подкрепляли их положительными эмоциями.

Осознанное намерение нуждается в энергетической подпитке, в катализаторе, и таким катализатором выступают приятные эмоции. Сердце и разум действуют сообща. Чувства и эмоции объединены в состояние бытия. И если наше состояние может за 2 минуты свернуть и развернуть нить ДНК, то это многое говорит о человеческой способности создавать реальность.

Эксперимент доктора Рейна доказывает, что квантовое поле не реагирует на наши желания — чисто эмоциональные запросы. Не реагирует оно и на наши цели, то есть мысли. Квантовое поле откликается лишь тогда, когда мысли и эмоции согласованы друг с другом, а значит, передают один и тот же сигнал. Когда положительная эмоция, испытываемая от всего сердца, накладывается на чётко сформулированное осознанное намерение, квантовое поле получает сигнал, на который последуют поистине поразительные ответы.

Квантовое поле реагирует не на наши желания, а на наше состояние бытия.

## Благодарите прежде, чем получите результат

Для получения желаемого результата надо привести мысли в соответствие с чувствами, а затем перестать заботиться о конкретных деталях его достижения. Это

ещё один прыжок в неизвестность.

Когда вы обычно испытываете благодарность? Скорее всего вы ответите: «Я благодарен за мою семью, за то, что у меня есть дом, друзья, работа». Что объединяет все эти вещи? То, что они у вас уже есть.

Как правило, мы благодарны за то, что уже произошло или присутствует в нашей жизни. Нас с вами заставили считать, что нельзя радоваться без причины, испытывать благодарность без повода, чувствовать любовь без достаточных на то оснований. То есть наше внутреннее состояние зависит от внешних факторов — модель Ньютона в действии.

Новая же модель реальности требует от нас, квантовых создателей, совершить внутренние изменения (на уровне мозга и тела, мыслей и ощущений), не дожидаясь, пока органы чувств зафиксируют какие-либо внешние изменения.

Можете ли вы быть благодарны за желаемое событие и радоваться ему ещё до того, как оно произойдёт? Можете ли вообразить будущую реальность настолько живо, чтобы погрузиться в неё уже сегодня?

В терминах квантового созидания: можете ли вы быть благодарны за то, что существует в квантовом поле в качестве потенциала, но пока не материализовалось? Если да, значит, вы вышли за рамки причинности (зависимости от внешних факторов для совершения внутренних изменений) и на-

Наши мысли подают сигнал (я страдаю), а эмоции (страдание) притягивают событие, находящееся на той же эмоциональной частоте, то есть хороший повод пострадать. Мы в самом прямом смысле постоянно просим у универсального разума доказательств его существования, и он отвечает нам на языке событий. Вот какова наша сила!

Центральный вопрос: почему мы не посылаем сигнал, который бы привёл к благоприятным результатам? Как нам измениться, чтобы наш сигнал соответствовал событиям, которые мы хотим привлечь в свою жизнь? Мы должны до конца поверить в то, что, осознанно выбирая мысли (сигналы) для передачи в квантовое поле, будем получать вполне ощутимые, хотя и неожиданные результаты. Тогда и произойдут желаемые изменения.

Объективный разум наказывает нас не за грехи (то есть мысли, чувства и действия), а через них. Так как мы проецируем в поле сигнал, состоящий из мыслей и чувств (в частности, страдания), которые были вызваны негативным опытом прошлого, стоит ли удивляться, что поле даёт столь же негативный отклик?

Сколько раз вы произносили примерно такие слова: «Невероятно! Почему со мной всё время это случается?»

Исходя из нового понимания природы реальности, вам должно быть очевидно, что подобные утверждения отражают вашу уверенность ньютоново-картезианской модели, в которой человек является жертвой причинно-следственных связей. Теперь вы уже знаете, что вполне способны сами вызывать желаемые следствия. И вместо того, чтобы реагировать привычным образом, вы должны задаться вопросом: «Как мне изменить свои мысли, чувства и поведение, чтобы получить желаемый результат?»

Соответственно наша миссия состоит в том, чтобы осознанно перейти в такое состояние сознания, из которого можно установить контакт с вселенским разумом, напрямую подключиться к полю вероятностей и чётко сигналам.

## Мы получаем то, что отправляем

Жизненные события формируются по следующей схеме.

Если мы когда-либо испытывали страдание, оно сохраняется в нас на уровне мозга и тела и

Испытывая благодарность, мы сигнализируем полю, что то или иное событие уже произошло. Но только благодарность не должна оставаться на уровне мыслей.

выражается в мыслях и чувствах — следовательно, мы посылаем в квантовое поле сигнал, соответствующий страданию. А в ответ универсальный разум посылает в нашу жизнь очередное событие, которое вызовет аналогичную ментальную и эмоциональную реакцию.

лизовать ему о своей готовности измениться и получить желаемый отклик в форме жизненных событий.

**Джо Диспенза «Сила подсознания, или Как изменить жизнь за четыре недели»**  
<https://econet.ru>



Продолжение.  
Начало в «РЗ» № 4, 2024 г.

...С весны до глубокой осени Садовник проводил свои уроки здесь, в саду. И сейчас, после посадки новых деревьев, девочки окружили его. Сев на пенёк, старец начал свой рассказ:

— Оглянитесь вокруг: весна в полном разгаре, природа ожила. Почки на деревьях набухли, кое-где листочки появились, а скоро зацветёт черёмуха и другие деревья. Ничто не может остановить весну! Всё в доме Бога имеет свой порядок. Весна — начало жизни, рассвет года. Кое-кто из вас тоже вступает в пору своей весны.

Садовник прищурил глаза, улыбка скользнула в уголках губ, расправил седую бороду:

— Прекрасно настоящее! И как нам не поговорить сегодня о Любви? Любовь — это проявление божественной сущности, для которой нет времени, и потому любовь проявляется только в настоящем, сейчас. Жизнь истинная только в настоящем! Учитесь любить сейчас. Любить всё и всех вокруг себя. Относитесь с почтением к природе, к окружающим вас людям, животным, ибо почтение — первый шаг на пути к любви. И тогда для вас станет естественным чтить саму любовь, и вы сможете придать ей форму. И когда вам придёт время выбирать спутника жизни, вы будете олицетворением самой любви, сможете его уважать и почитать, а значит, и любить. Вы, девочки, будущие женщины, являетесь сосудом величайшего таинства, в вас таятся знания об истинной природе бытия. Любовь поможет сделать вам правильный выбор в жизни, любовью вы будете исцелять близких своих, давать им радость и счастье. Но помните, что ростку любви нужно, чтобы ничто не скрывало от него солнца разума. Помните, что мы есть вечная душа, которой нужна только безусловная любовь — это главная цель жизни. При этом вы должны уметь контролировать ум и чувства, жить здесь и сейчас, быть свободными от эгоизма. А сейчас порадуемся весне, её торжествующей силе. Соберёмся в хоровод и споём ей величальную.

Девочки, девушки и их наставницы встали в два круга, образуя двойной хоровод. В середину хоровода встала директриса школы, женщина с карими глазами и пышной причёской, и она начала величальную:

— Весна, весна красная — девица-красавица!  
Небо, солнце ясное и земля прославятся.

— Небо-батюшка, земля-матушка... — вторили ей девушки, то поднимая руки вверх, то опуская к земле.

Садовник сидел в сторонке на своём пенёчке.

Он так же, как и школьницы, улыбаясь, повторял:

— Небо- батюшка, земля- матушка...

Надя стояла недалеко от него и видела, как к нему нерешитель-

# Пансион богинь

## повесть-сказка

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

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

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

Ирина Кучер,

Родовое поселение Богатырское, Ивановская область

ной походкой подошла девочка 14 лет (так показалось Наде). Старец взял её за руку, посмотрел ей ласково в глаза.

— Дедушка Садовник, меня томит один вопрос... Вот скоро Лельник, я так же, как и мои подружки, заплету одну косу и стану девушкой. Наступит пора и мне надо будет выбирать пару, но я среди подружек «серая мышка», нет у меня красивых волос, глазки маленькие, да и ростом я не удалась. Как же мне быть, дедушка?

— Не горюй, дитя моё. Красота внешняя — это ведь большая ответственность, её надо оправдать, а то она может и испортить-



ся. А вот красивая и светлая душа — это и есть источник красоты внешней. Вот соловей — птичка невзрачная, а как поёт — не слушаешься! Я слышал, как ты играешь на флейте. До глубины души трогают извлекаемые тобой звуки. А грядки у тебя какие ухоженные, благоухают ароматами! Как тебе удаётся такую вкусную репку выращивать? У тебя есть, наверно, свой секрет?

— Да нет, дедушка, никакого секрета Мне только нравится. Я люблю это делать, ухаживать за растениями.

— Вот так и живи, делай всё с

любовью. Она, любовь, и сделала из тебя красавицу. И тот, кого ты полюбишь, непременно выберет тебя и окружит заботой и любовью.

Садовник ласково погладил девочку по голове, обнял.

— А теперь иди, порадуйся весенним денёчкам, повеселись с подружками и думай только о счастье, которое есть и будет у тебя всегда.

А хоровод продолжался. Новенькие девочки старались не отставать от старших. Всем было весело и радостно. У директрисы щёки покраснелись, не-

покорный завиток выпал из пышной причёски, глаза светились радостью и умилением. Солнце уходило за деревья, но было заметно, как ему не хотелось этого делать. Его верхушка ещё долго выглядывала из-за леса, стараясь хоть немного посмотреть ещё девичий праздник.

Кто-то тронул Надю за плечо:

— Ой, фея Вера, я забыла обо всём на свете.

— Нам пора возвращаться, Надя, а то мама тебя потеряет. Дай руку...

недавно девочки постарше звали тебя покурить за угол школы, а ты не только не пошла, но и свою подружку Катю отговорила, нашла правильные слова, чтобы она поняла.

— Откуда ты всё знаешь, Вера? Просто удивительно!

— Я же Фея. Работа у меня такая. А ещё вспомни, как на уроке математики учительница рассердилась на вас и многим поставила двойки, как на перемене весь класс её ругал. Сколько было сказано плохих слов в её адрес! А ты одна возразила, сказав, что «у Анны Юрьевны душа болит», и все притихли...

— Да мне просто стало её жалко, она ведь по сути своей хорошая. Но я же не говорила каких-то высоких слов.

— Ты думала о человеке хорошо, с любовью. И достаточно было одной фразы, чтобы повысить вибрации энергии, пусть на чуть-чуть пока, но может быть, в будущем ты сможешь и больше. Я знаю, к тебе будут прислушиваться люди, и ты будешь их подтягивать до своего уровня вибраций, как Садовник!

— Я? — Надя рассмеялась смущённо. — Я ведь не специально, я просто так чувствую.

— Вот и хорошо, что нет в тебе гордыни. Живи по своим внутренним желаниям. Эта твоя любовь к людям обладает большим целительным свойством. А когда человек начинает исцеляться, то постепенно всё в нём становится чистым и всё вокруг тоже начинает очищаться. Всё идёт от человека... Ну а что касается женщин, то в духовности они всегда были впереди, они становились матерями и воспитывали детей, и от них всегда очень многое зависело. Через женщину Бог воплощает свои замыслы.

С тех пор Надя с Верой часто посещали «пансион» — так Фея назвала эту школу для девочек. Наде всё больше и больше нравилась эта школа. И даже в летние каникулы она часто просила Фею посетить эту волшебную страну, потому что там продолжалась плодотворная и радостная жизнь.

В начале июня Вера и Надя оказались в школе ранним утром. Ученицы школы только проснулись, омылись водой — кто в душе, кто в пруду.

Девочка лет восьми стояла у пруда и никак не могла войти в воду.

— Боюсь я, — шептала она, пятясь, — боюсь, не хочу, она холодная.

К ней подошла белокурая девушка Светлана и взяла за руку.

— Страх уйдёт, если тыстроишь себя на ощущение свежести и чистоты. Повторяй за мной: «Водица-водица, моя чистая сестрица, ты прозрачна как небо, ты свежа, как воздух; ты нежна, как пух; ты душиста, как цветок! Омой моё тело, омой мои мысли, чтоб страхи и боли наружу все вышли».

Девочка последовала примеру наставницы, потом, преодолевая страх, вошла в воду и окунулась.

— Ну вот, хорошо! Почувствуй, какая вода ласковая и тёплая? А теперь поблагодари её от души. Запомни: преодолешь себя — будешь дальше развиваться. Это главный закон жизни. Все трудности и обстоятельства помогают тебе расти и совершенствоваться. Полюбишь напряжение своих сил и возможностей, и тебе станет легче и веселее жить.

После того как девочки вышли из воды и оделись, одна из веста-

### СПРАВКА

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

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

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

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





лок воскликнула:

— Смотрите, солнце тоже проснулось!

И действительно из-за леса показался золотой диск солнца, возвещая о новом благословенном дне. Видна была только его верхушка, но свет и тепло уже ощутили на себе все сущности Бога: радостно щебетали птицы в саду, ящерики живо забегали по каменистой горке, почувствовалось ароматное благоухание от цветника; кот залез на самый верх крыши дома и повернулся мордочкой к солнцу.

— Солнце, Солнце красное! Катысь по небу ясному!

Согревай Землю-Матушку!

Наполняй сердца людские любовью и радостью!

Во славу твою! С Любовью к тебе! Ура!!!

Надя почувствовала, как сердце её забилось сильнее, а губы повторяли за девочками эти волшебные слова. Впервые в жизни она увидела солнце так близко и ощутила его тепло и ласку.

«Это же просто солнце, — думала она, — но оно ведь живое, большое, сильное».

Долго Надя оставалась очарованной этим зрелищем, радуясь вместе с девочками новому дню.

После завтрака группа девочек, человек пятнадцать, пошла тропинкою в лес. Повела их Светлана, высокая, дородная круглолицая девушка, с косой русых волос. Она закончила пансион в прошлом году и осталась здесь в качестве наставницы. Большинство из её подруг вышли в этом году замуж, живут теперь в селе, недалеко от школы. Некоторые поступили в высшие учебные заведения А она вот считает своим призванием помогать девочкам на их пути саморазвития здесь, в этой лесной школе. Надя заметила, что девочки не разделяются по возрасту: тут были и самые старшие, и младшие, и ученицы средних классов. Старшие держали за руки младших, первоклашек.

Они шли вдоль опушки леса. Птичка-невеличка прыгала с одного дерева на другое, вела их, заманивая в лес, чирикала.

— А давайте и мы споём! — предложила стройная кареглазая девушка по имени Лада и затянула мелодичную песню:

— Ты красива и щедра, Земля-Матушка моя.

Полноводны берега и привольные луга.

Величавый край родной, расцветай, ликуй весной!

— А-а-а-а, о-о-о, а-а-а-а, о-о-о-о! — подхватили остальные.

Когда песня затихла, Светлана обратилась к младшим девочкам:

— Кто из вас знает этот цветок? — и показала на мохнатый шарик у её ног.

— Это ж одуванчик, — ответила худенькая девчушка с веснушками на носу.

— Нет, это не одуванчик, — одхватила разговор другая черноглазая девчушка. — Одуванчик большой, а это маленький шарик и плотный.

— Да, верно, это растение называется мать-и-мачеха. Посмотрите на стебелёк-цветоножку: у одуванчика он зелёный, гладкий, упругий, а у мать-и-мачехи весь нежными слегка буроватыми чешуйками покрыт. Листья у одуванчика узкие, зубчатые и блестят, словно глянецом покрыты, а мать-и-мачеха имеет лист широкий, сверху темно-зелёный, гладкий, снизу беловатый, мягкий, будто бархатом подбит. Сорвёшь

такой лист, приложишь к щеке пушистой стороной — она тёплая, нежная, как ласковые руки матери, а от гладкой стороны лишь холодом веет. Именно за эти качества и прозвали в народе цветок мать-и-мачеха. И расти она любит в местах, где близко подземные воды. Это растение целебное, от многих недугов. Цветы мы собирали весной, а вот листья будем собирать в конце июня, в Купальные дни. Тогда они имеют особенную силу.

Девушки устремились в глубину леса. Тропинка их вывела на лесную поляну. Здесь, в тени, куда ещё не доходило солнце, опершись ветвями на стоящую рядом ёлку, возвышалась старая берёза. Много лет назад Светлана посадила к берёзе ёлочки, теперь они стали для неё опорой.

— Здравствуй, моя старушка! Ну вот смотри, сколько я тебе дочек привела, радуйся! — и шёпотом добавила, прислонясь к стволу щекой: — Я тебя не оставляю, — и, повернувшись к девочкам добавила: — Ей лет двести, не меньше. Видите, ветви свои, словно космы седые, свесила к земле. Она очень мудрая. Если захотите, она вам много чего расскажет.

И, обернувшись, девушка всплеснула руками:

— Смотрите-ка, а вот и молоденькие берёзки рядом появились, стоят в ряд, далеко разбегаются, целый «детский сад». Ну, теперь я за тебя спокойна, берёзка, есть у тебя продолженье.

Девочки тоже разбрелись по поляне в поисках знакомых трав и цветов и, найдя нужное растение, с радостью наперебой рассказывали о нём своим наставницам.

— А я знаю растение-хищник, — углубившись в лес, сказала Олеся. — Вот там, среди мха, виднеется небольшое красноватое растение. Это росляк — растение-охотник. Листочки у неё невелики, но необычны. Каждый листик сплошь покрыт волосками, а на кончиках волосков, словно чистая роса, сверкает капелька. Садится на лист росляк комар, а на нём не роса, а густая и липкая слизь. Прочно держит она комара. Волоски, касаясь его, выделяют жгучий сок. Под его воздействием комар растворяется и всасывается листом. Таким образом росляк кормится комарами. Очень полезное растение. Можно сказать, что любое растение в природе имеет своё значение, свойственное только ему. Одни растения лечат человека, другие кормят, третьи погоду предсказывают, а по четвёртым время можно проверять.

— Расскажи, Олеся, про растения, по которым можно время сверять, пожалуйста, — попросили Олеся девочки.

— Ну вот, смотрите, шиповник и цикорий раскрывают свои цветы в половине пятого утра; мак, осот огородный и лилейник в пять распускаются; одуванчик, тюльпан и ястребинка зонтичная в полшестого утра зацветают; лён и осот полевой цветы свои к семи распускают. Вьюнок полевой и лилия в половине восьмого расцветают, а бархатцы — в полдевятого; ноготки — в девять, а вот кислица и мать-и-мачеха только к десяти часам утра просыпаются. Также и засыпают все растения по-своему, в разное время.

За разговорами и рассказами о травах и цветах ученицы не заметили, как подошли к своей родной школе.

Младшие девочки побежали к цветнику, который находился в центре двора, чтобы посмотреть, какие цветы проснулись, а какие

ещё спят или уже заснули.

После обеда девочки разбрелись по своим огородным грядкам. В эту пору они требовали особого внимания. Рассада только набирала силу, и надо было помочь ей где словом, где взглядом добрым, а где и руками подправить, приласкать. Появились и первые плоды: редиска, зелень разная.

Много чего узнала Надя, наблюдая за школьницами: например как необычно, с какой любовью и вниманием они общаются со своими саженцами, как с живыми существами. Одна девочка говорила своей редиске:

— Какая ж ты у меня красивая и круглая уродилась, милая редисочка, и, наверное, очень сладкая. Дай-ка я тебя попробую, — и, откусив круглый бок редиски, приговаривала: — Ой, спасибо, удружила, ой, вкусна и сочна!

Надя не выдержала и расхохоталась, глядя на это зрелище. Также Надя узнала о том, что можно питаться только растительной пищей: овощами, плодами, ягодами, злаками, орехами и зеленью. В пансионе именно так и питались девочки; это была пища из выращенных ими плодов и овощей, собранных в лесу, а также привезённых из ближайших селений. Сладости были тоже приготовлены из фруктов и ягод. Всё это называлось вегетарианской пищей и всегда перед обедом напоминалось девочкам, насколько полезна такая еда.

Наставница говорила им примерно такие слова перед принятием пищи:

— Сейчас прежде всего вы должны думать о своём здоровье: телесном и духовном. Во многом оно складывается из той еды, которую вы употребляете. Продукты должны быть свежими, живыми, наполненными энергией Земли и Солнца; только тогда они принесут вам пользу. Вы наполняете свой организм живительным нектаром и будете всегда здоровы. А в будущем и своих детей, своего мужа научите быть здоровыми. Сегодня у нас на обед гречневая каша, приготовленная на воде в духовом шкафу, салат из моркови с черносливом и компот из шиповника. Гречка и шиповник содержат флавоноиды, морковь — витамин А, которые очень полезны вашему организму. И приготовлены эти блюда с любовью к вам и заботой о вашем здоровье. Приятного вам аппетита!

Так говорилось каждый раз перед обедом. Блюда менялись, называлась их ценность; девочки постепенно усваивали эти простые истины, настраивались на полезную и приятную трапезу. Старшеклассницы сами по очереди участвовали в приготовлении блюд и даже придумывали свои оригинальные рецепты.

Так что Надя многое поняла и многому научилась в этой волшебной школе. Побывала она здесь в Купальные дни: собирала вместе с девочками различные травы, плела венки себе на чело, наблюдала игры, хороводы, прыгала через крапиву, купалась в пруду ночью на Ивана Купалу. В конце июля участвовала в празднике Земли, видела воочию, сколько овощей, плодов, зелени вырастили и собрали к этому празднику девочки, как они радовались своему урожаю, как благодарили Землю-Матушку...

**Ирина КУЧЕР**  
ППП Богатырское,  
Ивановская область

Продолжение в следующем номере.

# Ленивый родитель — шанс ребёнка на нобелевку

Проводили эксперимент про познавательную активность. Маму с ребёнком дошкольного возраста приглашали в кабинет, полный всяких развивающих игр и вообще интересных и малопонятных штук. Потом экспериментатор извинялся, говорил, что ему надо совсем ненадолго отойти и предлагал чувствовать себя в кабинете «как дома», говорил, что можно «посмотреть пока, что у нас тут есть». И уходил. Но недалеко, коварный, а за стеночку, где было особое зеркало: с одной стороны как зеркало, с другой — прозрачное, его часто используют для опытов над людьми в психологических экспериментах.

Через окошко-зеркало он наблюдал, чем заняты мама с ребёнком.

Основных типов поведения было четыре:

1. Мама грозно шикала на ребёнка, чтобы «сидел смирно, ничего не трогал», и они вдвоём неподвижно ждали возвращения специалиста. Если ребёнок пытался что-то взять, мама одёргивала.

2. Мама доставала из сумки журнальчик и погружалась в чтение, на ребёнка внимания не обращала. Он, постепенно смелея, начинал всё брать, рассматривать, крутить и т. д.

3. Мама воодушевлённо говорила ребёнку: «Смотри, какие хорошие игры!» И начинала показывать ребёнку и объяснять, как в них играть.

4. Мама, забыв про ребёнка, с азартом хватала то одну игру, то другую и пыталась вникнуть, что это и зачем. Ребёнок тоже всё хватал и рассматривал.

Потом психолог возвращался в комнату и проводил с помощью специальной методики тестирование уровня познавательной активности у ребёнка. Отгадайте, у детей из какой группы оказались лучшие результаты?

Самые высокие показатели были у деток самых любознательных мам, из 4-й группы. Затем шли дети мам из 2-й группы. И гораздо худшие результаты были у тех, кому всё запрещали и кем руководили.

Мораль очевидна. Не надо никак особо эту самую познавательную активность развивать. Если ребёнок живёт в богатой интересной, интригующей среде, а глав-

ное — если самим родителям всё интересно и они не сидят каждый вечер перед телевизором, то всё само прекрасно разовьётся. А если родители ещё и радуются проявлениям любознательности у ребёнка и не отмахиваются от его вопросов, если у них умные и интересные друзья, с которыми они общаются при детях, если у них интересная и любимая работа, о которой они рассказывают дома, то всё вообще классно. Такая вот чудесная новость для ленивых, но любопытных родителей.

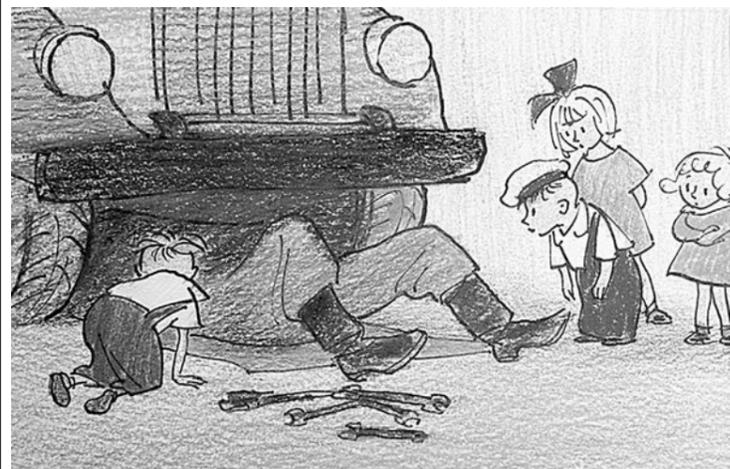
Но есть и другое обстоятельство — познавательная активность не терпит сильного и длительного стресса. Если ребёнка очень плохо, страшно, одиноко, ему не до новых знаний. Всем, наверное, приходилось наблюдать: вот ребёнок на прогулке — весь воплощённая познавательная активность. Он наблюдает за гусеницей, воробьём, кошкой. Но время от времени посматривает на маму на скамейке. И вдруг — мама пропала! Отошла куда-то! Всё, мгновенно познавательная активность сворачивается, и пока мама не найдётся и не успокоит, ребёнка не до гусениц.

С другой стороны, очень много всего нужно, чтобы познавательная активность цвела. Нужна любовь родителей, хорошая атмосфера в доме, безопасность, доверие. Чтобы не дёргали, не запрещали и не руководили всё время. Но чтобы при этом не в вате держали и были в жизни ребёнка неожиданными, приключения и умеренные стрессы.

Как об этом подумаешь, так становится понятно, что в низком уровне любознательности у большинства современных детей виновата совсем не только школа.

И всё это, конечно, требует большой работы, хотя и не в том смысле, в каком думают родители, «посвятившие ребёнку всю жизнь». Думать, чувствовать, хотеть, стараться понимать ребёнка, а не жить его жизнь за него, осознанно строить отношения в семье, без агрессии и постоянной борьбы за власть, не опускаться, не останавливаться в развитии.

**Людмила ПЕТРАНОВСКАЯ**  
Иллюстрация Евгения Щеглова



## Как пытаются повысить рождаемость

По причине глубоко введшегося в сознание современных людей материализма принято считать, что все вопросы в жизни решаются деньгами. Это англосаксонская мысль, но она не верна, вернее, верна лишь отчасти, не абсолютно. Многие вещи деньгами не решаются; это верно даже для бизнеса. А уж в демографии — тем более. Поднять народные массы на действия, переломить исторический тренд — всё это невозможно сделать одними лишь материальными стимулами. Люди руководят большие идеи, «овладевшие массами» (по известному выражению Маркса), хотя сами люди часто полагают, что ими движет материальный интерес, поскольку в современном дискурсе

детей, которое есть у женщины в голове, но для того, чтобы его увеличить, нужны совсем иные меры. Чтобы сдвинуть этот процесс, нужно ни много ни мало сдвинуть глубинные структуры психики современной городской женщины. Сегодня у современной образованной городской женщины «в голове» один-два ребёнка, больше она не родит при любом экономическом стимулировании. Ей это просто не интересно: зона её интересов — работа, карьера, хобби, светская жизнь, путешествия, но не дети. Об этом надо сказать прямо и определённо, без виляния.

Вообще многие вещи, перед которыми останавливаются в недоумении всякого рода науки вроде экономики или социологии, очень хорошо понимаются из глубины человека при рассмо-

детей. Крестьяне в эпоху Муссолини отлично велись. Тогда осушили болота в области Венето, государство раздавало землю многодетным — и это действовало. Немки при Гитлере велись, потому что в голове у них прочно сидели «три К». И наши среднеазиаты поведутся. Если будут завозить узбеков, таджиков, киргизов, то есть тех, у кого ещё живы традиции многодетности, а женщины ещё не научились «много о себе понимать» — так вот на них экономическое стимулирование подействует. Они и без всякого стимулирования рожают, а уж с ним!

Вот у нас со смесью ужаса и негодования рассказывают о том, как в московских школах есть якобы целые классы, где ни одного русского ученика и т.д. Господа, а чего вы хотите? Их женщины рожают, а наши самореализуются. У

Необходимо научиться разгонять моду. Технологии этого дела, в общем, известны и многократно апробированы в коммерческом секторе, но тут нужны, как мне кажется, более мощные техники.

Модным может стать всё без исключения. Быть умным или быть глупым, зато сильным. Практиковать ЗОЖ или плевать на своё здоровье. Курить или принципиально не курить. В моду входят разные профессии и социальные роли: когда-то на волне был ядерный физик, а когда-то бандит. Люди старшего поколения помнят, как изменялся общественный рейтинг профессии военного: от крайне престижной — к нейтральной — до едва не позорной — и снова к престижной. На наших глазах такую же эволюцию претерпела профессия бухгалтера, банковского клерка. В мою мо-

Так должно происходить на всех каналах массовых коммуникаций. Тут недопустим никакой плюрализм мнений.

Если, положим, государственный бесплатный канал ТВ будет 24 часа в сутки вещать в пользу материнства и младенчества, воспевать семейные радости, но при этом нажатием кнопки можно будет перейти на другой канал, где прославляются успехи удачливых куртизанок или звёзд (что зачастую неразличимо, но главное, что сегодня это идеал, к которому стремятся молодые девушки) — так вот в этом случае ничего не получится. Почему? Да потому что у звезды всё классно и прикольно, а у этой дуры-мамаши — что? Горшки да пелёнки. Образ звезды-куртизанки всегда победит в качестве ролевой модели и образца для подражания.

Нужно дать симпатичный, привлекательный образ многодетной мамы, и не один, а чтобы он был перед глазами постоянно. Взрослых уже не переделаешь, а если начать с младшеклассниц — может получиться.

По всей видимости, надо формировать представление о том, что это некий отдельный жизненный путь, отдельная карьера — многодетная мать. Правильно по-

# Количество детей у женщины



## НЕ В КОШЕЛЬКЕ, А В ГОЛОВЕ

всё принято сводить к экономике. В сущности, это религиозные идеи, верования, которые могут носить форму идеологии, то есть светской религии.

Помню, однажды мы беседовали с друзьями о демографии. Один гость, знающий Германию, очень хвалил тамошние порядки: каждому ребёнку обеспечивается прожиточный минимум, выдаётся достойное жильё, матери пособие — только рожай. «Не то, что у нас» — возмущался мой знакомый. Мы тут же открыли интернет и узнали: в Германии коэффициент фертильности (способность женщин к деторождению) практически такой же, как в России.

Экономические меры поощрения рождаемости действуют плохо, а если и действуют, то только на низкие слои населения, какковые в Германии (да во многом и у нас) представлены мигрантами. Меркель не случайно говорила, что-де немцев сменят в скором по историческим меркам времени какие-то «среднеевропейцы». Об этом же — о вымирании немецкой нации — писал в своё время скандальный публицист Тило Саррацин, за что его потом долго позорили и «отменяли». Потому что сказал он неприятную правду, при этом прекрасно обоснованную статистическим материалом, что особенно обидно.

Дело в том, что количество детей у женщины не в кошельке, а в голове. Статью с таким заглавием я написала несколько лет назад, и она широко разбрелась по интернету. Повторю некоторые её тезисы.

У каждого человека (женщины особенно) есть представление о правильном количестве детей в семье. У русской женщины это два или один. Крайне редко три. Практически никогда «сколько бог даст». При недостатке денег она может не дотянуть до «правильного» с её точки зрения количества детей. С помощью создания благоприятных условий жизни — деньги, жильё, сады-ясли, лагеря — можно «вытащить» то количество

трени конкретную личность. Что, разумеется, не отменяет изучения массовых процессов.

Вот женщина вполне благополучная. Ещё при советской власти у неё были хорошие жилищные условия, надёжный муж, мама, жившая с нею и активно участвовавшая в домашнем хозяйстве. Даже «лихие девяностые» они прожили не роскошно, но вполне достойно. Впоследствии семья занялась бизнесом; олигархами не стали, но прочное благосостояние нажили. И много ли детей родила моя героиня? Всего двух. При этом никаких препятствий к тому, чтобы родить трёх-четырёх не было: здоровье нормальное, условия хорошие. Даже нельзя сказать, чтобы дети сильно помешали её творческой реализации или чему-то в этом роде, на что любят ссылаться молодые женщины. Она вполне могла нанять няню: жилищные и финансовые условия позволяли. Так почему же она родила так мало детей? Причина проста: в той среде, в которой сформировалась эта женщина, иметь детей числом свыше двух — не принято, почти неприлично, вызывает ассоциацию то ли с цыганками, то ли с негритянками. Разумеется, эти мотивы не доводились до сознания, а оставались где-то в глубинах подсознания. А на поверхности было: не принято, довольно и двух. Если бы этой женщине предложили какие-то льготы и пособия, что она ответит? Очевидно: «Спасибо, не надо». Я очень хорошо это знаю, потому что эта женщина — я сама.

Кто напрямую ведётся на экономическое стимулирование? Те, у кого в голове по-прежнему много

наших нет денег? А у тех денег гораздо больше?

### Можно ли изменить психологию современной женщины?

Теперь самое интересное. Можно ли изменить психологию современной женщины? Сделать так, чтобы она захотела стать многодетной. В массовом порядке. Потому что нужны не отдельные демографические курьёзы, а массовые процессы, именно они решают дело.

В каком направлении надо менять женскую психологию? Очевидно: вырастить одного-двух можно между делом. Трёх и больше между делом не вырастить. Да и не родит она, скорее всего, троих, если у неё интересы вне дома. Очень важно понять: не денег ей часто не хватает, а просто интересы у неё в другом месте. Дети ей не интересны, работать ей увлекательнее и проще. Да и впрямь обычная женская конторская работа легче домашней колготки.

Значит, менять женскую психологию придётся весьма радикально. Женщина должна считать замужество и материнство главным делом жизни. Не побочным, не фоном, не «как получится», а главным. То есть идеалом и образцом женщины должна снова стать домохозяйка и мать, а не работающая женщина, как сегодня.

Главное, что надо сделать материнство престижным. Такой образ жизни — многодетный — должен казаться молодым девушкам модным, завидным, современным.

лодость это был символ скукоты и жизненных задворков, потом это стало чем-то страшно престижным, а теперь — просто нейтральным. Вероятно, такие же метаморфозы мыслимы и с профессией мамы и домашней хозяйки.

Это мракобесие и реакция! Автор зовёт в каменный век! Ну да. Если мы хотим достичь результата, как есть. Единственное, к чему зовёт автор, это к прямому взгляду на вещи.

Если мы хотим в самом деле совершить этот поворот, то потребуются огромные усилия воспитательной работы и тотальной пропаганды. По всем каналам массовых коммуникаций должны транслироваться только утверждённые принципы и взгляды. При этом должен быть полный запрет на пропаганду противоположных ценностей.

Необходимо запретить пропаганду феминистической повестки, объявить феминизм явлением антиобщественным, запретить пропаганду чайд-фри как явления, способствующего вымиранию народа. В фильмах и передачах для массовой аудитории активно высмеивать феминизм во всех его формах.

Следует упорно формировать в сознании связь многодетности и успешности. Богатые и знаменитые — это многодетные. Их надо находить (они есть!) и продвигать в качестве ролевой модели.

казано в какой-то социальной рекламе: женщина говорит, что она — глава малого предприятия, а потом оказывается, что она — многодетная мать. Но всё это отдельные всплески, которые погоды не делают. В настоящий момент молодые девушки массово стремятся к карьере вне семьи. Это и понятно: их матери и бабушки воспитывались в этой, антисемейной парадигме.

В настоящее время общая настроенность общественного сознания такова, что всякое упоминание о том, что девушкам надо думать не только об образовании и карьере, но и о семье приводит к всплеску негодования. Когда сенатор Маргарита Павлова сказала, что нужно «перестать ориентировать девушек на получение высшего образования», поднялся возмущённый ор. Хотя, если обратиться к оригиналу, сказала она вовсе не то, что девушкам не надо учиться.

Переломить такой ориентир быстро невозможно в рамках одного «Года семьи» или фестиваля «Мама, папа я — дружная семья». Надо настроиться на длительную работу, это дело на десятилетия. Государство, безусловно, должно материально помогать этим женщинам, но без воспитания материальная помощь не сработает.

Одновременно необходимо пропагандировать роль отца семейства. В современной жизни мужчина — это униженный и угнетённый элемент. В семье он часто не уважаем, его в любой момент могут выставить вон и лишить детей: инициатива развода чаще всего исходит от женщины,



ей же по традиции остаются дети. По-другому и не может быть при господстве философии и психологии феминизма. Даже само название «материнский капитал» говорит о том, что муж тут ни при чём. Капитал должен быть семейным, а льготы адресованы семье, а не одной лишь женщине.

Неплохо обсудить такой вопрос. Многодетный отец мог бы получать пособие от государства, исчисляемое как процент от своей зарплаты. Это побудило бы «обелять» зарплату и, главное, делало бы отца более уважаемой фигурой. Ведь почему в прежние, допрогрессивные, времена мужчины платили больше за одинаковую с женщиной работу? Да потому, что в его зарплате была доля жены и детей, а женщина если работала, считалось, что она одиночка.

Семейный статус должен учитываться при назначении на государственные должности, при выдвижении в депутаты и т.п. Многолетние граждане, живущие в первом и единственном браке, должны обладать преимуществами. Именно они составляют основу и несущую конструкцию государства. Разводы должны перестать быть сугубо личным делом, а составлять существенный «минус».

## Мы — русские!

На отцов может подействовать и такая идея. Совершенно очевидно, что культуру нашего государства определяет русский этнос. Русские никогда не были угнетателями других народов, вели себя как старший брат по отношению к младшим: сам не доем, а меньших накормлю. Основные тяготы государственного и культурного строительства лежат на русском народе. Говорить об этом как-то стесняются опять-таки из суетливой политкорректности, но это чистая правда. Чтобы прямо сказать об этом, надо обладать уверенностью в себе на уровне товарища Сталина (вспомним его тост за русский народ). При этом русский народ как раз и вымирает быстрее других этносов. Тут прав Константин Малофеев: должна быть высокая задача — сохранить и преумножить русских.

Значит, надо отдельно пропагандировать размножение именно русского народа. Идея такая: я — русский, я — многодетный. Это создаёт ту самую большую идею, верование, которое способно вести человека по жизни. Мужчине более, чем женщине, необходима большая идея. Но эту идею нужно хорошо сформулировать и внедрить в сознание посредством постоянного повторения. На это, как мне представляется, способны вестись более всего простые русские люди, рабочие и крестьяне.

**Татьяна ВОЕВОДИНА**  
<https://zavtra.ru>



# Влияние современных СМИ на рост числа аборт и эрозию семьи



**В** современном мире, где господствуют средства массовой информации, всё чаще приобретает иллюзия осознанности при принятии решений, люди как бы делают правильный выбор. При обработке огромного количества информации, поступающей со всех сторон, как из радио, так и из телевидения, а в эпоху цифровых технологий всё чаще из многих порталов в интернете, неправильный выбор становится следствием всё более агрессивной пропаганды безчеловечности, злобы, безответственности, а также культивирование антисемейной модели поведения. К сожалению, соответственно, большинство имеет дело не с причиной, а со следствием, что приводит чаще всего к ужасным примерам, а иногда и фатальным.

Запоздалая реакция или, как говорят в народе, «запоздалая мысль» не решает проблему, поскольку источник всех проблем скрыт в ценностях и модели поведения. Я это подчёркиваю, потому что многие группы (среди которых есть общественные деятели — варьете, шоу-программы) пытаются навязать в качестве ориентира свой, по большей части при-

чудливый шаблон. Основной мишенью дегуманизации также являются люди, особенно молодое поколение, с рождения пользующиеся «умными» телефонами и компьютерами, копирующие модель поведения многих общественных деятелей под такой информационной атакой. Сама теория социального моделирования указывает, как с помощью средств массовой информации создать человека с заранее заданными параметрами поведения. Проще говоря, создать зомби-биоробота.

Цель всего этого ясна — разрушить ценностные ориентации современного общества, а точнее, свести их лишь к плотским удовольствиям и материальному обогащению (от человека разумного к человеку потребителю). Современный мир перенасыщен, мы производим больше, чем необходимо — «от иглы до паровоза».

Необходимость покупать новую модель телефона каждый год прививается, следуя так называемым модным тенденциям и тому подобное. Таким образом, человек перестаёт быть «мерой всех вещей», и мера становится всякой чепухой. Есть ещё и ответственность родителей, которые обязаны беречь своего ребёнка и обес-

печивать ему любовь, внимание и радость, а не «компенсировать» всё это торговлей разными ненужными вещами, которые дети выбирают потому, что это им предлагает «экран».

Необходимо посвятить себя детям, а не оставлять их на произвол всемирной паутины, алгоритмов и жёсткой маркетинговой среды. Модель «бери от жизни всё безвозмездно» ведёт к разорению. Пошлые журналы и таблоиды активно пропагандируют секс как развлечение, а не как Божественную связь двух Душ, соединившихся в Любви и стремящихся к расширению Рода. А ещё они издеваются над телегонией, материнством, и вообще, какую бы модель этой матрицы вы ни взяли, каждая одинаково вредна. Есть пословица, которая гласит: «Скажи человеку 100 раз, что он свинья, и он 101 раз начнёт валяться в грязи и хрюкать».

Все упомянутые стратегии являются механизмами саморазрушения, особенно направленными на молодое население. Чья психика более пластична. Феминистская зараза распространяется на Восток с молниеносной скоростью. Женщина, забыв, что она прежде всего представительница слабого пола и мать, под влиянием феминизма уже не хочет служить своему дому, а согласилась быть, так сказать, метлой и лопатой на рынке труда дикого капитализма.

Так называемая «феминистская эмансипация» на самом деле является освобождением женщины от семьи. Такого обмана не зафиксировано в новейшей истории, здесь мы перешли от классовых борьбы к борьбе полов. И в Сербии, и в России ситуация крайне плохая. Число аборт увеличилось, хотя в долгосрочной перспективе это имеет множество последствий, в том числе самое худшее — разрушение репродуктивной системы. Игнорируется и факт так называемого «медицинского канибализма» или, как я его на-

зывают, «бизнеса, основанного на смерти», то есть использования останков, которые перепродают во многие косметические центры и лаборатории для экспериментов с лекарствами из эмбрионального материала. Это «рентабельное сырьё» стало пользоваться большим спросом. Также был создан запатентованный метод трансплантации клеток из тканей плода. Эти «лекарства» используются для повышения либидо и потенции.

Наибольший спрос наблюдается среди богатых, нуждающихся в омоложении. Руководствуясь крылатой фразой товарища Сталина: «Критикуешь — предлагаешь, предлагаешь — работай, работай — отвечай», я считаю, что начинать надо прежде всего с социального уровня, формируя общую международную федерацию организаций со схожими программами, которые могли бы впоследствии перейти и на другой мировой уровень.

Конечно, при сотрудничестве с представителями конфессий, а также при увеличении миссионерской активности, ведь недостаточно просто что-то запретить, но ещё и заняться просветительством. Пример Польши (где аборт разрешены только в случае инацита, изнасилования или когда беременность ставит под угрозу жизнь матери), Техаса, а также важная позиция Папы Римского о том, что Ватикан остаётся против аборт. Также необходимо активно работать над правовыми аспектами поддержки семьи и семейных ценностей во взаимодействии с государственными органами, такими как Министерство образования, Министерства социальной работы и Министерства здравоохранения. Я бы тоже предложил строить памятники нерождённым детям во всех регионах. Чем больше мы сосредоточимся на теме, тем лучше будет результат.

Стефан Игоревич Вукович, президент Евразийского дипломатического центра, представитель Международной ассоциации «Генералы мира — за мир», член главной рабочей группы по делам детей и молодёжи ООН

<https://vk.com/whatisgood2?w=w>  
all-82197743\_1489349

## Женские качества

Многие люди ошибочно принимают женщин за прислугу, которая должна и работать, и дом убирать, и готовить вкусно и разнообразно. А также детей рожать, воспитывать, строить карьеру и быть при этом независимой личностью.

Да, женщина может многое, но следует понимать, что, загружая её не по назначению, мужчины теряют нечто иное.

Заземление — это одно из величайших даров Женской Природы. Когда женщина заземлена, она видит жизнь такой, какая она есть на самом деле. Она не улетает в мир иллюзий, а остаётся здесь и сейчас, в реальности. И тогда жизнь начинает меняться: происходят важные события, мужчины проявляют активность, усиливается мужская энергия, возрастает доход...

Как же овладеть данным качеством?

- Женщины, не ждите идеальных условий! У каждой из вас свои задачи и предназначение, научитесь принимать то, что имеете, здесь и сейчас.

- Ещё одно качество женщины — берегиня. Это глубинное женское качество, которое вложено в Родовые программы и сочетает заботу, доброту и умение хранить своё пространство в благости и чистоте. Это качество настоящей хозяйки своей жизни.

- Берегиня охраняет свой внутренний мир, освобождая его от лжи, злобы и корысти. Чем меньше таких энергий будет в мыслях женщины, тем радостнее станет жизнь вокруг неё. Выражайте искренние эмоции, доброта и безкорыстие — ключи к вашей внутренней гармонии.

- Каждый человек ежедневно делает выбор: созидать или разрушать — в мыслях, словах, чувствах и поступках. Важно осознанно

выбирать созидание, дарить окружающим радость и свет.

Если женщины хотят перемен, нужно всего лишь чуть иначе мыслить и не допускать негатива.

Одна моя знакомая обижалась на дочь, которая вернулась из поездки и не спешила поделиться впечатлениями. «Ну, я же оплатила ей поездку, она должна мне всё рассказать!» «Да, оплатила, но ты же не купила её любовь!» — ответила ей я.

- Служение другим людям и близким без ожидания благодарности или любви в ответ наполнит жизнь смыслом и теплом.

Следите за вашим настроением, которым наполняете пространство: радость или печаль, бодрость или гнев. Этот выбор всегда за вами.

Покой — это не просто состояние бездействия, это отсутствие спешки, погони, борьбы. Это жизнь на природных женских ви-



брациях. Каждое слово и каждое движение должны быть мягкими и расслабленными.

Учитесь наслаждаться моментом, находя красоту и радость в обыденных делах.

- Ещё одно качество женщины — целительница. Только наполненная энергией женщина способна исцелять одним своим словом, присутствием, прикосновением. Её энергия приносит умиротворение и гармонию, она вдохновляет и поддерживает.

Используйте свою силу с любовью и заботой, и мир вокруг вас преобразится!

**Сяна БЕЛОВА,**  
психолог

# Поколения влияют на нашу жизнь

Наши предки — это генетический и эпигенетический энергетический набор наклонностей и возможностей, который достался нам в наследство.

Каждое поколение влияет на нас сегодняшних. Каждый предок важен и может помочь нам решить определённые задачи в нашей жизни. А мы будем влиять на всех наших потомков. Всё это составляет энергетическую родовую линию жизни.

Посмотрим, как каждое поколение влияет на нашу жизнь и за какие её аспекты напрямую отвечает.

## Первое поколение — это мы сами

Это Солнце. Каждый раз, делая свой выбор, мы используем то, что досталось нам в наследство и имеем возможность это изменить здесь и сейчас. И всё, что мы делаем здесь и сейчас, остаётся навсегда в нашем роду и передаётся дальше по поколениям.

## Второе поколение — это наши родители

Это Луна. Здесь формируются наши привычки и манеры. Здесь находятся наши реакции и поведение в семейных отношениях, то, какими мы будем жёнами и мужьями. И конечно же наши ожидания от семейной жизни и образ «принца на белом коне» или «царевны-лягушки».

Также здесь находится желание эмигрировать. Если родители мечтали о жизни в другой стране, то дети будут пытаться реализовать эту родительскую мечту. Но люди эмигрируют при этом не туда, куда им хочется и где они могут быть счастливы, а едут в страну, о которой мечтал кто-то из родителей. Они бегут от своих проблем, думая, что в другой стране будет лучше. Но на самом деле переезд не приносит счастья. Он решает внешние проблемы, но не внутренние. И тогда даже в другой стране они создают тот же мир в своём доме, что их окружал в детстве. Мир своих родителей вместо своего.

## Третье поколение — это дедушки и бабушки

Роза ветров, ведущая нас по жизни. Наверное, это одно из самых важных влияний из семи поколений. Они представляют в нашей жизни четыре элемента — огонь, землю, воздух и воду. Это определит, какой путь нам предназначен — царя, воина, хранителя традиций или путь испытаний и святости. А главное — это поколение определит сферу нашей деятельности во времени: настоящее, прошлое, будущее или вечность. Быть вам первооткрывателем, устремлённым в будущее, историком, копающимся в прошлом, строителем настоящего или мистиком и философом вечности — определяют их даты рождения.

Их жизнь передаст нам интeресы в области карьеры и род занятий в социуме. И конечно же финансовые способности, ибо именно от них нам достаётся умение

жить себя дома? Что вы знаете о своих прабабушках и прадедушках? Как это может быть с ними связано?

## Пятое поколение

Символом этого поколения является девиз «Честь и Закон». За их деяния мы отвечаем через ава-

страхи, которые затем спровоцируют болезни. Испорченные зубы указывают на возможные заболевания и негативные эмоции и проблемы, доставшиеся нам в наследство. Также плохие зубы могут говорить о родовом проклятии. Возможно, поэтому раньше большое внимание уделяли зубам при заключении брака. На них смотрели как на показатель сильного и здорового рода или наоборот. Таким образом заботились о потомках и продолжении силы рода. Или пытались его улучшить, соединяясь с более сильным родом. Но почки также в позитивном аспекте отвечают за энергию нежности и за-



эффективно зарабатывать и распорядиться деньгами.

Место, где родились наши бабушки и дедушки, автоматически является для нас местом силы, куда полезно приезжать, чтобы восстановиться и набрать энергии.

## Четвёртое поколение —

### это восемь наших предков, которые определяют наш духовный эгрегор

Традицию, к которой мы будем склонны, в каких богов будем верить. Они напрямую связаны с нашими способностями к ораторскому искусству речи. Если они были хорошими рассказчиками, то мы легко будем увлекать за собой словами других людей. От них зависит наша логика, интеллект и тот запас знаний, который мы накопим и увеличим в своей жизни. Так что учитесь, и ваши потомки скажут вам спасибо за все знания, которые вы, получив автоматически, передадите им.

На уровне быта их влияние можно отследить во внутреннем устройстве нашего дома. Это наш быт и то, что нас окружает в домашней обстановке. Задумывались ли вы, какие символы, гербы, древние артефакты украшают ваше жилище и как они к вам пришли? Чем вам хочется окру-

жить себя дома? Что вы знаете о своих прабабушках и прадедушках? Как это может быть с ними связано? рии, штрафы, проблемы с обменом в бизнесе, украденные ценности. Вот так за их грехи расплачиваются потомки. Когда вы хотите нарушить закон или солгать, подумайте о своих потомках. Они обязательно заплатят за это. Также эти 16 человек передадут нам любовь к определённому земному ландшафту. Это те места, где мы с удовольствием будем бывать. А ещё от них нам достаётся внешность и обаяние.

## Шестое поколение отвечает за здоровье и отношения в нашей семье

На уровне тела их проекцией являются наши 32 зуба. Чтобы посмотреть на свой род, вы можете просто взглянуть на свои зубы. Да! Именно зубы отвечают за наших 32-х предков шестого поколения. Если у вас есть зубы мудрости, то это говорит о силе вашего рода. Отсутствие же зубов мудрости говорит о том, что в роду были предки с проблемами и малой силой жизни. Зубы мудрости отвечают за сердце. Все четыре зуба мудрости дают очень большую силу сердца.

Зубы, согласно китайской медицине, отвечают за почки и энергию страха. И предки шестого поколения передадут нам свои

боты. Может, поэтому это поколение также является хранителями любви в семье. Они приводят к нам вторую половинку. Если они были счастливы в браке, то и ваш брак будет гармоничен.

Как видите, заботясь о своём здоровье, вы на самом деле заботитесь о здоровье своих праправнуков. А улучшая взаимоотношения в семье, помогаете своим потомкам обрести семейное счастье.

## Седьмое поколение находится под знаком Сатурна

Это 64 гексаграммы, 64 гена, составляющих наш генокод, 64 оси бытия, рисующих сферу нашего тела и души. Они отвечают в нашей жизни за судьбу. Определяют страну, город, район и дом, где мы родились и живём, то пространство, что нас окружает, то место, где мы родились и где наш будущий потенциал и возможности.

Как видите, наши предки формируют очень многое в нашей жизни. Но мы сами также влияем дальше на семь поколений по роду.

Давайте же посмотрим, что мы оставим своим потомкам в наследство.

## Дети — 2

Вы передадите им свои привычки, нереализованные желания, семейные сценарии, переизбыток, стремление к эмиграции.

## Внуки — 3

В наследство мы оставим свой род занятий в социуме, профессиональные навыки и хобби. Чем им будет нужно заниматься и где они оставят свой след в прошлом, настоящем, будущем или в вечности. Наше место рождения будет для них местом силы, где они смогут восстанавливаться и исцеляться.

## Правнуки — 4 (дети внуков)

Этому поколению от нас достанутся наши духовные ценности, вера в богов и духовная традиция. Накопленные нами знания и интеллект станут базой для их дальнейшего развития. Подобно нам они устроят свой дом и быт. От нас им достанется наше ораторское искусство и обаяние, умение обладать и приумножать материальные богатства и счастливая (или не очень) семейная жизнь.

## Праправнуки — 5 (внуки внуков)

Им мы оставим счета на оплату за свой обман, ложь, воровство. Они оплатят за все наши негативные действия по отношению к другим людям. Они ответят за наши «грехи». И, возможно, мы сами придём в свой род, чтобы оплатить свои счета.

## Прапраправнуки — 6

Это поколение получит наше здоровье. И если мы занимаемся профилактикой и ведём здоровый образ жизни, то у них не будет проблем в этой сфере.

## Прапрапраправнуки — 7

Этим отдалённым потомкам мы передадим в наследство наше отношение к миру, который нас окружает, свою удачу и счастливую форту, подарки судьбы и получение наследства. На этом самом глубоком уровне рода находится любовь к своей земле, стране, городу, улице, дому. Если мы любим свою Землю, свою страну, свой город и ухаживаем за ними, то наши потомки будут рождены в том месте, где их будут окружать любовь и забота, где жизнь для них будет комфортной и наполненной материальными и духовными богатствами.

Как видите, всё взаимосвязано. Мы несём в себе память всех своих предков, но наиболее влияют на нас первые семь. А если мы хотим счастливой жизни не только для себя, но и для своих детей, внуков и более дальних потомков, то снимать негатив надо начинать уже сейчас. Чтобы те, кто получат в наследство наш опыт, смогли пойти другим путём. И тогда они придут в другой мир. Мы не будем знакомы с ними, но будем влиять на них всей силой своей жизни так же, как сейчас на нас влияют наши предки.

*Когда-то их было так много,  
Сейчас я стою здесь одна.  
Из тысячи рек течением вод  
Я создана для бытия.  
Сплелись океаны в могучий поток,  
Излились из неба дождём,  
И это всё станет  
спустя много лет  
Кому-то истоком потом.*



В славянской традиции на третий день после родов ребёнок получал от отца своё первое имя — отеческое имя. В 12 лет все подростки проходили через два обряда — совершеннолетия и имянаречения.

«Совершеннолетие» — экзамен на взрослость. Это сейчас у нас все дети до 21 года, а раньше человек в 12 лет уже отвечал за себя и свои поступки.

Кстати, сегодняшние «кризисы» подросткового возраста — это и есть непройденные обряды имянаречения и совершеннолетия в 12 лет.

«Имянаречение» — получение тайного и общинного имени от Рода через жреца или волхва. Иногда во время обряда ребёнок сам сообщал своё настоящее имя волхву. Но не все дети могли его вспомнить, поэтому чаще было наоборот — волхв говорил имя.

Чтобы получить имя от Рода через волхва, дети проходили испытания. Жрецы проверяли, как ребятки мыслят и знают ли свою родословную, Держатся ли в седле и умеют ли обращаться с ножом.

Если мальчишка рос большой и хилый и экзамен сей сдать не мог, ему давали всё необходимое для выживания в лесу и он уходил туда на год. Возвращался живой и здоровый — стало быть, имени он достоин.

Отметим, что лес — было делом добровольным. Однако с младенческим именем никто ходить не хотел, поэтому обряд имянаречения проходили все юноши и девушки.

# «Как вы лодку назовёте...»



Имянаречение есть соединение человека с его Родом, процесс, когда Душа вспоминает своё предназначение. Душа нарекаемого именем связывается с Древом Рода, с Духом и совестью, и Род через жреца даёт человеку имя.

В настоящее время традиция имянаречения в 12 лет полностью утрачена. Однако в Славянском кругу людей набирает обороты практика имянаречения во взрослом возрасте. Смена имени влечёт за собой смену судьбы. А если ещё оно и не подойдёт, то смыть имя будет очень трудно.

Опасно проводить имянаречение у жреца, сила которого завязана на эгрегоре какой-либо Славянской общины, ибо через новое имя жрец замыкает человека на эгрегоре школы. Имя будет мешать двигаться дальше по своему Духовному пути.

Как говорили древние латиняне, «*nomem est omen*» — «имя есть знак». «Как вы яхту назовёте, так она и поплывёт...» В отличие от имён инородных, наши имена несут глубинный смысл, понятный каждому славянину. Вот, напри-

мер, кто может сказать, что значит имя «Павел»? А «Креслав»? Сразу же вспоминается «кресало», «крес» (огонь); огнепоклонник. Отличить славянское имя от чужеродного очень просто: надо подумывать, есть ли части этого имени в каком-либо родном слове?

Славяне почти не употребляли букву А в начале слова, а старались заменить её другими буквами — Я, О, И и так далее. Личные имена, начинающиеся с этой буквы, по большей части не славянского, а чужеземного происхождения.

В ведической культуре имянаречение непосредственно связано с эволюционным уровнем развития человека. Если хварна (варна, Жарье тело) родившегося ребёнка соответствует священнослужителю (волхв, ведун, ведьма — ведающая мать; варна брахмана), то его имя состоит из двух корней. И один из корней обычно «слав» (т.е. славящий) или «любо» (любящий). Например, «Богуслав» — славящий Бога, «Доброслав» — славящий добро; «Любомир» — любящий мир, «Любомысл» — любящий мыслить и т.п.

Двухкорневое имя говорит о том, что сей человек является дважды рождённым — в теле и в духе (приобрёл Жарье тело).

Если Жарье тело соответствует воину-витязю (варна кшатрия), то ребёнку также даётся двухкорневое имя, имеющее обычно корни «мир», «влад». Например, «Бранимир» — сражающийся за мир, «Творимир» — творящий мир-гармонию; «Владдух» — владеющий духовным телом, «Владимир» — владеющий миром.

Если Жарье тело соответствует весю (орачи-крестьяне, варна вайшьи), то у имени только один корень, а если смерду (шудра), то даётся простое прозвище.

Имена бывают домашние, общинные, духовные, тайные, обманные.

В современном именослове из 150 имён только 15 — собственно славянские, остальные иного происхождения (Например, Сергей — римское родовое имя со значением «ясный, высокочтимый»; Фё-

дор — греческое: «дар Бога»).

Были в ходу у славян и прозвища, дополняющие имя. Вот одно из них:

*Мазай* — тот, кто мажет; или сам помазанный.

*Журавушка* — верная жена, домовитая, счастье в дом.

*Дурак, Дураш, Дуров, Дурята* — санскр. dur — «дверь»; dur-anta — «безконечность». Имя это и прозвище загадочные, они уходят корнями в безконечность и хаос первозданного мира (и мира наидревнейших предков), поэтому характеризуются как положительным, отрицательным, так и обманчивым смыслом (нераспознанного, например, «дурачить»). Именно такой смысл в именах Дурак, Иван-дурак, Иванушка-дурачок в русских народных сказках. Дурак, у которого есть связь (дверь) с потусторонним миром предков и первопредков («внуки Дажьбога»), с Богами, с безконечностью космоса, понимающий язык зверей, трав, стихий, совсем не глуп.



## Краткий список славянских имен

**Бажан** — желанное дитя, желанный. То же значение имеют имена: Бажай, Бажан. От этих имён возникли фамилии Бажанов, Баженов, Бажутин. Бажена — женская форма имени Бажан.

**Белослав** — от БЕЛ — белый, белеть и СЛАВ — славить. Сокращённые имена Беляй, Белян. От этих имён возникли фамилии Белов, Белыйшев, Беляев. Белослава — женская форма имени Белослав. Сокращённое имя Беляна.

**Беримир** — заботящийся о мире.

**Берислав** — берущий славу, заботящийся о славе.

**Берислава** — женская форма имени Берислав.

**Богдан** — ребёнок, данный Богом. То же значение имеет имя Божко. От этих имён возникли фамилии: Богданин, Богданов, Богдашкин, Божков. Богдана — женская форма имени Богдан. Сокращённое имя Божена.

**Богомил** — милый Богу. То же значение имеет имя Богумил.

**Болеслав** — прославленный. Историческая личность: Болеслав I — польский король. Болеслава — женская форма имени Болеслав.

**Боримир** — борец за мир, миротворец.

**Борислав** — борец за славу. Сокращённые имена: Борис, Боря. От этих имён возникли фамилии: Борин, Борискин, Борисов, Борисихин, Боричев, Борищев. Историческая личность: Борис Всеславич Полоцкий — князь Полоцкий, родоначальник Друцких князей. Борислава — женская форма имени Борислав.

**Братислав** — от БРАТИ — бороться и СЛАВ — славить. Братислава — женская форма имени Братислав.

**Бронислав** — защитник славы,

оберегающий славу. То же значение имеет имя Бранислав. Сокращённое имя Броня. Бронислава — женская форма имени Бронислав.

**Будимир** — миротворец. От этого имени произошли фамилии: Будилов, Будищев.

**Велимир** — большой мир. Велимира — женская форма имени Велимир.

**Велимудр** — многознающий.

**Велислав** — большая слава, наиславнейший. Велислава — женская форма имени Велислав. Сокращённые имена: Вела, Велика, Величка.

**Вера** — вера, верная.

**Воислав** — славный воин. Сокращённые имена: Воило, Воин. От этих имён произошли фамилии Воейков, Войников, Воинов. Историческая личность: Воин Васильевич — из рода Ярославских князей. Воислава — женская форма имени Воислав.

**Всеволод** — властелин народа, всем владеющий. От этого имени произошли фамилии Всеволодов, Всеволожский. Историческая личность: Всеволод I Ярославич — князь Переяславский, Черниговский, великий князь Киевский.

**Всеслав** — всеславящий, знаменитый. То же значение имеет имя Сеслав. От этого имени произошла фамилия Сеславин. Историческая личность: Всеслав Брячиславич Полоцкий — князь Полоцкий, великий князь Киевский. Всеслава — женская форма имени Всеслав.

**Годослав** — то же значение имеет имя Годлав. Историческая личность: Годослав — князь бодричей-рарогов.

**Голуба** — кроткая. От этого имени произошли фамилии Голубин, Голубушкин

**Горислав** — пламенный, горящий в славе. Горислава — жен-

ская форма имени Горислав.

**Гостомысл** — думающий о другом (госте). Историческая личность: Гостомысл — князь Новгородский.

**Градимир** — хранящий мир.

**Градислав** — охраняющий славу. Градислава — женская форма имени Градислав.

**Гранислав** — улучшающий славу. Гранислава — женская форма имени Гранислав.

**Гудислав** — прославленный музыкант, трубящий славу. Сокращённое имя Гудим. От этого имени произошла фамилия Гудимов.

**Дарен** — подаренный. Дарена — женская форма имени Дарен. То же значение имеют имена Дарина, Дара.

**Добролюб** — добрый и любящий. От этого имени произошла фамилия Добролюбов.

**Добромил** — добрый и милый. Добромилла — женская форма имени Добромил.

**Добромир** — добрый и мирный. Сокращённые имена — Добрыня, Добрыша. От этих имён произошли фамилии Добрынин, Добрышин. Легендарная личность: богатырь Добрыня. Добромира — женская форма имени Добромир.

**Добромысл** — добрый и разумный. От этого имени произошла фамилия Добромыслов.

**Доброслав** — прославляющий доброту. Доброслава — женская форма имени Доброслав.

**Драгомир** — дороже мира. Драгомира — женская форма имени Драгомир.

**Ждан** — долгожданное дитя. От этого имени произошла фамилия Жданов. Ждана — женская форма имени Ждан.

**Звенислава** — оглашающая о славе.

**Златомир** — золотой мир.

**Златоцвета** — золотоцветная. Сокращённое имя — Злата.

**Изяслав** — взявший славу. Исто-

рическая личность: Изяслав Владимирович — князь Полоцкий, родоначальник Полоцких князей.

**Красимир** — прекрасный и мирный. Красимира — женская форма имени Красимир. Сокращённое имя — Краса.

**Лада** — любимая, милая. Имя славянской Богини любви, красоты и брака.

**Ладимир** — ладящий миром. Ладислав — славящий Ладу (любовь).

**Лебедь** — персонифицированное имя животного мира. То же значение имеет имя Лыбедь. От этого имени произошла фамилия Лебедев. Легендарная личность: Лыбедь — сестра основателей Киева.

**Лучезар** — светящий луч.

**Любовь** — любимая. То же значение имеет имя Любава. От этих имён произошли фамилии Любавин, Любимцев, Любавин, Любин, Любушин, Любимин.

**Любомир** — любящий мир. Любомира — женская форма имени Любомир.

**Людмил** — милый людям. Людмила — женская форма имени Людмил. Историческая личность: Людмила — чешская княгиня.

**Милован** — ласкающий, заботливый.

**Милорад** — милый и радостный. От этого имени произошла фамилия Милорадович.

**Милослав** — мило славящий. Сокращённое имя — Мило-нег. Милослава — женская форма имени Милослав.

**Миролюб** — миролюбивый. От этого имени произошла фамилия:Миролюбов.

**Мирослав** — прославляющий мир. Мирослава — женская форма имени Мирослав.

**Мстислав** — славящий мечь. Историческая личность: Мстислав Владимирович — князь Тмутараканский, великий князь Киевский. Мстислава — женская фор-

ма имени Мстислав.

**Надежда** — надежда. То же значение имеет имя Надежа.

**Пересвет** — очень светлый. Историческая личность: Пересвет — воин Куликовской битвы.

**Путимир** — разумный и мирный.

**Путислав** — славящий разумно. То же значение имеет имя Путьата. От этих имён произошли фамилии Путилов, Путилин, Путин, Путятин. Историческая личность: Путьата — киевский воевода.

**Радимир** — заботящийся о мире. То же значение имеет имя Радомир. Сокращённое имя — Радим. От этих имён произошли фамилии Радиллов, Радимов, Радичев. Легендарная личность: Радим — прародитель радимичей. Радимира — женская форма имени Радимир. То же значение имеет имя Радомира.

**Радислав** — заботящийся о славе. То же значение имеет имя Радослав. Радислава — женская форма имени Радислав.

**Радмила** — заботливая и милая.

**Радосвета** — освящающая радостью.

**Радость** — радость, счастье. То же значение имеет имя Рада.

**Ратибор** — защитник.

**Ратмир** — защитник мира.

**Родислав** — прославляющий род.

Публикуется в сокращении.



Ссылка на статью и более полный список имён

С раннего утра школа буквально кишела вооружёнными шестиклассниками.

Проскакивая под красивым входом в школу красочным лозунгом: «ПРОЩАЙ, ОРУЖИЕ!» и ниже — «Международный день игрушечного разоружения», они неслись по коридору в свой класс, не забывая на бегу похвастаться:

— Принёс?  
— Ага, во!  
— А у меня во!  
— Всё равно поломают...  
— Да сказали же, кто не принесёт, тому родителей в школу и в дневник напишут...  
— Ух какой! Не жалко?!  
— Мамка сказала: «Ну и правильно». А папка после вчерашнего не отошёл...

...В учительской инспектриса из РОНО — высокая полная женщина с решительным энергичным лицом — поднялась с дивана.

— Ну что, пора начинать... Предлагаю по плану: сначала проводим акцию в классе, затем после уроков переходим во двор. Каток, чтобы раздавить собранное, уже заказан.

(Каток, украшенный символами правящей партии и лозунгами про мир во всём мире, трудно было не заметить, он торчал у входа в школу, и рабочий-таджик в оранжевом жилете взирал на суету равнодушно-снисходительно. Травкой в этом районе он не торговал, так как жил рядом, в общежитии, бывшем здании детского садика, а за участие в акции получил немалые премиальные.)

— А где классный руководитель шестого класса? — уточнила инспектриса. Директор школы кашлянул:

— Мнэ... видите ли, он, как правило, сюда заходит редко, проводит время в классе... Класс вообще очень хороший, пилотный, в прошлом году они получили грамоту и призы за участие в городской «Зарнице»...

— Вот именно! — инспектриса угрожающе подняла палец. — Именно поэтому! Подобные вещи недопустимы! — не конкретизируя, что она имеет в виду, голая вспомнила: — А, кажется, их классный руководитель и на последних курсах не был...

— Да... — директор нелепо развёл руками. — Отказывается... Он вообще очень своеобразный человек...

— Таких надо держать от детей как можно дальше, — решительно заявила инспектриса. — На той «Зарнице» я была: ужасное зрелище, здоровье и психика детей подвергались угрозе на каждом шагу; к сожалению, тогда ещё я не могла добиться решения о запрете этого мероприятия, однако теперь... — она выдержала многозначительную паузу и мило улыбнулась: — Но этим мы ещё займёмся. У меня есть молодая кандидатура на эту должность, очень знающий маль... молодой человек. А теперь, с вашего позволения, я пройду в класс... Нет, спасибо, провожать меня не надо. Общее мероприятие позже...

...В коридоре школы уже было пусто. Чётким, уверенным шагом инспектриса двигалась по коридору к своей цели — белой двери с табличкой «б Б». Возле двери она на секунду остановилась и поморщилась — с большого плаката на стене на неё смотрела Родина-Мать, рядом была надпись «СЛАВА РОДИНЫ — СЛАВА НАРОДА!» и множество «файлов» с фотографиями и текстом.

Инспектриса постучалась в дверь:

# «Игрушки»

Тем, кто говорит:  
«Не надевайте  
на детей военную  
форму и пилотки»

— Разрешите? — спросила она, открывая её и улыбаясь. — Здравствуйте, дети!

Детей в классе было около двадцати — большинство мальчишки. Дисциплинированно поднявшись из-за парт и постояв, они довольно тихо опустили по местам. Почти перед всеми мальчишками на партах лежало какое-то игрушечное оружие; у некоторых оно торчало из рюкзачков. Все с любопытством смотрели на вошедшую женщину.

Учитель — рослый грузный мужчина в джинсовом костюме на серую водолазку, седоватый и коротко стриженный — совершенно равнодушно заполнял журнал и на происходящее в классе не реагировал вообще.

— Дети! — воодушевлённо начала инспектриса. — Сегодня, как вы знаете, вы стали участниками акции «Нет военной игрушке!», которая проходит под девизом «Дети против террора». Вам было предложено поменять пластмассовые пистолеты, автоматы, самолёты, пушки, танки и солдатиков на мягкие игрушки, разнообразные конструкторы или машинки. Вижу, — она поощрительно улыбнулась, — что призыв нашёл у вас отклик. — Это просто замечательно! Подумайте о том, как прекрасно жить без войн и сколько есть на свете других интересных игр!

Учитель отодвинул журнал и придвинул к себе газету. Яркий заголовок гласил: «Пятилетний ребёнок убил 360-килограммового аллигатора!»

Мужчина расправил листы и принялся, ни на кого не глядя, читать текст:

— «Первой добычей пятилетнего охотника Саймона Хьюза могут позавидовать даже опытные звероловы: мальчик убил огромного аллигатора весом более 360 килограммов. Обращаться с ружьём малыш научился ещё в возрасте четырёх лет — спасибо урокам отца. Во время охоты на болоте крокодил захватил наживку и буквально лоб в лоб столкнулся с мальчиком. Тот не растерялся: схватил ружьё и выстрелил рептилии в голову. Отец Саймона рад, что в своё время показал мальчику, как обращаться с оружием — именно благодаря этому ребёнку удалось избежать верной гибели. Трофей юного охотника тяжелее него почти в 20 раз (Саймон весит около 20 кг), — передают «Новости Америки». Это реальный случай.

Но голос инспектрисы мешал: — Когда все дети всего мира откажутся от опасных и жестоких военных игр, наступит истинно счастливое время! И вы можете гордиться, что становитесь маленькой частью большой борьбы за это — пусть игрушечное! — разоружение. Сейчас я предлагаю вам разоружиться, — она улыбнулась, — сложить принесённые ва-



ми вредные вещи вот на этот стол, — она указала на стол, выставленный у доски, — а после уроков мы торжественно уничтожим их в школьном дворе, и вы получите другие — полезные и замечательные! — игрушки, чья покупка была спонсирована крупной международной фирмой... — она поощрительно кивнула мальчишке на первой парте: — Ну, начнём. Прошу... Груда оружия на парте выглядела как-то тревожно. И очень... да, очень одиноко. Что-то странное было в том, как лежали пистолеты и автоматы. Странное и неправильное. Слово бы когда-то уже виденное, испытанное и ужасное.

Учитель на миг поднял глаза и тут же опустил их. Дети молчали.

— Я заметила, что вот ты, мальчик, — инспектриса, пройдясь между рядами, кивнула одному из мальчишек, — вот ты. Как тебя зовут?

— Кол... Николай, — сипловато сказал тот, поднимая глаза.

— Да, спасибо. Вот ты, Коля, ты ведь ничего не сдал. Что случилось, почему ты отстаёшь от своих товарищей?

Чуть курносый, коренастый, с короткими светлыми волосами ёжиком Коля ответил, глядя в парту:

— Я ничего не принёс. Класс загудел удивлённо. Кто-то крикнул:

— Колька, ты чего?! У тебя же много!

— Ничего я не принёс, — угромо ответил Колька, вставая.

— Очень жаль, — сухо сказала инспектриса. — Это крайне важное мероприятие. Ведь о нём было записано в дневники, не так ли? — она смерила взглядом равнодушно сидящего за столом учителя. Тот спокойно ответил:

— Я не счёл нужным сделать это, так как мероприятие не относится к числу включённых в учебный план. Но детей оповестили и без меня, причём несколько раз.

Инспектриса смерила учителя внимательным запоминающим взглядом. Обычно это действовало безотказно, но на этот раз она отвела глаза — в ответном взгля-

де молодого мужчины были ирония, какой-то брезгливый интерес и немного сожаления. Женщина поспешила обратиться к мальчишке вновь:

— Так всё-таки в чём же дело? Почему ты ничего не принёс?

— Мой папа — офицер, — стоящий за парти мальчик даже побледнел от волнения. — И он мне сказал, что своё оружие сдать только трусы. Я ничего не принёс и ничего не отдам.

— То есть твой отец оказывал на тебя давление? — жадно спросила инспектриса. Учитель снова поднял глаза от газеты. Мальчик моргнул:

— Нет. Как это — давление?

— Он угрожал тебе, если ты примешь участие в этом мероприятии? Угрожал, да?

— Нет, зачем. Я сам не хотел нести, потому что разве солдаты отдают оружие? Или меняют на конструкторы? — голос мальчишки был искренне удивлённым.

— Ты же не солдат, — слегка потерялась и даже сбавила тон инспектриса. Класс тихо и непонимающе следил за происходящим.

— Я не солдат, конечно, — ответил мальчик. — Но я мужчина. Я и из настоящего умею стрелять, но пока у меня игрушечное. А когда вырасту и стану офицером — будет настоящее. Всё же с чего-то начинается, — рассудительно добавил он. — Если начнёшь отдавать игрушечное, чтобы не ругали, то отдашь и настоящее, чтобы не убили. А как же тогда воевать?

По классу пронёсся шепоток. Инспектриса покровительственно улыбнулась:

— Но Коля, зачем вообще воевать? Подумай.

— Как зачем? — удивился мальчишка и переступил с ноги на ногу, недоверчиво глядя на взрослую тётку, которой приходится объяснять такие простые вещи. — А как же слабых защищать? А свою родину? Вы разве не читали, сколько на нас нападали?

— Но сейчас...

— И сейчас тоже, — мотнул головой мальчик. — Отец только

три недели назад вернулся с Кавказа. И сейчас тоже война. А если не готовиться защищаться, то как раз и нападут по-настоящему.

— А, так значит, у твоего отца постбоевой синдром! — кивнула женщина. — Наверное, ему мерещатся враги.

— Ему ничего не мерещится, — насупился мальчик. — Он отдыхает и книжки читает. Ну и со мной возится, и со Славиком, — мальчик вдруг улыбнулся очень светло то ли при воспоминании об отце, то ли о младшем брате и добавил: — А вы, пожалуйста, так не говорите про отца. У него три медали и орден. Он всех нас защищал от террористов. А не вы.

Глаза инспектрисы расширились. Это перестало быть игрой и игрушечным спором. Кажется, это понимали даже самые хулиганские мальчишки и самые увлечённые собой девчонки. Все смотрели на одноклассника почти испуганно.

— Ты сейчас же пойдёшь домой и принесёшь оружие, — жёстко сказала женщина.

Коля пожал плечами: — Но как же я это сделаю? Я не хочу. Нам сказали, что это добровольно, кто захочет. Я не хочу.

— Это не важно! — отрезала инспектриса. — Или ты боишься отца?

— А что его бояться? — спросил мальчишка. — Он что — зверь или террорист? Просто я думаю, как он. Он же мой отец. Он самый лучший на свете.

— Ты понимаешь, что оружие убивает?! — снова возвысила голос инспектриса.

Коля покачал головой: — Убивают люди. Если бы у папы не было бы оружия или он не умел стрелять, он бы никого не спас. А ему дали одну медаль за то, что он убил террористов, которые хотели застрелить женщину и детей, потому что их отец не стал воевать против нас. Они пришли и хотели убить, а папа со своими бойцами проезжал по улице. Он застрелил двоих. Разве он смог бы спасти людей без оружия?

— И отец тебе рассказывает обо всех этих убийствах?! — не выдержала и взвилась инспектриса.

— Убийство — это когда бандиты, — поправил напряжённым голосом Коля. — Почему вы не отбираете оружие у бандитов? В воскресенье прямо на улице стреляли, я по площади гулял — из машин друг в друга, а попали в женщину около дома. Я видел. У них и забирайте.

— Ты говоришь ерунду, — отчеканила инспектриса. — И срываешь важное мероприятие.

— Никакое оно не важное, — упрямо сказал Коля. — Оно глупое. Вот.

— У твоего отца будут неприятности! — наконец сорвалась совсем и завизжала инспектриса, превращаясь из женщины в тётку. Её лицо покраснело. — А тебя мы прямо сейчас отправим в кабинет психолога, и он может дать заключение, чтобы тебя определили в дурдом! Как пациента с маниакальными наклонностями к насилию!

— Пусть, — сказал мальчик, чуть пошатнувшись за партой. — Вы взрослые, вы можете. Но я всё равно ничего не принесу и ничего не буду делать. Папа сказал, что оружие — это честь воина.

— Какая честь?! — гаркнула инспектриса так, что класс пригнулся. — Это игрушки!

— Честь не бывает игрушечной, — вдруг сказал преподаватель и встал, захлопнув журнал с отрывистым звуком. — Жалко, что



вы этого не понимаете. Я вас очень прошу — пожалуйста, покиньте класс. Если вы не сделаете этого, я буду вынужден вывести вас силой. Я не привык так поступать с женщинами, но вы на неё мало похожи — и я себя пересилию.

— Вы... — инспектриса задыхалась и увидела в руке мужчины мобильный телефон с работающей камерой. — Вам это даром не пройдёт, — процедила она и, смерив плачущего мальчика злобыным взглядом, бомбой вылетела из класса.

— Не сомневаюсь, — хмыкнул учитель. В классе зашевелились, кто-то перевёл дух, кто-то хихикнул. И вообще как будто стало легче дышать.

Поднявшись из-за стола, учитель подошёл к Коле и, мягким нажатием на плечи посадив мальчика на место, спросил тихо:

— Ну что же ты плачешь, солдат? Ты выиграл этот бой.

— Она нажалуется на отца, — мальчишка судорожно глотнул. — Мама вчера говорила, чтобы он мне так не говорил, а то будут неприятности и вообще...

Учитель усмехнулся.

— Никуда она не нажалуется.

Он выпрямился и обвёл весь класс взглядом.

— Ну что, герои? — в его голосе прорезались хорошо знакомые ученикам нотки опасного ехидства. — Молодцы, нечего сказать. Будущие воины и защитники. Всем «Крест за предательство» первой степени, завтра на компьютере распечатаю и торжественно награжу. А вы, девочки, им Барби принесите побольше — менять на стволы будут, — по классу искрой пролетел девчонкий смех, из мальчишек же никто уже не глядел на учителя, все устали в парты, лишь скрипел чей-то кроссовок. — Чем своих-то защищать будете — самовальчиками или кубиками от «лего»? — продолжал тихо издеваться учитель. — Супермены! — его голос лязгнул. — Люди оружие целовали, когда в руки брали. Люди на оружии клялись. Правда, то люди, а вы — недоделки. Где вам понять? А я научить ничему не смог — каюсь. А если в следующий раз от вас потребуют юбки надеть в знак солидарности с — простите, девочки! — педерастами, вы и их принесёте?!

Он оглядывал класс и ряды, головы молча склонялись ещё ниже, показывая русые макушки. Только Коля сидел прямо, глядел мокрыми, но непокорными глазами. И коротко вздрагивал от пережитого напряжения.

— Разберите всё это по домам, — наконец после долгого молчания сказал мужчина усталым голосом, кивая на груды пластмассы. — И запомните, что оружие перед лицом врага складывают предатели. На всю жизнь запомните. Коля, спасибо тебе!

— За что? — удивился мальчик, моргнув. Его глаза от удивления высохли, он даже приоткрыл рот. А одноклассники, пряча взгляды, тихо разбирали кучку игрушечных «стволов» и безшумно рассаживались по местам.

— За то, что ты есть такой, как есть. И передай привет отцу, — ответил преподаватель.

Потом, как ни в чём не бывало, продолжал:

— А теперь мы с вами начинаем урок. Его тема: «Куликовская битва в истории становления русского государства». Откройте тетради. Может быть, я ещё успею вам что-то объяснить.

**Олег ВЕРЕЦАГИН**

<https://vk.com/whatisgood2>

# Труд и работа: в чём разница?

На различие между трудом и работой в своё время обратил внимание наш выдающийся русский учёный Д.И. Менделеев (который, кстати, был не только химиком, но и серьёзным экономистом).

Вот мнение Дмитрия Ивановича: «Тут мы касаемся предмета, едва ли ясного в общем представлении... Не всякая работа есть труд. Работа, собственно, есть понятие чисто механическое... Труд вовсе не есть непременно работа, хотя часто сопровождается работой. Что же, спрашивается, такое труд? Где же его признаки? Где же его мерка? Труд обуславливается полезностью совершаемого не для одного себя, но и для других..., что и выражается в сущности прежде всего этическими представлениями о труде для других, своих ближних, за что и наступает рай в душе... Не всем ясно то значение, какое имеет труд для внутреннего здоровья, для свежести духа. Сколько слышите и видите больных душой! Универсального лекарства нет и для духа, как нет для тела... Латиняне и евреи, от которых мы приняли столь многое, того ещё не понимали...

Труд есть смерть крайнего индивидуализма, есть жизнь с обязанностями и только от них истекающими правами; он предполагает понимание общества не как кагала, назначаемого для пользы отдельных лиц...

Работа может быть страданием, труд же есть наслаждение, полнота жизни, то слияние с общим началом, которое в абстракте понимали ещё жители Индии. Труд принадлежит будущим. Нетрудящиеся будут отверженцами — и печальная, очень крупная ошибка многих новейших учений состоит именно в смешении работы с трудом, рабочего с трудящимся. Работу можно дать, к работе принудить, труд свободен был и будет,

потому что он по природе своей сознателен, волен, духовен, сложен и необходим. Работа не творит. Небывшее, действительно новое делает лишь труд; его нет в природе, он в вольном, духовном сознании людей, живущих в обществе, и отдельное лицо труда может выдать неизмеримо много, на целые поколения разработки, на безпредельную пользу. Работа утомляет. Труд возбуждает. Труд определяет то этикой проповедуемое смирение, которое даже при мене говорит: «бери, если хочешь и нравится тебе, взамен своего моё, я ничего от тебя не требую»... Грядущее труду, а не работе».

К сожалению, в нашей экономической и социологической литературе обозначенные выше «нюансы» не считаются предметом «науки» и вообще не обсуждаются. Тем самым затрудняется понимание различий между рабством и свободным трудом.

Вероятно, эти нюансы улавливали люди, жившие в России до революции 1917 года. Если познакомиться с «Материалами к словарю древнерусского языка» (фактически — полноценный словарь), подготовленными русским филологом-славистом И.И. Срезневским (1812–1880), то там значение слов «труд» и «работа» также различается. Первое означает деятельность свободного человека, второе применяется к деятельности рабов и вообще несвободных людей.

Понимание различий между трудом и работой позволяет более точно описывать экономические отношения в разные эпохи и в разных цивилизациях.

Приведём пример. Когда происходит эксплуатация одного человека другим, то первый из них создаёт продукт, а второй его присваивает. Мы этот продукт по привычке называем «продуктом труда», а правильнее было бы име-

новать его «продуктом работы». Таким образом, второй становится владельцем «продукта работы» или (коротко) — «рабовладельцем». Следовательно, никакой натяжки в том, что мы называем капиталистического работодателя «рабовладельцем», нет. В качестве рабовладельца выступают: латифундист и «всадник» эпохи Древнего Рима; помещик и ростовщик эпохи феодализма; промышленный капиталист и банкир эпохи современного капитализма.

Работа — это затраты физической и умственной энергии для производства какого-то продукта. Духовно-нравственного элемента она не содержит: насилие над работником лишает его нравственного выбора. Идеальный раб — живая машина, биологический робот.

Труд кроме упомянутых затрат энергии имеет ещё духовное и нравственное содержание (определение цели, выбор средств). Лишь в труде в полной мере реализуется творческий потенциал человека.

Работа — это обязанность, тягостное ярмо, наказание, от которого человек стремится избавиться

любимыми способами. Труд — это потребность человека, который стремится восстановить утраченную с Богом связь. Труд — это творчество, трудящийся делается подобным Богу как Творцу видимого и невидимого мира. В системе здоровых потребностей человека труд занимает не менее важное место, чем потребность в еде и питье. Истинно творческие личности (коих сегодня очень немногие) готовы даже жертвовать другими важными потребностями ради того, чтобы создавать.

Если же говорить строго, то рабству соответствует понятие «работа» (отсюда — «рабство»). А человек, свободный от оков рабства, занимается «трудом». Если попытаться наиболее коротко определить различия между «работой» и «трудом», то можно сказать следующее: «Работать могут и человек, и машина. Трудиться может только человек».

**По материалам книги профессора МГИМО В. Катасонова «От рабства к труду. От Древнего Рима к современному капитализму»**  
<https://vk.com/whatisgood2>



## Из личной переписки писателя-фантаста И. А. Ефремова



**1969 год**

«Все разрушения империй, государств и других политических организаций происходят через утерю нравственности».

Это является единственной действительной причиной катастроф во всей истории, и поэтому, исследуя причины почти всех катаклизмов, мы можем сказать, что разрушение носит характер саморазрушения. Некомпетентность, леность и шаловливость «мальчиков» и «девочек» в любом начинании является характерной чертой этого самого времени. Я называю это «взрывом безнравственно-

сти», и это, мне кажется, гораздо опаснее ядерной войны».

\* \* \*

«Мы можем видеть, что с древних времён нравственность и честь (в русском понимании этих слов) много существеннее, чем шпаги, стрелы и слоны, танки и пикирующие бомбардировщики».

\* \* \*

«Когда для всех людей честная и напряжённая работа станет непривычной, какое будущее может ожидать человечество? Кто сможет кормить, одевать, исцелять и перевозить людей? Безчестные,

каковыми они являются в настоящее время, как они смогут проводить научные и медицинские исследования?»

**1971 год**

«Стремление к дорогим вещам, мощным машинам, огромным домам и т.п. — это наследие фрейдовского комплекса психики, выработавшегося в результате полового отбора. Единственный путь преодоления этого комплекса — через всестороннее понимание психических и психофизиологических процессов, которое уже 2000 лет практикуется в Индии и Тибете».

Обучение и воспитание должно начинаться с обучения психологии как истории развития человеческого сознания и истории как истории развития общественного сознания. Физика, химия, математика — обязательные, но далеко не достаточные дисциплины для сознания современного человека с его огромной плотностью населения и, как следствие, плотностью информации, с неизбежной

промывкой мозгов, необходимой для поддержания текущего социального устройства».

\* \* \*

«Дать подростку 12–14 лет представление о самом себе как о творце нового, исследователе неизвестного вместо формируемого уже к этому моменту стереотипа «успешного обывателя», который заполнил всю западную ноосферу и прочно укоренился в нашей».

\* \* \*

«То же самое можно сказать про школы, в большинстве своём производящих чёрствых и костных выпускников, начисто лишённых любознательности, чего не было ещё 20 лет назад. Школьные программы погрязают в деталях, вместо того, чтобы создавать систему представления об окружающем мире, в результате успешные ученики — «зубрилы», начисто лишённые творческого мышления. Они попадают в вуз, а потом приходят на предприятия, в КБ, НИИ, начисто лишённые целостного представления об устройстве мира».



# Ярмарка

На правах рекламы

**Условия размещения объявлений в ЯРМАРКЕ:**  
для тех, кто подписан на газету,  
публикация в течение подписного периода бесплатная —  
в редакцию (эл. адрес: yarmarka@zeninasvet.ru) необходимо  
заранее прислать копию квитанции о подписке.  
Для остальных — 300 рублей 1 публикация.  
Реквизиты для оплаты  
(обязательно сообщите дату, время и сумму оплаты):  
Карта Сбербанка № 4276 1340 0961 2967  
или кошелек Яндекс-деньги № 41001273246348.  
По всем вопросам обращаться по тел. (4862) 78-08-62.

## Товары и изделия

**МАСЛО КЕДРОВОЕ** из Бурятии, отжим на деревянном прессе — 4500 руб./л.

**ЖМЫХ** кедрового ореха — 1000 руб./кг.

**ЖИВИЦА** кедрового: 10% на рыжиковом масле, 110 мл — 300 руб., 10% на кедровом масле, 100 мл — 600 руб.

**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** на рыжиковом масле.

**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** с вытяжкой саган-дали и чабреца.

**МАЗЬ ЖИВИЧНО-ПРОПОЛИСНАЯ** на облепиховом масле, 30 г — 350 руб.

**МАЗЬ КЕДРОВО-ПИХТОВАЯ.**  
**МАЗЬ СУСТАВНАЯ** с багульником болотным.

**ИВАН-ЧАЙ** ферментированный: листовый, гранулированный — 1100 руб./кг.

**САЖЕНЦЫ кедрового, 4–7 лет, 100 руб./шт.; кедрового стланника, 220 руб./шт.** Саженцы с хорошим комом, заказ от 10 шт., отправка ТК.

**САГАН-ДАЙЛЯ, 450 руб./100 г.** Отправляю почтой, Авито-доставкой, СДЕКом, ТК. Заказы по ватсап (т. 8-902-563-2564 (ТЕЛЕ2) или эл. почте: tsupran76@mail.ru).

Сделать заказ и посмотреть всю продукцию также можно на сайте [mir-baikal.ru](http://mir-baikal.ru).

**Приглашаем семью на ПМЖ,** есть все условия.

Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

**НАТУРАЛЬНЫЙ БЕЗСПИРТИВЫЙ АНТИСЕПТИК И САНИТАЙЗЕР** для детей, увлажняющее и противовоспалительное средство для кожи, дёсен и волос — растительные паровые экстракты (гидролаты) из поселения Родовых поместий Любимовка (Тверская область) в стеклянных флаконах 50 и 100 мл, с распылителем. Производим из свежих местных растений, по классической технологии на медном аламбике.

Цена — 300 руб./50 мл; 500 руб./100 мл.

Мыло натуральное (с нуля) из растительных масел, без ароматизаторов. Молочное, шелковое, шампуневое, дегтярное, тактильное (скраб). Цена — 450 руб./100 г.

Пишите в WhatsApp 8-996-134-8051 (Екатерина).

По промокоду «Родовая Земля» скидка 20%.

Пишите, всё расскажем, проконсультируем, заходите в наш магазин «Люби настоящее!» в ВК — [vk.com/lubisoar](https://vk.com/lubisoar).

**НАСТОЯЩИЕ ОРГАНИЧЕСКИЕ ГИДРОЛАТЫ** из поселения Родовых поместий Любимовка (Тверская область) в стеклянных флаконах 50 мл, с распылителем. Отличное увлажняющее, тонизирующее, противовоспалительное средство для кожи, волос и полости рта. Производим из свежих местных растений, которые собираем сами на территории поселения. В наличии:

- **гидролат почек тополя** — насыщенный бальзамический аромат, идеально для дёсен и сухой кожи, по свойствам как пчелиный прополис, не вызывает аллергии;

- **гидролат берёзовых почек** — мягкий и нежный, противоаллергический (для приёма внутрь), для кожи век, мягкий антисептик для самых маленьких;

- **гидролат ели** — лучшее средство для здоровья волос, для блеска и упругости;

- а также другие, можем подобрать смесь под ваш запрос.

Цена 300 руб.  
Пишите в Ватс-Апп 8-996-134-8051 (Екатерина), всё расскажем, проконсультируем. Заходите в наш магазин «Люби настоящее»: [VK - vk.com/lubisoar](https://vk.com/lubisoar).

**ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД** из Родового поместья Кедр Пензенской области. Мёд светлый, одноуродный, пластичный, очень вкусный (*добавление от редакции*).

Цена 3 л — 600 руб.  
Высылаем почтой. Постоянным покупателям всегда скидки.  
Тел.: 8-908-529-7402 — Анна; 8-908-529-7501 — Александр.

**ПРОДАЁМ ХОРОШИЙ МЁД** — 190 руб./кг; подсолнечное масло — 280 руб./литр; сухофрукты, орех грецкий — 190 руб./кг, чищенный — 470 руб./кг; варенье, грибы.

Тел. 8-928-9594-995 — Александр. Поселение Росток, Ростовская область.

**НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛЯНО-ВОСКОВЫЕ СОСТАВЫ** для защиты древесины от влаги, плесени и УФ-лучей.  
ИП Сальков А. В., Респ. Хакасия, ПРП Родники.  
[Salkov@mail.ru](mailto:Salkov@mail.ru).  
Тел. 8-983-152-8490, Артём.

**Друзья, предлагаем вкусный, полезный, качественный ИВАН-ЧАЙ СЕМЬИ АЛЕКСАНДРОВЫХ** — 1000 руб./1 кг, 100 руб./100 г.

Иван-чай **витаминовый** с ягодами рябины и листьями смородины — 120 руб./100 г, 1200 руб./кг. Иван-чай **с цветами** — 150

руб./100 г, 1500 руб./кг. Упаковка — крафт-пакеты.

Также в наличии **весь ассортимент фирмы «Яндар»:** пакетированный иван-чай, упаковка 40 г, 20 пакетиков (с душицей, липовым цветом, листом смородины, мелиссой, мятой, таволгой, чабрецом) — по 100 руб. каждого вида; земляничный — 130 руб., в пирамидках — 140 руб.

**Упакованный иван-чай** (фольга, картонная коробка, красивая этикетка) — 150 руб./100 г.

**Старинный русский** — 150 руб., с корнем девясила, боярышником, черёмухой — по 200 руб. каждого вида; с листом смородины, липовым цветом, берёзовыми почками, таволгой, чабрецом, мятой, мелиссой — по 160 руб. каждого вида; с черникой — 300 руб.

Можете заказать в группе в Вконтакте <https://vk.com/alexandrovtea>, а также по тел.: 8-912-982-9839, 8-919-482-1034; эл. почта [polina-uchta@mail.ru](mailto:polina-uchta@mail.ru).

Денис и Полина Александровы.

## Участки, дома

**ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ 2 ГА В ПРП РОДНИКИ** в Хакасии, которое расположено в предгорьях Саян, в 150 км от Абакана, в 5 км от районного центра, рядом с деревней Нижний Имек, рядом с рекой Таштып.

В деревне есть начальная школа, магазин, ФАП, хорошие дороги, земля чернозём.

Дом 6х8 м вместе с верандой, постройка 2022 года, тёплый, из арболитовых блоков. Снаружи оштукатурен, внутри 100% отделка, печное отопление, меблирован.

Рядом с домом рабочая скважина, подвал, электроснабжение 3-фазное. Живая изгородь в 4–5 рядов из деревьев и кустарника. Посажены все ягодные кусты.

Дом и земля оформлены в собственность. Продаётся в связи с отъездом.

Цена 1,5 млн. руб., торг уместен.  
Т. 8-950-964-4226, Татьяна.

**ПОМЕСТЬЕ В ПОСЕЛЕНИИ РОДНИКИ** Курганской области. Поместье закладывалось в 2003 году одновременно с организацией поселения. Продаю поместье, потому что вышла в поселении замуж, решено жить в поместье мужа. Площадь участка 3,1 га. Земля находится в собственности. В поместье высажены сотни растений.

На участке:  
1. Подземный домик «Лисья нора», использовался круглогодично. Внутренние размеры 3,9х2,7 м. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова.  
2. Надземный гостевой домик. Внутренние размеры 3,5х2,5 м. Использовался эпизодически, иногда зимой. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова.  
3. Сарай, колодец, электричество 220 и 380 В.

В нашем поселении около ста участков. Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Есть небольшое озеро Луданное

(от поместья 5 мин. ходьбы).

До ближайшей маленькой деревушки (половину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5 км. До деревни с почтой и школой — 5 км. До райцентра — 12 км.

Можем выслать фото, видео и аудио о нашем поселении.

Цена 450 тыс. руб., возможна рассрочка.

Пишите [zzz65@list.ru](mailto:zzz65@list.ru). Звоните по тел. 8-906-883-2104 (Билайн). Надя+Саша.

**ПРОДАЁТСЯ ДЕРЕВЯННЫЙ ДОМ** 36 м<sup>2</sup> в живописном месте ПРП Русский Сарамак, Удмуртия, в 110 км от г. Набережные Челны. В поселении много семей с детьми. Детей в школу возит школьный автобус.

Дом расположен на земельном участке в 1 га. Есть крытый двор, баня и колодец, вода заведена в дом. В доме есть электричество, печное отопление, подпол.

Плодоносит фруктовый сад. Высажена изгородь. Дом и земля (ЛПХ в населённом пункте) в собственности.

Стоимость 1,8 млн. руб.  
Звонить по тел. 8-905-372-7930 (Сергей и Ольга).

**ПОД РОДОВОЕ ПОМЕСТЬЕ ПРЕДЛАГАЮ СЕМЬЕ 4 ГА** с/х земли в собственность на Смоленщине, в Демидовском районе, у деревни Андреево.

Цена 300 тыс. руб., оформление 20 тыс. руб. (с 28.02.22)

Создаём поселение Родовых поместий, у каждого 4 га. Создаём среду обитания, альтернативную городской. Закладываем лесосад на участках. Имеем для этого питомник редких растений деревьев из Красной книги, выращиваем саженцы. Есть общественная пасека. Выращиваем чистые продукты, овощи в открытом грунте, кормим семьи. Есть гостевой дом; здание фермы, с/х техника б/у.

Стоимость жилого дома из бревна площадью 70 м<sup>2</sup> (аналог трёхкомнатной квартиры) — от 790 тыс. руб. в рассрочку.

Совместно заработаем на жизнь без наёмного труда на саженцах, туризме, с/х продукции, удалённо и на многом другом вместе.

Ищем единомышленников.  
Контакты: тел. (вацап) 8-929-9270255 — Олег (<https://vk.com/o.v.egorenkov>); <https://vk.com/rodovayazemlya> — ПРП «Родная земля»; [infovalentin@gmail.com](mailto:infovalentin@gmail.com)

**ПРОДАЮ САДЬБУ.** Общая площадь участка 1 га, в собственности. Подтаёжная зона. Имеется жилой дом 2-эт., общ. пл. 112,2 м<sup>2</sup>; жилая времянка с баней, комнатой отдыха (14 м<sup>2</sup>), большой верандой.

Посадки: лес, сосны, берёзы, кедр, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина — всё плодоносит.

Огород 10 соток, две теплицы, хозяйской, погреб, личная скважина, электричество. Рядом горная река Таштып.

Вокруг много грибов, ягод. Есть места для охоты и рыбалки, туристические места для отдыха.

Усадьба находится в живописном месте: Республика Хакасия, Таштыпский район, Нижний Имек, поселение Родники, в 150 км от г. Абакана.

Мой тел. и WhatsApp: 8-950-302-9688. Доп. тел. 8-983-257-1008.

**ПРОДАЮ УЧАСТОК** 2 га в

ПРП Радосвет. Жилая баня 6х6 м, к ней примыкает хозблок 2х6 м. Есть скважина (вода питьевая), дебет 2–3 куба в час. В этом году будет стационарное электричество. Есть магистральная разводка воды по участку.

Посажены фисташки и несколько фруктовых деревьев. До Чёрного моря — 35 км, до Азовского — 40 км.

Цена 5,8 млн. руб.  
Тел. 8-912-781-3317, Ольга.

**ПРОДАЁМ ПОМЕСТЬЕ** 1 га в селе Кучугуры Воронежской области (60 км от Воронежа). В посёлке много молодых семей и детей. Есть дом творчества, где проходят занятия с детьми и коллективные мероприятия.

На участке сад: яблони, груши, сливы, вишня, черешня, малина, чёрная смородина; земляника и целебные травы. Есть лес: сосны, берёзы, ели и кедр. С двух сторон участка река Девица. Недалеко есть родник и купель.

В 10 км — райцентр Нижнедевиц со всей инфраструктурой и магазинами. Есть садик, школа, гимназия, музыкальная школа и большой спорткомплекс, также небольшая школа при посёлке, куда детей возит автобус. Дорога с твёрдым покрытием до границ участка.

Дом 62 м<sup>2</sup>: гостиная-столовая, зал и две спальни; санузел с туалетом и ванной; новый бойлер; деревянный стеклопакет. Снаружи отделан сайдингом. Есть тепличка, примыкающая к дому. В доме необходим косметический ремонт. Отопление водяное печное. Рядом с участком проведён газ.

Цена 1,65 млн. руб. Торг при осмотре. Документы оформлены.  
Телефон, ватсап: 8-920-420-84-56, Оксана.

**ПРОДАЁТСЯ САДЬБА** 50 соток в живописном экологически чистом месте.

Большое подворье, много хозяйских построек, есть сад. Рядом пруд, родники, лесные насаждения с грибами и ягодами.

В доме (45 м<sup>2</sup>) есть вода, ванная, туалет, газовое отопление. Дом стоит на окраине деревни, вокруг участка можно брать дополнительно землю.

Трёхфазное подключение; асфальт подведён прямо к дому.

Цена 850 тыс. руб.  
Адрес: Белгородская обл. Новооскольский район, село Барсук.  
Тел. 8-918-445-5710, Елена.

**ПРОДАЁТСЯ КРАСИВЫЙ УЧАСТОК** 90 соток с выходом к ручью, интересный ландшафт, есть ровные поляны для строительства дома.

На участке посажены вишня, груша, кедр, берёзовая аллея вдоль дороги. На островке с выходом к ручью стоят два улья. Проведено электричество, есть дорога (чистится круглый год).

Прекрасное место для создания Родового поместья.

Адрес: Новосибирская обл., Мошковский район, ДТСН Долина Имения, улица Лесная поляна.  
[Evstegneeva\\_katy@mail.ru](mailto:Evstegneeva_katy@mail.ru).

**ПРОДАЮ САДЬБУ** в живописном месте Республики Хакасия, Таштыпском районе, с. Нижний Имек, поселении Родники, в 150 км от Абакана.

Земельный участок общей площадью 1 га. Подтаёжная зона. Вид права — собственность. На участке имеются жилой двухэтажный дом площадью 112,2 м<sup>2</sup>, жилая времянка, в которую вхо-



дит баня, комната отдыха 14 м<sup>2</sup>, большая веранда. Вокруг лес, сосны, берёзы, кедры, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина, всё плодоносит. Разработан огород 10 соток, есть две теплицы, хозяйственные постройки, погреб, личная скважина воды, электричество. Рядом горная река Таштып. В лесу много грибов, ягод. Есть места для отдыха, охоты и рыбалки.

Тел.: 8-950-302-9688 (WhatsApp), доп. тел. 8-983-257-1008.

**ПРОДАЮ УЧАСТОК** земли 6 га под Родовое поместье в 3 км от села Гайворон Спасского района Приморского края. Земля в собственности (чернозём).

Дочь с внуком на 1,5 га уже делала посадки. Так случилось, что в селе Гайворон, где жили мои дети, сгорел дом, дочь моя погибла, внук пострадал.

В селе есть магазин, школа (девятилетка). Из г. Спасска ходит автобус три раза в день, расстояние — 17 км. От участка до трассы примерно 1,5 км, до реки — 500 м.

Стоимость — 200 тыс. рублей. Тел. дом. (842372)6-91-71; моб. 8-908-979-9714.

**СДАДИМ НА ДЛИТЕЛЬНЫЙ СРОК** небольшой дом; две комнаты, кухня, имеются газ, вода, свет, гараж, хозпостройки; огород более 15 соток, плодовые деревья, виноград. Можно завести подсобное хозяйство, коз, кур, водоплавающую птицу.

Условие: приглаждать за домом, ежемесячно своевременно платить коммунальные услуги за своё проживание (коммуналка незначительная, по муниципальным сельским тарифам). Данное предложение для русскоязычной семьи, проживать самостоятельно (хозяева живут в другом регионе).

В посёлке имеется вся инфраструктура, а также ж/д станция, элеватор, фермерские хозяйства.

Адрес: Ставропольский край, Изобильненский район, пос. Породовой.

Тел. 8-900-252-5070.

**ПРОДАЮТСЯ УЧАСТКИ** земли с/х назначения по 40, 60, 112 га в Калужской области Мосальского района. Стоимость 1 га — 10 тыс. руб. Хорошие дороги. Деревня газифицирована. Рядом протекает река, есть пруд. От Москвы — 226 км, от Калуги — 99 км.

Тел. 8-926-765-63-76. Эл. адрес allat30@mail.ru.

**ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,45 ГА** с домом в центре РП Благодать Ярославской области. Дом двухэтажный, кирпичный, обшит внутри кедром, с печью, погребом и баней внутри.

Посадки. Электричество. Летний домик, колодец, дровница, навес на въезде.

Документы оформлены. Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

**ПРОДАЮТСЯ ДВА УЧАСТКА** в Республике Хакасия, в посёлке Родники, каждый по 1 га. Один участок огорожен.

Дорогие друзья!

В мае 2024 года при сортировке тиража газеты в Орловском МСЦ были допущены ошибки, в результате которых имели место факты недосыла газеты подписчикам. Сообщаем, что со стороны редакции газеты задержек нет. Каждый выпуск газеты выходит в начале каждого месяца. Если газета не получена до 25 числа текущего месяца, **нужно обратиться в почтовое отделение**, в котором оформлена подписка. При ответе сотрудников отделения: «Газеты в этом месяце не было», всё равно следует настойчиво требовать доставки газеты. В крайнем случае, обращайтесь в редакцию газеты.

Тел. 8-906-981-5946 — Наталья Сучкова.

**ПРОДАЁТСЯ ДОМ С УДОБСТВАМИ**, садом, огородом. 50 соток уже есть и 50 можно доформить. Поселение Росток, Ростовская обл., Белокалитвинский район, хутор Дубовой, ул. Абашина, д. 16.

Цена 700 тыс. руб., второй дом — 300 тыс. руб.

Тел. 8-928-959-4995, Александр Донцов.

**СДАМ ЖИЛЬЁ** за просмотр или ПРОДАМ.

Поселение Росток, Ростовская область. Тел. 8-928-959-4995, Александр Донцов.

## Семена и саженцы

**ПРОДАМ СЕМЕНА ОТ БАБУШЕК** старинные: калега (брюква), огурцы, помидоры.

Количество ограничено. 427284, Удмуртская Республика, Селтинский район, с. Халды, ул. Школьная, д. 18. Тел. 8-904-830-5715. Тюлькина Лидия Павловна.

**ИЩУ КОРНЕВИЩА АИРА И СЕМЕНА МНОГОЛЕТНЕЙ РЖИ.**

Тел. 8-904-830-5715.

Тюлькина Лидия Павловна.

**ВЫШЛЮ СЕМЕНА ЛОФАНТА АНИСОВОГО** в вашем конверте. Эта трава — многолетник, медонос, вкусный, ароматный, оздоравливающий чай.

Выращиваю лобант уже 62 года и постоянно пью из него чай, поэтому здоров, а мне уже 84 года.

Тел. 8-962-755-3349, после 19:00 (мск). Адрес: 414057, г. Астрахань, ул. Звёздная, д. 25, кв. 22. Прошакову Юрию Игнатьевичу.

Предлагаем **СЕМЕНА ЧЁРНОГО ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Растёт достаточно быстро, морозостоек и засухоустойчив.

Все части растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, укрепления иммунитета и очищения организма. Ценная древесина.

1 орех — 20 руб. Тел. 8-920-215-3052 — Михаил. sotvorenien.ra@gmail.com.



**Подписка на газету «Родовая Земля» с любого месяца принимается во всех отделениях почтовой связи РФ и на сайте <https://www.pochta.ru>.**

Подписной индекс ПР602 по электронному каталогу «Почта России»

\* \* \*

**Электронная версия — <http://pressa.ru/izdanie/39083>**

## Издательство Светланы Зениной

[www.zeninasvet.ru](http://www.zeninasvet.ru)

«Мягкие домашние водные роды. 20-летний опыт многодетной мамы. Практические рекомендации, Макарова О. 216 с., илл. — 380 руб.

«Озеро света». Сборник стихов. Королева С. 136 с., илл., — 350 руб.

«Саманный дом и другие постройки из глины своими руками. Древние методы строительства, доступные каждому. Экономично и экологично». Макарова О. 144 с., илл. — 280 руб.

«Живые Духи из дольменов». Шершуква Т. 104 с., илл. — 200 руб.

«Орлиного цвета крылья». Крестьяева Е., 240 с. — 220 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., илл. — 170 руб.

«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слётов). Донцов А., 168 с. — 170 руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., илл. — 200 руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 750 руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльникова А. 100 с., илл. — 300 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., илл. — 320 руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 130 руб.

«Тайны, поведанные волхвом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 100 руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2». 136 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Гелен-

джикский район Краснодарского края». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 2». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 1-е изд., 88 с., илл. — 230 руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 с. № 1 и № 2 — по 150 руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., илл., № 1, № 2, № 3 — по 230 руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., илл. — 100 руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 150 руб.; № 4, «Сказы Гамаюн» — 150 руб.

«Падали звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., илл. — 200 руб.

«Тропинка. РаСказы». Максеев Н. 96 с. — 60 руб.

«Зарянка». Пеньков А. А. 32 с., илл. — 150 руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пеньков А. 56 с., цв. илл. — 200 руб.

«Севкины героизма. Побывальщины для детей». Пеньков А. 80 с., цв. илл. — 250 руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грани Кристалла». — 175 руб.

«Часть 2. Творение судьбы». — 175 руб. «Часть 3. Обретение целостности». — 175 руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Землян» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 100 руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте: **КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕТИЧ: 8-960-650-9990**

— форма заказа в интернет-магазине издательства [www.zeninasvet.ru](http://www.zeninasvet.ru);

— письмо на адрес редакции с указанием названия, количества экземпляров, адреса, контактного телефона;

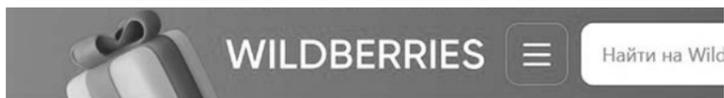
— факс (4862) 75-27-46;

— (4862) 41-34-22 (автоответчик);

— e-mail: [zakaz@zeninasvet.ru](mailto:zakaz@zeninasvet.ru)

Заказы отправляются почтой по предоплате или с наложенным платежом.

На правах рекламы



Главная / Бренды на «А-Я» / Издатель Светлана

Издатель Светлана Зенина 12 товаров

Наши книги можно заказать и через Wildberries. **БЫСТРО И УДОБНО!**



Учредитель и издатель — Светлана Васильевна Зенина

И. о. главного редактора — Д. Ю. Зенин

Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:

302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36—168.

Тел.: (4862) 75-27-46, 78-08-62.

Эл. адрес: [book@zeninasvet.ru](mailto:book@zeninasvet.ru),

[rod-zem@zeninasvet.ru](mailto:rod-zem@zeninasvet.ru) — материалы для публикации, письма,

[yarmarka@zeninasvet.ru](mailto:yarmarka@zeninasvet.ru) — объявления в рубрику «Ярмарка».

Сайт: [zeninasvet.ru/rodzem](http://zeninasvet.ru/rodzem), [http://vk.com/rodovaya\\_zemlya](http://vk.com/rodovaya_zemlya)

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна.

Редакция может не разделять мнение авторов. Редакция сохраняет за собой право редактирования материалов, поступающих в газету.

Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей.

Факт пересылки означает согласие их автора на использование произведения в любой форме и любым способом, если иное не оговорено. За содержание материалов рекламного характера редакция ответственности не несёт.

Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-22608. ISSN 1999-2726. © «Родовая Земля», 2024.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

Подписной индекс: ПР602 по электронному каталогу «Почта России» и на сайте <https://www.pochta.ru>.

Отпечатано в ГУП «Брянское областное полиграфическое объединение». 241028, г. Брянск, пр-т Ст. Димитрова, 40. Объём: 8 п. л. Заказ № 1199.

Подписано в печать 03.06.2024 г.

По графику — 18.00, фактически — 18.00.

Выход в свет 04.06.2024 г.

Тираж 1000 экз. Цена свободная.



Фестиваль «Радость жизни» — это семь дней лета, радости, любви. Это фестиваль сотворчества для родных душ. Это здоровый отдых в экопоселении Родовых поместий Междуречье, где вас ждёт удивительная река Зуша, десятки концертов, мастер-классов, игр, танцев, хороводов, спортивных мероприятий, йо-

ги и духовных практик. Это безграничная возможность творческого самовыражения, самопознания и самосовершенствования. Это территория благодати, свободная от вредных привычек и сквернословия. Это потрясающие пейзажи, которым может позавидовать Крым. Это возможность окунуться в удивительный мир славянских и восточных традиций. Это праздник, организуемый теми, кто уже живёт на своей земле.

#### ВАС ЖДУТ

- бодрящие утренние практики йоги, цигун, здравы;
- душевные хороводы и танцы народов мира;
- весёлая зарница, игрища и

забавы;

- слёт половинок и семейных пар;
- спортивные игры и волейбольные матчи;
- освежающие воды речки Зуши;
- музыкальные и творческие вечера на Джем-поляне;
- концертные программы любимых исполнителей;
- здоровый отдых в местах чарующей красоты;
- интересные семинары и мастер-классы;
- вкусные вегетарианские и сыроедческие завтраки, обеды и ужины;
- медитативные и расслабляющие практики;
- детский лагерь с творчески-



ми занятиями;

- экскурсия по экопоселению;
- показ славянских мод;
- море общения с интереснейшими людьми.

В эти семь дней «Радость жизни» станет одним из самых необычных мест на Земле!

#### Контакты:

тел. 8-926-123-8525 — Татьяна Иванова, эл. адрес: 2-reki@mail.ru.

#### КОРОТКО О МЕЖДУРЕЧЬЕ

80 участков от 1 до 2,5 га в зоне садоводства, то есть строительство жилого дома без ограничений по площади и другим параметрам; официальная прописка; стоимость 1 кВт электроэнергии как для сельских жителей; нет требований по выращиванию и обработке сельхозпродукции.

УНИКАЛЬНАЯ ТЕРРИТОРИЯ, вдали от оживлённых трасс и городов, на 200 га земли, в окружении леса и старых яблоневых садов, прямо на берегу реки Зуша. Участки разной лесистости, с разным уклоном. В 2 км протекает Ока. В 2 км — деревня со школой, магазином и автобусной остановкой.

УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. Орловская область, трасса М2, на юг от Москвы. В 20 км от поселения находится г. Мценск. От Мценска до поселения ходят автобусы.

ИНФРАСТРУКТУРА. Есть Общественный дом, Дом культуры. Есть электричество, вода, общая баня, спортплощадки. Отсыпана щебнем часть дорог. Хороший интернет. Свой пляж.



## Слёт создателей Родовых поместий

16–18 августа 2024 г.

ПРП Благодать, Ярославская область, Переславский район

Здравия светлым мыслям вашим, творцы Родовых поместий!

Приглашаем на слёт тех людей, кто верен идеям, изложенным в серии книг «Звенящие кедры России» В. Мегре, читает их и перечитывает. Желает на их основе встретиться, общаться, разговаривать по душам. И снова читать, осмысливать идеи и мечты, изложенные в книгах. Взаимодействовать и на их принципах принимать решения.

**Условия проживания:** палаточный городок, общая кухня.

Есть возможность ночевать в доме (берите с собой спальник или постельное бельё).

#### В программе слёта:

- основное: рассмотрение важных вопросов и задач нашего движения, совершенствование среды обитания;
- чтение, обсуждение книг серии «ЗКР»;
- сотворение бани-птицы;
- посадка полянок Любви;
- создание ручейков;
- создание островов в память М.П. Щетинина;

- плавание на плотках по лесному озеру;
- прогулки по лесу;
- экскурсия по поселению;
- сон под звёздами.

#### Предлагаем на рассмотрение вопросы и задачи:

- сотворение Пространства Любви как проверки истинного выбора;
- возвращение Любви в семьи (обряды, игры, праздники, заповеди);
- образование наших детей,

- родовые школы;
- заповеди, по которым мы живём на Земле;
- принцип работы Вече;
- «Родная партия»;
- Декларация нашей жизни в Поселении Родовых поместий.

Вместе мы сделаем выводы и найдём решения на основе серии книг «ЗКР», совместной мечты и сотворения.

16 августа в 20 часов планируем встречу на автовокзале г. Переславль-Залесский для поездки до места.

#### Контакты:

- Алеся: 8-962-201-0898 (звоните в любое время, пишите на Ватцап)
- Валерий: 8-909-278-0635 (звоните по средам с 17 до 20 часов).

5+