

# Родовая Земля

ПЕРВАЯ  
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА  
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 9 (206), сентябрь 2021 г.

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

Туризм НОВОЙ цивилизации	Посадка деревьев «по-монастырски»	Натуральная «прививка» от вирусов	Волшебная сила намерения	Эксперимент опытного учителя	Игра хозяев денег
4	14	18	20	22	28

## Уральский хоровод

# 2021

Замечательный фестиваль «Уральский хоровод» в этом году проходил с 4 по 8 августа. Он оставил много незабываемых впечатлений, одарил открытиями, раскрыл новое, в каждом своё!

Важно ли для счастья место, где вы живёте? Важны ли правильное питание и активный образ жизни? Несомненно, важны!

Однако, наблюдая за своим образом жизни и за жизнью других людей из нашего и других поселений, приходишь к выводу, что сложно создать Пространство Любви, хорошие отношения с соседями, гармонию в семье, если это пространство не создано внутри, а есть гора напряжений и неразрешённых конфликтов.

Основная цель «Уральского хоровода 2021» — наполнить пространство фестиваля так, чтобы у участников начались глобальные внутренние изменения — процессы трансформации, осознания и созидания. Чтобы раскрылись сердца, появились ресурсное состояние, новые друзья и возможности. Чтобы каждый мог найти свой путь.

А когда человек находит своё место в потоке жизни, то не важно, где он будет жить — на земле, в городе или на острове. Ведь счастье он принёс с собой и озарит им всё своё окружение!



Программа фестиваля была очень интересная и насыщенная. Каждый участник выбрал занятия по душе и раскрыл свои способности и таланты.

Проходили мероприятия по следующим направлениям:

- оздоровительные практики и методы, помогающие улучшить качество жизни и здоровья;
  - творческая площадка (различные мастер-классы, помогающие раскрыть таланты;
  - самопознание (познавать себя, свои загадки, ресурсы никогда не поздно и всегда интересно...);
  - жизнь на земле. Обмен опытом между поселениями (земледелие, животноводство, пермакультура и т.д.);
  - женские тайны (подготовка к родам, роды, грудное вскармливание, слингоношение, женские гимнастики...);
  - площадка для богатырей (кузня, фехтование, метание ножей, волейбол, футбол и т.д.);
  - верёвочный курс (площадка для раскрытия себя и командообъединение);
  - «Ищу тебя» — программа, направленная на поиск половинки;
  - детская площадка (принимаются дети от 4 до 8 лет, с ними будут заниматься педагоги и мастера);
  - подростковая программа (по принципу лагеря, где у подростков была своя жизнь, отдельная территория и очень много познавательных и раскрывающих их занятий);
  - театрально-вокальная мастерская;
  - танцевально-двигательная программа;
  - хороводы каждый вечер чудесные вечерки и хороводы);
  - женский и семейный клубы.
- «Уральский хоровод» всегда открыт для созидательных людей!

...Наблюдая за своим образом жизни и за жизнью других людей из нашего и других поселений, приходишь к выводу, что сложно создать Пространство Любви, хорошие отношения с соседями, гармонию в семье, если это пространство не создано внутри, а есть гора напряжений и неразрешённых конфликтов.



**Родовые поместья —  
механизм совершенст-  
вования Человека**

Развитие Родовых поместий всего за два последних десятилетия превратилось из привлекательной идеи (изложенной в серии книг В. Н. Мегре, начатой в 1996 году) в широкое общественное движение.

Несмотря на значительный эзотерический налёт, наличествующий в этих книгах, их рациональная сторона привлекла к себе внимание множества людей, и поддерживаемая в них концепция развития Родовых поместий послужила практически руководством для переустройства жизненного уклада тысяч (возможно, уже десятков тысяч) энтузиастов.

В настоящее время в России насчитывается уже более 300 поселений, состоящих из Родовых поместий. В основном все поселения (за исключением небольшого числа старейших из них) проходят фазу становления и закрепления. Они сталкиваются со значительными трудностями организационного, хозяйственного, правового характера, подчас и с внутренними конфликтами.

Период строительства жилья и налаживания первичного функционирования родового хозяйства занимает не менее пяти лет, поскольку опирается главным образом на личные средства участников.

Развитие и обустройство Родовых поместий на основе самофинансирования за счёт предпринимательских доходов и заработной платы участников является одной из существенных черт практики движения по созданию Родовых поместий.

Несмотря на трудности, противоречия, полное игнорирование властей, а где-то и её противодействие, движение Родовых поместий набирает обороты. Сама идея наличия у отдельной семьи гектара земли вдохновляет людей.

А развитие идеи Родового поместья как связи прошлых и будущих поколений, неразрывной связи земли, растений, животных с человеком и семьёй, духовное и физическое развитие человека, сохранение и проявление свойственных человеку самых высоких энергий (психоэмоциональных состояний) её только усилило.

Так что же такое Родовое поместье? Автор книг В. Мегре дал такое описание Родового поместья в своих книгах: «Родовое поместье — это участок земли для постоянного проживания семьи размером в один гектар (100х100 м), на котором семья может построить свой дом, посадить Родовое дерево,

**Поселения Родовых поместий как основа  
возрождения общинного уклада в России**

собственный лес, сад и огород, обустроить пруд. По периметру Родовое поместье огораживается живой изгородью из лесных культур — кедра, хвойных и лиственных деревьев, кустарников».

Образ Родового поместья очень широко и подробно описан в книгах.

После 20 лет создания первых поселений понимание сути Родовых поместий так и не изменилось. Когда представители власти спрашивают владельцев поместий: «А что такое Родовое поместье и чем они отличаются от обычных дач?», то у большинства поселенцев включается автоматическая запись и звучит заученное из книг определение Родового поместья.

Ну а объяснить разницу между Родовым поместьем и дачей осмеливаются немногие смельчаки. Так в чём же заключается разница между Родовым поместьем и дачей? Вот самые главные отличия.

Для реализации идеи и образа Родовых поместий, изложенных в книгах В. Мегре, в нём необходимо постоянно проживать всей семьёй. Вся территория Родового поместья воспринимается как дом живого пространства. Это и есть настоящая Родина. Очень важно организовать постоянное проживание в Родовом поместье нескольких поколений одной семьи. Это основа сохранения преемственности и связи поколений.

Ещё одно существенное отличие заключается в необходимости ведения в Родовом поместье природосообразного земледелия. Определение «природосообразное земледелие», введённое в обиход Терентием Семёновичем Мальцевым, очень точно говорит о поведении земледельца сообразно с Природой, можно сказать, «по шерсти» с природой. Угождать Природе — пожалуй, самая ёмкая и одновременно конкретная заповедь природосообразного земледелия.

Определение «природосообразное земледелие», введённое в обиход Терентием Семёновичем Мальцевым, очень точно говорит о поведении земледельца сообразно с Природой, можно сказать, «по шерсти» с природой. Угождать Природе — пожалуй, самая ёмкая и одновременно конкретная заповедь природосообразного земледелия.

**Хозяйство  
Родового поместья**

Природосообразное земледелие является основой бережной хозяйственной деятельности человека на земле. Какова специфика этой хозяйственной деятельности? Прежде всего, хозяйство возможно только в единстве с Природой, что проявляется

в отсутствии свалок мусора. Грязь есть, как же без неё, в непогоду весь перемажешься, а свалок нет, и не потому, что мусор вывозят, а потому, что отходов нет.

В хозяйстве не бывает отходов, оно в принципе безотходное. Хозяйство является способом единства с Природой. Такова особенность хозяйства, делающего Природу Родиной, отчего трудящийся человек земли воспринимает Землю как мать родную. Единство с окружающим миром — особенность хозяйства.

Можно сказать по-другому и представить такой способ хозяйствования, как мир или уклад, то есть результат, продукт длительного процесса укладывания, усложнения уникального природного пространства, сживания с ним до абсолютного единства; то есть некий особенный, говоря наукообразным языком, самобытный геобиооомоноз.

Хозяйственный уклад — владение землёй — основан на росте её естественного плодородия.

Человек в укладе остаётся цельным трудящимся человеком, умелым и потому разумным. В его основе целостная чувственно-практическая совместная хозяйственная деятельность, которая называется в народе по-простому — труд.

Хорошо известна народная поговорка: «Без труда не вытащишь и рыбку из пруда». Чтобы поймать рыбку, надо соорудить нечто. Создание орудия — необходимая составляющая процесса труда. Именно в создании орудий труда проявляется отличающая человека способность видеть во времени, то есть совершать действия, необходимостью которых очевидна только потом, в будущем. У человека появляется как бы «третий глаз».

Он видит причинно-следственные связи, видит сквозь время. Создавая орудия труда, вооружаясь, человек живёт в будущем времени. Поэтому животное не пойдёт в лес «за рыбкой», а человек пойдёт, чтобы сделать удилце или нарезать веток для верши; в лесу для него начинается ловля рыбки.

Труд является не средством, а естественной первейшей потребностью жизни, самой жизнедеятельностью, поскольку без него народ деградирует и человек не становится человеком. В народе

такое понимание живёт в притче о том, как стать человеком. Для этого надо построить дом, посадить дерево, вырастить сына...

Надо трудиться, совершать целесообразные действия, смысл которых проявляется только потом, в будущем.

Единство поколений и их сбережение предполагает определённый уклад жизни, основанный на потребности в детях, что присуще хозяйству.

Если посмотреть статистику рождаемости в поселениях, то факт подтвердится. В среднем по поселениям в каждой семье не менее 3–4 детей.

Таким образом, понятие Родового поместья предстаёт нам несколько в ином виде. Не только как некий образ, но и как конкретная живая среда, своего рода механизм по увеличению потенциала и совершенствованию Человека.

Родовое поместье — это участок земли площадью от 1 до 1,9 га (с видом разрешённого пользования — Родовые поместья) для ведения некоммерческой, не отраслевой, природосообразной хозяйственной деятельности в целях развития (совершенствования) и удовлетворения материальных и духовных потребностей членов одной семьи.

Хотелось бы обратить внимание на то, что деятельность на земле является некоммерческой, направленной на удовлетворение собственных потребностей человека и его семьи и не направленной на получение прибыли. В наше время вся деятельность на земле рассматривается государством как коммерческая.

Для узаконивания Родовых поместий и отсутствия противоречий с существующим земельным законодательством было бы правильным и целесообразным создать отдельный вид разрешённого использования земли (ВРИ) из категории земель сельхозназначения — Родовые поместья.

В любом случае без государственной поддержки идея Родовых поместий не сможет полностью реализовать весь свой потенциал.

Если исходить из того, что Родовые поместья не предназначены для ведения коммерческой деятельности, то и их продажа также должна считаться недопустимой. Такой пункт вполне можно внести в проект закона о Родовых поместьях. В случае принятия зако-

на о Родовых поместьях было бы логичным выдавать земли желающим бесплатно.

Помимо законодательных инструментов недопустимости коммерческой продажи Родовых поместий существует ещё механизм социальной договорённости в поселениях, основанный на коллективной ответственности участников.

Механизм выдачи земли под Родовые поместья может быть следующим:

1. Для создания поселения, состоящего из Родовых поместий, граждане самоорганизуются и создают НКО (например, Потребительское общество).

2. Государство выделяет землю и передаёт НКО в виде целого массива (порядка 500–700 га). По предварительным данным, это должны быть земельные массивы, рассчитанные для создания участками (от 150–250) Родовых поместий, и общие земли для создания объектов общей инфраструктуры и ведения общих хозяйственных проектов.

3. Внутри НКО происходит распределение земли между участниками с обязательным заключением договоров об их целевом использовании согласно Уставу НКО.

Таким образом, устанавливается коллективная ответственность за целевое использование земли перед государством. Внутри НКО земля распределяется участникам на условии долгосрочной аренды с правом последующего перехода в собственность. С каждым участником проекта НКО заключается индивидуальный договор об использовании общей собственности (земли) и устанавливается ответственность за его соблюдение.

\* Примечание: в статье использованы материалы д.э.н. И. В. Пешницына «Сбережение России».

**Олег Николаевич ГОРЕМИКИН,**  
председатель Совета Региональной общественной организации Тульской области по возрождению и развитию сельских территорий «Родовые поместья».

Контакты:  
тел. 8-903-566-4528,  
эл. почта: goremikinoleg@yandex.ru

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

**Законопроект о Родовых поместьях**

**31** июля 2021 года в Государственную Думу России внесён законопроект № 1225490-7 «О семейных поместьях и семейных поселениях в Российской Федерации», который направлен на предоставление россиянам земельных участков для создания семейных (родовых) поместий. Инициаторами являются депутаты от фракции ЛДПР А. Н. Диденко, Д. А. Свищев, А. Н. Свинцов, сенатор Сергей Леонов и глава комитета нижней палаты по труду, социальной политике и делам ветеранов Ярослав Нилов, ранее уже поддержавший эту идею и вносящий проект закона о Родовых поместьях в 2013 году.

Законопроект предлагает дать россиянам право безвозмездно получить для создания семейного поместья земельный

участок размером до 1 га из государственной или муниципальной собственности в упрощённом порядке. Предполагается, что люди смогут построить жилой дом, посадить сад, огород, обустроить пруд и вести хозяйство, внедряя экологические системы земледелия. Сельхозпроизводство будет вестись с минимальным негативным влиянием на окружающую среду. Будут проводиться мероприятия по охране природы, возрождаться исконные народные обряды, праздники и ремёсла, а также популяризоваться здоровый образ жизни.

Фактическая площадь получаемого участка может быть гораздо больше 1 га, так как при подаче заявления несколькими членами семьи площадь участка будет исчисляться из расчёта до 1 га на каждого члена семьи. При этом радует то, что

обустройство такой земли не предлагается считать предпринимательской деятельностью (фермерством), так как законопроект взята за основу модель закона «О личном подсобном хозяйстве».

Перечень регионов, где будут выделяться такие участки, определит Правительство России. При этом, как и в программе «дальневосточного гектара», законами субъектов РФ могут быть определены территории, в границах которых земельные участки не могут предоставляться в пользование. Земельные участки также предлагается выделять первоначально по договору безвозмездного пользования сроком на пять лет, после чего, если условия договора соблюдены и земля использовалась по назначению, россиянин получит участок в собственность.

Законопроект позволяет объединять

поместья в семейные поселения, то есть создавать новые населённые пункты на русской земле, а также законно заселять территории земель с/х назначения и лесного фонда (что крайне важно). Эти населённые образования должны состоять из семейных (родовых) поместий и земель общего пользования, предназначенных для размещения объектов инфраструктуры и иного имущества общего пользования. Здесь также предполагается безвозмездное предоставление таких земельных участков (общих территорий поселения), а также помощь государства в строительстве необходимых поселению объектов коммунальной, транспортной и социальной инфраструктур.

**Василий ПЕТРОВ, юрист**  
[https://vk.com/petrov\\_vi](https://vk.com/petrov_vi)  
Ссылка на текст законопроекта:  
[https://vk.com/doc344603382\\_606326158?hash=61666876b39c275377&dl=b1e909b954b1c3d664](https://vk.com/doc344603382_606326158?hash=61666876b39c275377&dl=b1e909b954b1c3d664)



## ПРП Колыбель



**М**ы, молодая и счастливая семья, обустроиваем своё поместье с июля 2014 года.

Не так давно мы жили в центре душного мегаполиса. Мечтали о своей малой родине, Родовом поместье. Пока мечтали, росли, набирались опыта, наша земля ждала нас где-то. И вот чудо свершилось...

Мы начали действовать и нашли своё Родовое поместье в поселении Колыбель Ульяновской области. Построили дом, у нас в поместье родилась дочь, ещё возвели очень добротный погреб для овощей, фруктов и солений, строим баню и продолжаем обустройство поместья. Посадили уже много сотен деревьев, кустарников, есть питомник. Сейчас мы знаем — возможно всё, если ты идёшь навстречу своей мечте.

Наш уголок счастья — Родовое поместье — находится в сказочном месте. Это поляна с небольшим северным и большим южным склонами. С трёх сторон наш участок окружают поля соседей, с четвёртой стороны — красивый сосновый лес.

Рядом протекает река Казайха со студёной водой, где круглый год вода +6°C. На границе участка есть родник, бьющий прямо из горы, вода мягкая. Есть молодые самосевные яблоньки (птицы посадили), старые заросли сливы и дикой вишни.

Здесь есть всё: красота природы для улады глаз, созерцания, приятных мыслей, счастье; грибы, ягоды, ароматные травы для питания тела... Это наше поместье, поместье семьи Таран.

ПРП Колыбель — молодое поселение в Ульяновской области. С трёх сторон его окружает могучий лес. Благодатная земля напитана родниками. Это лоно Природы, божья Колыбель.



Жители Колыбели — крепкие, здоровые, успешные семьи. Мы знаем, что счастье — в образе жизни, в гармонии с Природой. Вдохновили нас на создание своего Родового поместья книги В. Мегре из серии «Звенящие кедры России».

Мы всем желаем жить счастливо, радостно и достойно в своём поместье! Приезжайте к нам!

**Руслан и Виктория  
Ульяновская область  
Вестник Родовых поместий**

ПРП Колыбель образовалось в 2010 году. Начало строительства — 2011 г.

На январь 2018 г. оформлена аренда 56 га земли, на которой есть участки с категорией земель населённого пункта (разрешённый вид использования «для ведения личного подсобного хозяйства») и земли с/х назначения (разрешённый вид использования «для ведения садоводства»).

Есть свободные участки. В 2016 г. по инициативе главы администрации нашего района С. В. Кочеткова была построена новая насыпная щебёночная дорога от села Новая Бекшанка до Колыбели.

В школу в соседнее село Новая Бекшанка, которое находится в 3 км от поселения, детей регулярно возит школьный автобус.

По состоянию на январь 2018 г. в поселении числится 15 семей: 53 человека, из них 25 — дети. Постоянно живут восемь семей (26 человек, из них 11 детей). Из города переехали в соседние сёла, пока там живут и строятся в Колыбели четыре семьи, ещё три семьи из города также строятся в поселении. Есть многодетные семьи. Шестеро детей обучаются в средней школе в Новой Бекшанке, шестеро детей на семейном обучении; 11 дошкольников. В четырёх семьях, постоянно живущих в Колыбели, родились малыши.

Регулярно в поселении проводятся дни творчества по благоустройству общей территории. Построены гостевой дом (же-

лающие могут в нём зарегистрироваться), клуб, баня, восстановлен пруд, возведён монумент памяти погибшим жителям села в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг., начато развитие проекта лесосада. В клубе организуются встречи, праздники, мастер-классы, занятия различных кружков с детьми, тренировки по смешанным единоборствам и т.п.

В Колыбели построены дома различных типов — каркасные, срубовые, есть саманный, купольный, круглый дома, также дом из прессованных соломенных панелей.

В поселении жители развивают народные промыслы — ткачество, вышивку, лозоплетение, резьбу по дереву, изготовление народных костюмов, кукол-оберегов и т.п.

Обеспечение достатка семей в поселении происходит по направлениям:

- пасечничество: реализация продуктов пчеловодства; изготовление и реализация: натуральных изделий из крапивы — стельки, пояса, подушки;
- народных костюмов, поясов, очелей, кукол-оберегов;
- натурального мыла ручной работы;
- ферментированного иванчая;
- домашних заготовок;
- выращивание и реализация саженцев плодовых и декоративных растений, а также натуральных плодов;
- сбор и реализация дикоросов — грибов, ягод, трав;
- строительство, печное дело.

Поселение Колыбель заинтересовано в добрых, здоровых, трезвомыслящих и самодостаточных соседях-единомышленниках. Приезжайте знакомиться! Если хотите приехать в гости, обязательно заранее оговорите детали.

Контакты: группа в ВК: <https://vk.com/kolybel>; эл. почта: [poselenie-kolybel@ya.ru](mailto:poselenie-kolybel@ya.ru); тел.: 8-927-815-8935 — Руслан; 8-902-588-7758 — Павел; 8-927-822-7952 — Александр.

## 20 лет экопоселению Ковчег



**К**овчег — действующее экопоселение, в этом году ему исполнилось 20 лет! На настоящий момент в Ковчеге постоянно проживает около 60 семей (около 200 человек). Летом количество ковчеган увеличивается ещё на 65–70 человек.

Экопоселение занимает 121 га земли, из которых 78 отведены под индивидуальные участки (по одному гектару на семью), 7 га — общая территория в центре поселения, где находятся Общий дом, пилорама, автомастерская, слесарная мастерская, спортивные площадки, здание театра и пространство Живой Школы (проект детей Ковчег), 21 га — сельхозземли общего пользования и 15 га — дороги и проезды.

Находится Ковчег в 140 км к юго-западу от Москвы и в 30 км от городов Малоярославец и Медынь. С 2020 года 14-километровая дорога до села Ильинское была заасфальтирована и теперь пригодна для проезда не только на тракторах и джипах.

По краю поселения протекает чистая родниковая речка, берега которой изобилуют родниками с прекрасной питьевой водой, с трёх сторон его окружает лес. В полутора километрах — огромная запущенная церковь, вторая по величине в Калужской области, молчаливая свидетельница былой многолюдности этих замечательных мест.

Жители экопоселения — лю-

ди разных возрастов, от студентов до пенсионеров, и самых разнообразных профессий и специальностей: рабочие и экономисты, офицеры и преподаватели, музыканты и учёные, предприниматели и программисты. У большинства есть семьи и дети, все имели нормальные жилищные условия в городе, но решили оставить насиженные места и перебраться в «чистое поле», начав жизнь практически с нуля.

Почему? Объясняют они это так: «В современной городской цивилизации мы перестали видеть перспективу для своей собственной жизни и для будущего своих детей. Удобная и комфортная городская жизнь чем дальше, тем больше лишает человека простых и естественных ценностей: свежего воздуха, чистой питьевой воды, живой природы вокруг, элементарной тишины, уверенности в завтрашнем дне.

**Взять на себя ответственность за свою жизнь, вернуть традицию крепких семей и добрососедских отношений, обрести уверенность в завтрашнем дне, резко снизить негативное воздействие на природу, создать благоприятную среду для своих детей, восстановить утраченную культуру, охватывающую все стороны жизни человека и общества, вновь обрести чувство радости и созидания — наша задача».**

<http://kovcheg-village.ru/>



## Шахматный турнир в Прекрасном

В августе состоялся шахматный турнир в селе Красное, в поселении Прекрасное — содружестве Родовых поместий (Белгородская область, Прохоровский район). В мероприятии приняли участие 15 человек. Некоторые из них параллельно турниру играли в шашки.

Интересно было наблюдать за вдумчивостью игроков, за их собранностью и концентрацией. Мало уметь играть хорошо, нужно ещё и собраться, не отвлекаться, от этого тоже во многом зависит успех!

Возрастной диапазон участников оказался довольно широким

— от 5 до 70 лет. Общие интересы сближают людей вне зависимости от возраста, пола и других мировоззренческих позиций.

На турнире было немало сильных партий. Думаем, шахматы развивают упорство, силу воли и веру в себя: играть и верить в себя, когда уже на горизонте «шах», играть, когда знаешь, что перед тобой сильный игрок.

Турнир шёл 3,5 часа, и если бы не ветреная погода, то продлился бы ещё дольше.

Благодарим всех!

<https://vk.com/club174367057>  
**Вестник Родовых поместий**



# Природный образ предпринимательства и туризма

## Экология — главная наука

Наука всегда будет нужна человечеству. Настоящая наука и естествознание (естества знание) — это синонимы. Самое ценное, что есть у человечества для прогноза будущего и принятия верных решений, — это эмпирические обобщения, то есть выводы из множества непосредственно наблюдаемых фактов, отражающие устойчиво повторяющиеся явления, то есть законы Природы.

Экология — главная среди других наук, потому что её предметом является живая природа Земли — биосфера — как целое, взаимосвязи всех её частей, включая человечество, между собой и окружающей их средой. При незнании и игнорировании её законов наша хозяйственная деятельность порождает в итоге лишь катастрофу.

Любое живое существо, включая человека, строит свой организм из макро-, микро- и ультрамикроэлементов. Макроэлементы — углерод, кислород, водород, кальций, фосфор, натрий и другие — основа биомассы, жидкостной, белковой и костной. Микроэлементы — кобальт, селен, магний, калий и т. д. — входят в состав витаминов и ферментов, которые обеспечивают нормальный обмен веществ. Наши тела содержат даже мышьяк, ртуть и золото, в ультрамикроколичествах они играют свою специфическую биологическую роль. Когда отработанная органика не возвращается снова в ту же почву, как это происходит во всех природных экосистемах, тогда здоровье живого организма подрывается. Никакие медицинские препараты (речь не о БАДах) не способны «вылечить» элементарное микроэлементное голодание клеток.

## Основа материального дохода

Исходным пунктом нашего физического благополучия является биотический круговорот и наличие в почве всех элементов для полноценного питания. Именно этот закон Природы диктует основу материального дохода человека — разнообразия пригодных в пищу растений, достаточного для этого по размеру приусадебного участка семьи, то есть Родового поместья, где растения эти употребляются, а отходы утилизируются.

Поэтому предпринимательство с вывозом большого количества органики за пределы поместья — не наш случай. Наш вариант — максимальное самообеспечение местным ресурсом, который артелью соседей превращается на общей производственной базе в нужные повседневно предметы потребления. Посуду и мебель для поместья преимущественно нужно производить из местного сырья не потому, что это модный тренд, а потому что это природосообразно. Глина и дерево везде найдутся.

Ну а долгоиграющие металлические сковородки и кастрюльки — полезное достижение цивилизации. Не полностью, как в былые времена, а максимально натуральное хозяйство будет практи-

коваться. На уровне нового витка развития. В том числе с помощью достижений современной техники. Хотя наиболее экологичными, конечно же, являются рычажные механизмы. Хороший пример — ножная швейная машинка. Вполне в этом случае можно обойтись без электричества.

То же касается одежды и обуви. Нам овцы нужны не для еды, а для шерсти. Тёплые, вязаные из

сколькими семьями. Уж больно закабалает и привязывает к одному месту каждое животное. Выросла в селе, знаю по опыту своей семьи. С растениями попроще: зимой можно сесть и уехать, а вот животных надолго не оставишь, нужны присмотр и помощь соседей. Так почему бы изначально не спланировать их содержание сообща, посменно ухаживая за ними?

изводства — ткачества, валяния, пряжения и т.д., зона бани-сауны и зона вегетария — теплицы-оранжереи. Второй уровень — комнаты отдыха для гостей в зимний период и дежурных сотрудников.

Гости-туристы приезжают на туры выходного дня (один или два дня) и на недельные туры в течение всего года.

На территории туркомплекса для тёплого времени года имеют-



ся гостевые домики, которые могут быть результатом семинаров-мастерских по освоению различных экотехнологий домостроения — соломенные, саманные, чуркоглиняные и т.п. На весь год устраивается сезонная общественная работа по восполнению нужд поселенцев на базе этого комплекса и параллельно идёт программа участия в ней туристов.

На данной территории располагается также серия миниэкоферм — козы, овцы, куры, лошади. Все животные прежде всего восполняют потребности семей, которые ухаживают за ними посменно, и лишь излишек увозят туристы, оставляя взамен свои финансы или другой вид компенсации в доход поселенцев. Кто-то просто посмотрит на хозяйство на экскурсии, а кто-то и увезёт с собой домой образцовый излишек. То же касается и хлеба, и свежих растений вегетария круглый год, и изготовленных своими руками предметов повседневного потребления.

На территории такого туристического центра предусмотрена выставка-продажа как готовых изделий, так и наличие сырья для участия гостей-туристов в практических мастерских. Имеется и магазин-погребок для туристов, куда поселенцы поставляют излишки овощей и фруктов, заготовок на зиму, мёд из своих поместий.

Трудясь в этом центре посуточно по две-три семьи, поселенцы сменяют друг друга: и за животными присмотр, и сезонное производство предметов потребления для самих поселенцев движется, и общение с туристами, и реализация излишков — вот тебе и финансовая часть дохода.

К примеру, занимаются хозяйством и с туристами 8–12 семей. Трудятся один день через три, ночное дежурство вообще раз в 12 дней.

## Природная эргономика

И вот тут самое интересное! Вся общественная занятость и общее производство очень хорошо могут и, следуя природной эргономике, даже и должны соединиться в одном месте с гостевой туристической зоной в единый комплекс, где параллельно с общими естественными сезонными делами идёт туристическая программа и включение туристов в этот процесс. Ведь они едут к нам не только всё посмотреть, им обычно хочется поучаствовать в наших делах. Наши туристы — они другие, они не празднично полежать на солнышке стремятся, они едут примерить на себя наш образ жизни.

Итак, у нас чётко выделяются два пространства в поселении, и опять соотношение: примерно 80% — земля поместий и 20% — земля общественная и территория гостевой туристической зоны. Последняя представляет собой несколько крытых и открытых площадок.

Её центром, как нам увиделось, является большой крытый двухуровневый цилиндрически-купольный комплекс с русской печкой-хлебопечкой в середине, и от неё отходят нескольких секторов: рекреационная зона, она же столовая, она же место мастер-классов и семинаров, зона мини-про-

Отдельными видами труда — хлебопечением, заготовкой дров и баней-сауной, уборкой гостевых домиков — могут заниматься и совсем другие семьи. Всё по чёткой изначальной договоренности, и распределение полученного дохода сбалансированно, соответственно вкладу. Уже сейчас на такую модель и форму освоения сельской территории спокойно можно заявляться в гранты, если есть нужное количество семей и готовность начать получать нужный доход на месте.

## Польза для всех

Итак, мы в итоге получаем гораздо больше свободы и времени для поместья и возможность самим ездить путешествовать, не переживая за питомцев, большие выходные дни. При этом каждая семья обеспечена молочной продукцией, свежей зеленью круглый год из вегетария, свежим хлебом и многим другим, необходимым для семьи! Да ещё и новые друзья-соседи постоянно появляются из постоянных посетителей, кому всё понравилось и захотелось того же.

А вечерами, особенно зимними, в этом всегда тёплом и уютном, пахнущем свежеспечённым хлебом, радующем глаз зеленью вегетария общем доме (туристическом центре) — посиделки с песней, задушевным разговором, рукоделием, как встарь. И праздники общие, и большие сборы-фестивали — всё тут же, большая поляна для хорошеющих должна быть предусмотрена и место для городка палаточного. Да и пруд-бассейн с рыбками и водоплавающими птицами, где искупнуться в жару можно, очень даже не помешает. Апи-домики пчелиные опять же... И, конечно, экскурсии в сердце поселения, в Родовые поместья, — по желанию и возможностям их хозяев.

Здесь же дети с их учебными проектами рядом, в гуще событий, крутятся, разные виды ремёсел осваивают, экскурсии по поместьям проводят, — вот тебе и школа творчества. А в целом такой комплекс можно так определить: «Предприятие по самообеспечению семей, его участников, разнообразной натуральной продукцией высочайшего международного класса ОРГАНИК и производства ограниченного количества её излишков для реализации (в форме кооператива) в гостевой туристической зоне».

Если посмотреть на туризм новой, природосообразной цивилизации в общечеловеческом масштабе, то главная роль его — обмен практическим опытом совершенствования среды обитания в разных уголках планеты, построение гармоничного с окружающей природой образа жизни на конкретной территории, обмен семенами и саженцами, поддержка устойчивости биосферы — нашей материнской природной системы — увеличением природного и культурного многообразия.

**Юлия и Константин ОСИПОВЫ,**  
создатели Родового поместья  
Емельяновский район,  
Красноярский край  
**Вестник Родовых поместий**  
<https://vk.com/vestnikrp>





Многие люди сейчас стали задумываться о здоровом образе жизни, но как это сделать, живя в городе, где воздухом уже нельзя дышать, воду нельзя пить? Как растить здоровых детей в таких условиях?

Когда мы, будучи молодыми, поняли, что и наших деток ждёт такая участь, а нас самих — «аптечная старость» с множеством таблеток каждый день, то начали искать выход. Переехали в деревню, пожили немного и поняли, что это не наше: участки маленькие, а мы хотели зарабатывать на земле, заложить питомник, развести пчёл... И тогда решили создать свою деревню с большими наделами, своё Родовое поселение.

И мы с мужем твёрдо решили, что возьмём землю и сотворим с любовью для себя, детей наших кусочек Родины, своё Родовое поместье, что, безусловно, обогатит нас духовно и материально.

Вы только представьте, сколько живых, экологически чистых продуктов можно вырастить на гектаре или двух земли! Многие говорят: когда это всё вырастет, нас уже не будет, зачем же сажать? Нужно сажать, обязательно нужно, не для себя, так для детей своих, внуков и правнуков! Вспомнят о нас добрым словом.

Многие спрашивают: как заработать в Родовом поместье, когда ещё ничего не выросло? Ответ прост — развивать давно забытые ремёсла: лозоплетение, гончарное дело, изделия из бересты, изготовление качественных срубов и т.д. Есть люди, у которых есть заработок по интернету, пожилые люди живут на свою пенсию. Женщинам пришлись по душе ткачество, вышивка, шитьё облегающей одежды для своих дочерей. Возрождается шитьё полезной для тела человека одежды из волокон крапивы, конопли, льна. В общем, мысль у людей начина-

# Поселение Ориана



ет работать. Где живешь, то и развиваешь.

Мы уже пять лет живём в поселении Ориана, которое находится в Челябинской области. Поселение наше молодое, ему всего восемь лет, но уже много построено домов.

Нашей семье пришлось по душе изготовление давно забы-

того, исконно русского напитка иван-чая. Делаем мы его по особым, старинным рецептам. Собираем лечебные травы и составляем чайные сборы. Также у нас есть питомник редких лекарственных, плодовых деревьев и кустарников. Муж занимается и научной работой — адаптированием к на-

шим уральским условиям более южных деревьев, например грецких и других орехов, а также съедобных каштанов.

Ещё мы производим полезные для здоровья хлебцы на основе проростков льна, подсолнечника, зелёной гречки с добавлением кунжута, овощей, специй.

Жизнь на земле прекрасна и естественна!

В нашем поселении живут люди разных возрастов, национальностей и вероисповеданий. Все мы — добрые друзья и соседи, поддерживаем друг друга, а иначе на земле не прожить! Мы — одна большая дружная семья. Ведём здоровый образ жизни. Стараемся строить дома из экологических материалов, чтобы не оставлять по-

сле себя никакого мусора. Проводим весёлые праздники, изучаем традиции наших мудрых предков.

Ещё всех волнует вопрос обучения детей. Кто-то обучается дома и сдаёт аттестацию в любой на выбор школе после каждого класса. Свою дочку мы возим каждый день в местную школу, она так захотела.

Но не всё, конечно, так сказочно, есть у нас и свои трудности. Поскольку мы взяли ответственность за свою жизнь на себя, то и все задачи по созданию инфраструктуры поселения тоже ложатся на наши плечи. Все вопросы решаем сообща. Пока самой проблемной точкой для нас является дорога. Зимой чистим за свои деньги, весной и осенью доставляет неприятности распутица. Забот и задач у нас много, но мы — коллектив единомышленников, что тоже немаловажно.

Земля-Матушка испытывает нас на прочность, кто-то пока уходит обратно в город. Остаются самые сильные и сотворяют свой рай на земле. И создаётся тихоньку по всей Земле новая цивилизация, новая, счастливая жизнь! Сама жизнь на Природе оздоравливает исподволь: физический труд, солнце, чистый воздух и вода, экологически чистое питание оказывают своё благодетельное действие. Лечит сама земля, и это ни для кого не секрет.

Дорогие друзья! Приходите на землю, прикоснитесь к ней с любовью, и она ответит вам тем же! Заждалась она своих сынов и дочерей, чтобы отдать свою любовь через плоды свои! Уже расцветает наша Земля прекрасными садами, и с каждым годом их становится всё больше! Будьте счастливы — это главное предназначение человека на Земле!

**Ольга СКОРОВАРОВА**

ПРП Ориана, Саткинский район,  
Челябинская область  
[https://vk.com/prp\\_ariana](https://vk.com/prp_ariana)

# Притча

Из рассказа «Тени» В.Г. Короленко

— Друг, — сказал Сократ, — если ты устал следить за правильностью умозаключений, то позволь рассказать тебе притчу. Ум отдыхает на притчах, а и отдых бывает не безплоден.

— Говори, если твой рассказ не очень длинен и имеет в виду хорошее нравоучение.

— Он имеет в виду истину, и я постараюсь его сократить.

Когда-то, в древние времена, Милет подвергся нападению варваров. В числе юношей, уведённых в плен, был один отрок, сын мудрейшего и лучшего из всех граждан страны. Дорогой ребёнок впал в сильную болезнь и был брошен в безпамятстве, как негодная добыча.

Глубокою ночью пришёл он опять в себя. Высоко над ним мигали звёзды, кругом расстилалась пустыня, а вдали раздавались хищные крики зверей. Он был один... Он был совершенно один, и, кроме того, боги отняли у него память всех событий его предыдущей жизни. Тщетно он напрягал свой ум, — в нём было так же темно и пусто, как в этой неприветливой пустыне. И только где-то, за далью туманных и неясных обра-

зов, стояла мечта об оставленной родине. В этой светлой стране чудился ему образ лучшего из всех людей, и тогда в сердце звучало слово: «Отец!». Не находишь ли ты, что судьба этого юноши напоминает судьбу всего человечества?

— Как это?

— Не так же ли мы просыпаемся к жизни на этой земле со смутным воспоминанием о другой родине? И не мелькает ли у нас в душе великий образ неведомого?

— Продолжай, Сократ. Это, кажется, поучительно. Я слушаю.

— Ободрённый юноша поднялся на ноги и пошёл нетвёрдыми шагами, избегая опасностей. После долгого пути, когда, казалось, последние силы готовы были изменить ему, он увидел в туманной дали огонь, который освещал тьму и разгонял холод. В усталую душу вступила тогда кроткая надежда. Воспоминания об отце криво ожили, и юноша пошёл на огонь с криком: «Это ты, это ты, отец мой!»

— Это и был дом отца?

— Нет, это была стоянка диких кочевников... Много лет после того он вёл жалкую жизнь пленного

раба, мечтая о далёкой родине, об отдыхе на родной груди отца. Порой нетвёрдая рука его пыталась вызвать неясный образ из мёртвой глины, дерева или камня. Бывали даже минуты, когда, усталый, он обнимал собственное производство, поклонялся ему и орошал его слезами. Однако камень оставался холодным камнем, и, вырастая, юноша разбивал свои изделия, которые казались ему уже жалким оскорблением его заветной мечты.

Наконец судьба привела скитальца к доброму варвару, который спросил его о причине его вседневной грусти. Когда юноша доверил ему тоску и надежды своей души, варвар, человек мудрый, сказал:

— Мир был бы лучше, если бы в нём была такая страна и тот, о котором ты говоришь. Но по какому же признаку узнаешь ты отца своего?

— В моей стране, — ответил юноша, — чтит мудрость и добродетель, а отца моего все признавали учителем.

— Хорошо, — ответил варвар. — Возьми же посох и иди рано в путь. Ищи совершенной мудрости

и правды, и если найдёшь их, сложи свой посох — это будет твоя родина и твой отец...

И юноша рано на заре пустился в дорогу...

— Он нашёл, кого искал?

— Он ищет его до сих пор. Он узнал много стран, много городов, много людей. Он изучил земные пути, переплыл бурные моря, исследовал тропы светил, указующих пути в безбрежных пустынях. И всякий раз, когда в трудном пути, в темноте ночи, глазам его являлся приветный огонь, сердце его билось сильнее, и в душе вставала надежда. «Это приют в доме отца моего!» Когда же радушный хозяин предлагал истомлённому страннику привет, благословение и отдых у своего очага, то растроганный юноша припадал к его ногам и говорил: «Благодарю тебя, отец мой! Не узнаешь ли ты своего пропавшего сына?»

И многие готовы были усыновить его, потому что в те времена похищения детей были часты... Но после первых восторгов юноша начинал замечать в воображаемом отце следы несовершенства, а иногда и пороков. Тогда он начинал исследовать и искушать, приставая к нему со своими вопросами о правде и неправде... И его скоро прогоняли из-под гостеприимного крова на труд и холод нового пути. Не один раз говорил он себе: «Останусь у этого последнего очага, сохраню эту последнюю веру. Пусть будут они мне вместо отеческого крова...»

— Это, пожалуй, было бы всего благоразумнее, Сократ.

— Порой он думал, как и ты. Но привычка к исследованию и смутная мечта о родном отце не давали ему покоя. И опять отряхнул он прах от своих ног, и опять брал страннический посох, и не всегда бурная ночь заставляла его под кровлей... Не находишь ли ты, что судьба юноши опять напоминает судьбу человеческого рода?

— Почему?

— Не так же ли род людской заменяет детскую веру испытанием и сомнением? Не так же ли творит он сам образ неведомого из дерева, камня, из обряда и предания, из вдохновенной песни поэта и из догадок мудреца? И потом находит этот образ несовершенным и разбивает его, чтобы опять удалиться в пустыню сомнений... И всё для того, чтобы искать лучшей веры, всё выше и выше... И не суждено ли роду земному искать, всё возвышаясь безконечно, потому что и неведомый есть безконечность!..

\* \* \*

Дорогие друзья, строящие свои Родовые поместья или мечтающие об этом, не уставайте совершенствовать эту великую идею! Пусть ваши светлые мысли открывают неограниченные возможности, заложенные в Пространстве Любви. Пользуйтесь ими, воплощайте их в жизнь!

**Вера Петровна ЧЕРНОВА**

Краснодарский край, ст. Отрадная



# Здесь абсолютно другая атмосфера



Пандемия коронавируса разрушила планы многих людей, но некоторым жителям крупных городов она помогла изменить образ жизни на тот, который им по душе. Весной 2020 года стала набирать популярность релокация — переезд в другую местность. Для работающих удалённо при этом менялось только место жительства. Тогда удалёнщики впервые обратили внимание на регионы России как перспективную альтернативу Юго-Восточной Азии, Закавказью и Латинской Америке. Такой выбор сделала и семья главного редактора клуба «Моя Планета» Вероники Далецкой и теперь уже бывшего московского журналиста Дмитрия Шарапенко, они переехали жить из Москвы в деревню Тверской области.

Дорога в деревню Апухлицы, примыкающая к шоссе между Тверью и Ржевом, на полпути становится грунтовой и ведёт через огромные поля с иван-чаем и леса. Машину трясёт на мелкой гребёнке гравийного пути, и только шум от тряски заглушает неугомонных кузнечиков, которые продолжают стрекотать даже после заката. Окрестности Апухлиц встречают лоскутами тумана, который ползёт по полям и аккуратно переплывает через дорогу. У въезда в деревню хорошо видна обезглавленная колокольня храма пророка Ильи, напротив которого находится дом Вероники и Дмитрия.

Гостей встречает Хайп — большая немецкая овчарка. Молодой суетливый пёс сначала пугает грозным видом и громким лаем, но затем спешно обнюхивает приехавших, теряет к ним интерес и возвращается к хозяевам. Дмитрий и Вероника встречают нас как старых приятелей и сразу же проводят небольшую экскурсию по окрестностям деревни. Хайп почти всегда бежит за хозяевами, когда они уходят в поле или лес.

— Без собаки тут нельзя. Дело в том, что в последнее время к нам стали ходить мишки, и есть большой риск с ними встретиться. Собака медведя чует заранее и сразу убегает. Это значит, что тебе

пора убегать вместе с ней, — пояснил Дмитрий Шарапенко.

Для них, коренных москвичей, такая близость к природе уже привычна: за 10 дачных лет и ещё полтора года практически



постоянной жизни в деревне тишина и покой стали роднее шума мегаполиса, в котором их повзрослевшие дети теперь проводят намного больше времени, чем исполнившие свою мечту родители. Но эйфории нет. В конце 2019 года Дмитрий ушёл с последней работы, чтобы стать пасечником, и уже познал проблемы любого пчеловода: в ульи залезли мышь и куница, в одной семье по неизвестным причинам умерла пчеломатка, в другой пчёлам зимой не хватило мёда.

— Близость к природе — это значит, что природа тебя «жрёт» каждую секунду и со всех сторон. В лесу надо бороться за выживание: ты так хочешь, а кроме тебя, никто так не хочет. Ты хочешь покосить — трава против. Она будет расти и расти. А в траве — и змеи, и клещи. Да и ноги промокают вечером, тоже неудобно. В Москве всё за тебя делают невидимые люди, ты их не замечаешь и считаешь, что всё хорошо. Ты к этому привык. А здесь тебе никто ничего не должен. Хочешь — делай. Не сделаешь — ничего не будет, — рассказывает Дмитрий о жизни в деревне.

## Коронавирус как стимул к переезду

— Всё началось очень давно. Когда мне было 16, а моему мужу 17, мы познакомились. Я не думала ещё, что это мой будущий муж. Этот мальчик 17-летний сказал, что годам к 40 он собирается жить в деревне. Я посмеялась, что кому-то не повезёт. А потом ока-

залось, что это я, — рассказывает Вероника Далецкая.

Впервые они посетили деревню Апухлицы 12 лет назад, когда приехали погостить к друзьям и сходить в лес за грибами. Добраться из Москвы на машине сюда легко: из 250 км пути 200 (до Твери) — по трассе М10 или М11. Места им понравились, а приобрести здесь жильё оказалось достаточно легко — их знакомым дом с землёй достался за 120 тысяч руб. Вероника с Дмитрием решили последовать их примеру: купили старый дом с участком. От старого владельца им досталось 85 соток, а через несколько лет они завели ещё 85 га.

В Апухлицы семья стала приезжать ежегодно: начали строить дом и ухаживать за участком. В 2018 году наконец поняли, чем хотят заниматься на селе.

— В какой-то день наш младший сын, которому нужно было готовиться к поступлению после девятого класса, устал заниматься и ворвался на кухню со словами: «Как всё достало, не хочу ничем заниматься, и, может быть, я вообще уеду в деревню и стану пасечником». Муж поднял голову и говорит: «Пасечником?» Через пару месяцев мы завели первую пасеку и так нащупали коммерческую историю три года назад, — продолжает Вероника.

Следующий, 2019 год семья продолжила жить в деревне наездами. Постепенно супруги выработали «формулу»: два дня живут в Апухлицах, ещё два дня — в Москве, а три дня проводят порознь.

— Со временем стало понят-

но, что пасека выходного дня — это не наша история. Было решено, что муж уйдёт с основной работы и займётся пасекой, — вспоминает Вероника.

Жить «в режиме стартапа», говорит она, значит постоянно находиться на земле. Опыт раздельного проживания семье не очень понравился. Но пандемия и локдаун весной 2020 года не дали толком к нему привыкнуть. Когда появилась возможность работать и учиться удалённо, вся семья — родители и двое сыновей — уехала в деревню.

— Тут ковид помог очень сильно, — Дмитрий рассказывает историю переезда, не отрываясь от работ по хозяйству. — За счёт того, что возникла удалёнка, с прошлой весны вся семья собралась здесь. И дети сидели здесь, и мы оба. И это очень сильно помогло. В одно лицо я не знаю, как долго бы я этим занимался. В одиночку всё делать тяжело. Когда все рядом — и помогут, и просто люди дома есть. Когда один — поработал, вечером «повтыкал» в соцсетях. Тяжело.

## «Этот стиль жизни далеко не каждому подходит»

В 15:00 у Вероники проходит планёрка в Zoom. Вероника Далецкая возглавляет интернет-редакцию, и чаще всего её представляют как главного редактора клуба «Моя Планета», имея в виду сайт, который работает и как медиа, и как социальная сеть с блогами путешественников.

Редакция обсуждает дальнейшие планы по развитию платформы. Всё это время Вероника сидит на диване за столиком с ноутбуком. Рядом жужжит залетевшая в дом оса, на полу отдыхает от солнца Хайп. За окном слышен рёв мотоблока: фермерскими делами занимается приехавший помогать старший сын Владимир. Дмитрий уехал в поля к пчёлам, его там ждут 33 улья. По словам Вероники, на пасеке могут быть сюрпризы: если ситуация нештатная, Дмитрий может задержаться допоздна. Если всё в порядке, то его не будет пару часов или меньше.

После планёрки и работы над текстами Вероника отправляется собирать чёрную смородину. Руководство редакции она ежедневно совмещает с работами по хозяйству. Планёрки, сбор ягод, работа над статьями и обустройство яблоневого сада сменяют друг друга.

— Этот стиль жизни далеко не каждому подходит. А у нас совпало так, что выросли дети, и мы можем не думать о том, что мы живём в месте, где нет ничего для детей и детей не особо много. Наши дети сейчас в городе — это хорошо и правильно, они получают высшее образование. Так что определённое количество людей останется там, куда переехало во время пандемии, — говорит Вероника.

Младший сын в этом году окончил школу и собирается в университет. Подготовкой он предпочитает заниматься в городе, тогда как старший, 20-летний Владимир, иногда приезжает. Ему тут нравится. Хотя признаётся, что пока не представляет себя деревенским жителем.

— Здесь абсолютно другая атмосфера по сравнению с Москвой. В Москве все думают, как ты выглядишь в плане того, как ты одеваешься. Здесь — надел первые попавшиеся тряпки, умылся — и всё, ты свеж и бодр.

## Как в деревню пришла цивилизация

Дмитрий показывает Ильинскую церковь, которая даже без куполов, с поросшей кустарниками крышей, остаётся доминантой деревни:

— Храм так или иначе является общей точкой притяжения. Очень классно видеть его с болот. Если ты находишься на болотах, там вообще непонятно, где ты находишься. Особенно, если облачно, нет солнца, заблудиться вообще элементарно. Единственное, что выручает, — это церковь. Её увидел — пошёл. Я представляю, как было с куполами, какие они блестящие были, когда поля не были заросшими.

12 лет назад новоиспечённый московский дачник вместе с друзьями, к которым раньше семья приезжала погостить, пошёл прогуляться по деревне. Церковь ему приглянулась как большой культурный объект. Совсем недавно она была колхозным складом, и вместо двери на входе были прорублены большие ворота. Обитатели деревни, многие из которых тоже оказались дачниками, решили скинуться на новую крышу. Денег хватило на постройку двускатной кровли вместо плоской. Её покрыли рубероидом, чтобы дождевая вода и снег не разрушали стены и галереи храма. Спустя пять лет крышу закрыли заново.

Вторая достопримечательность деревни, как говорит Дмит-



рий, — асфальт в поле возле бывших сенокосов:

— До ближайшей асфальтированной дороги 10 км, а здесь есть немного асфальта. Можно постоять, повздыхать, какое хозяйство было.

От хранилищ остались бетонные колонны. Как-то зимой пришли местные «охотники» за черметом, разбили кувалдами колонны и вытащили оттуда арматуру толщиной 3 см. Сами колонны остались лежать в низине. Внутри несущих конструкций соседнего сенокосового хранилища арматура более тонкая, поэтому их почти не тронули: потенциальная выгода не стоила затрачиваемых усилий.

Сам колхоз закрылся в начале нулевых. Примерно тогда же поля начали зарастать кустарником и новыми деревьями, но они продолжают кормить жителей окрестных деревень.

— В земле периодически откапывают старую сельхозтехнику. Войны тут не было особо, и наши, и немцы в обе стороны проходили мимо, а сельскохозяйственной техники полно понатыкано. Раньше ещё были торфоразработки, поэтому и рельсов от узкоколейки можно найти много. При должном усилии можно добыть тонну металла за пару недель, а то и быстрее, наверное, — говорит Дмитрий.

— Деревня была в максимально грустном состоянии. Здесь два человека жили постоянно, остальные приезжали как дачники и боялись оставлять свои вещи. Многие находились в стадии принятия решения: что-то здесь делать или переключиться на другие жизненные ориентиры. Они очень обрадовались, когда приехали мы. «Молодёжь», как говорят местные. Не знаю, повлияли ли мы как-то, но постепенно из этого пике деревня вышла. Люди стали вкладываться деньгами в свои дома. Шифер и рубероид сменила металлочерепица, дома встали на фундаменты, водопровод оказался введённым внутри домов, поменяны окна, разбиты цветники, появилась куча детей. Деревня по местным меркам образцовая, всем не всё равно. Среда изменилась достаточно сильно, — рассказала Вероника.

Семья стала работать с этой средой по принципам теории малых дел. Для начала они убрали свалку, которая находилась в лесу рядом с их территорией. Вероника удивляется, зачем её здесь устроили:

— Странное решение, конечно, ехать сюда и привезти с собой, например, холодильник. Муж убрал эту свалку. 85 га огораживать забором — это безумие, поэтому мы без всяких предисловий поставили там мусорки. И люди стали пользоваться мусорками и перестали кидать мусор куда попало. Когда им намекают, они начинают вести себя адекватно.

### «Люди с удовольствием останутся в тех местах, где они выросли»

Апухлицы раньше были селом, но сейчас выглядят как небольшая деревня. Большинство жителей — дачники из Москвы и Твери или те, кто приезжает побыть на землях своих родителей и более далёких предков. В будний день народу в деревне совсем мало, зимой до недавнего времени оставалось пять-шесть человек, а прописан всего один. Ему приходится работать в Емельянове — селе почти в 10 км от дома. Но этой зимой деревня ожила: 10 человек стали

тут жить постоянно. Раньше они приезжали на лето, но во время пандемии осталось меньше причин покидать эти места.

— Происходят глобальные подвижки, во-первых, с точки зрения отделов кадров. Теперь появилась возможность официально трудоустроиться на работу на удалёнке. Во-вторых, я искала сотрудника и поняла, что большое количество людей не готово рассматривать позиции, где ты должен сидеть в офисе. Они готовы отказаться от ряда предложений, чтобы работать из тех мест, в которых они живут, — говорит Вероника.

Она сравнивает работу главным редактором электронного медиа в Москве и Апухлицах и делает вывод: разницы никакой. Хотя 30% сотрудников из тех, кто мог бы работать из дома, продолжают ездить в офис. Им важно окунуться в рабочую атмосферу и пространство физически. Хотя сама Вероника и большинство ушедших на удалёнку сотрудников проблем с мотивацией во время работы не испытывают. Рынок труда после пандемии стал меняться, поэтому и роль работодателя в некоторых отраслях становится не столь важным.

— С точки зрения технологичности это и раньше было возможно, но с точки зрения мозгов руководства — нет, а пандемия помогла пересмотреть эту историю и отпустить часть сотрудников на удалёнку. Возможность работать удалённо и представления руководства компании о том, что у них могут быть удалённые сотрудники, расширяют возможности людей зарабатывать. Люди уезжают в Москву и Петербург за деньгами. Мне сложно сейчас говорить об этом, так как я сделала обратный выбор — переехала из Москвы в деревню. Но я уверена, что люди с удовольствием останутся в тех местах, где они выросли, и будут оттуда работать, — уверена Вероника.

Пока она работает в Москве виртуально, но полтора года в деревне побудили её пересмотреть некоторые ценности, и опасения за свою карьеру постепенно ушли в прошлое.

— Если встанет выбор между работой и мужем, я выберу мужа. У него здесь работа, — рассуждает Вероника.

Жизнь в деревне помогла им увидеть новые перспективы и новые экономические ниши, которые можно было бы занять в будущем. Дмитрий и Вероника уверены, что и деньги начнут оставаться за пределами Москвы:

— Возможно, деньги, которые заработают на удалёнке, будут оседать в регионах не через бюджеты, а через отдельных граждан, которые будут тратить деньги там, где живут.

**Алексей САБЕЛЬСКИЙ**

Тверская область  
Интернет-журнал  
и медиаплатформа «7x7 —  
Горизонтальная Россия»

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



## А как с работой в деревне?

Человек сметливый, хозяйственный, с царём в голове проживёт и в деревне и даже будет зарабатывать. В России ведь до того разная сельская местность... Если уехать в глушь (а глушь бывает и в 100 км от Москвы) — это одно, обрежёте себя на затворничество, может случиться так, что и частушки не с кем будет петь... И можно ведь уехать в деревню с количеством жилых домов эдак в 250. А это разные песни.

Мы живём в деревне, где осталось два жилых дома и два дачных. Хозяева бывают наездами. В двух километрах от нас основная деревня, там почта, два магазина, придорожное кафе, ФАП, детсад,

библиотека, клуб, церковь. Есть у нас и колхоз небольшой, и большая агрофирма за рекой, куда работников автобус возит. Вот сколько сразу рабочих мест! И даже мы с мужем нашли себе работу.

Своё подсобное хозяйство — разговор отдельный, но основное одно: на покупных кормах скотину не продержат, никакая экономика плясать не будет. Значит, нужны выгон-выпас скота, сенокосы, посадки картошки и овощей для подкормки, свой транспорт, время... В итоге — свой труд от темна до темна. И этот труд очень тяжело подсчитать.

Но, с другой стороны, ведь живут же люди в деревнях, работают, рожают детишек, растят, зараба-

тывают и, главное, не считают это героизмом. Вот такие у нас соседи как раз и есть. Молодая многодетная семья, предприниматели, коренные жители этих мест. Труженики, настоящие хозяйственники. У них и коровы, и куры, и свиньи — всего полно. Всю продукцию хорошо у них раскупают, тем они и живут.

А мы, пенсионеры, садом-огородом занимаемся. А вот скотинку завести ещё никак не отважимся, но в планах есть. Так что, куда ни глянь, жить-то можно в деревне, и хорошо жить!

**Группа «Деревня — четыре двора»**

<https://vk.com/@-191889509-kak-s-rabotoi-na-derevne>

## Как мы баню строили

Дом мы купили даже с двумя банками. Одна сразу на разборку пошла, а вторая ещё пожила. Печку там подправили. Котёл худой был, так нам соседи дали на замену, дырки в стенах позатыкали, и ничего, поработала ещё банька.

И вот пришло время строить новую баню. Муж подготовил место, залили экономный фундамент и занялись стройматериалами.

Решили выпилить лес. Оказалось это совсем не сложно. Сложно лишь было нам, приедем, найти возможность добыть этот лес из леса и привезти на место. И опять нам помог наш сосед. В итоге справились, привезли нам дрова на баню и на отопление.

Рубить сруб пригласили двух местных нормальных мужчин, ну и муж третий. Они потихоньку всё сделали за неделю.

А уж стропила, крышу и все внутренние работы муж один делал.

Баня, как и планировали, получилась как домик-веранда: прихожая, комната отдыха, мойка, парилка — всё отдельно. Печь в бане муж тоже сам впервые делал из кирпича.

Думаете, для чего я пишу об этом? Похвалиться хочу? Есть и это, не скрою. Главное, что хочется сказать: человеку под силу многое! Вот жили мы в городе, работали и вроде ничего такого-то и не умели — строить, печи класть, ремонт делать и т.п., и годы у нас уже пенсионные. Стоит лишь только очень захотеть — и пожалуйста. С помощью интернета, книг и советов людей всё у нас получилось.

Одним словом, быть счастливым легко, надо только очень захотеть!

**Архангельская область**

<https://vk.com/@-191889509-kak-my-banu-stroili>





# Пилорама с виноградом

**Изобретатель-самоучка Валерий Брусков из села Половинного Целинного района Курганской области собирает из металлолома и подручных материалов станки, которые облегчают труд, экономят деньги и превращают садовый мусор в удобрения!**

## По отцовскому рецепту

Двор Брусковых условно делится на две части. Там, где грядки, цветы и фруктовые деревья, хозяйничает Татьяна, а железки, машины и провода — территория её супруга Валерия.

— Не двор, а машинно-тракторная станция, — добродушно ворчит Татьяна.

— Михайловна потихоньку пытается отхватить у меня кусок земли под свои цветочки, — называя жену по отчеству, жалуется Валерий. — Думает, не вижу.

Правда, среди зелёных насаждений у главы семейства тоже есть свой участок — виноградник. Он возится с ним, как с ребёнком: укрывает, обрезает, подкармливает. Для внуков старается. Любит озорники сочную ягоду. Правда, мусора много остаётся после обрезки лозы. Думал дед, что с ним делать, и придумал. Сварганил из металлолома агрегат с моторчиком, отдалённо напоминающий кухонный комбайн, заложил внутрь сухие стебельки и веточки, тщательно всё это перемолол — получилась мелкая крошка. Татьяна этой крошкой посыпает дорожки и ямки вокруг деревьев и ягодников.

Недавно Валерий запустил в работу ленточную пилораму. На первый взгляд, нехитрый механизм, но его ж надо было из чего-то соорудить.

— Металл был, раму сварил, — рассказывает местный Кулибин. — Колёса — с легкового автомобиля. Двигатель и ленту купил, линейку для замера досок выписал из Перми. Дальше — дело техники.

— А зачем вам пилорама? Будете открывать новое производство?

— Да нет. Это для себя. Старший сын Сергей построил себе дом напротив нашего. Хочет обустроить ещё навесы, пристройки. Доски нужны. Зачем кому-то заказывать, везти издалека, когда можно самим купить древесину и напилить.



Пилорама — плод инженерной мысли Валерия Брускова.  
Фото: Валентина Пичурина/РГ

Кстати, Сергей возвёл дом из пеноблоков, изготовленных по отцовскому рецепту. Брусков-старший придумал ещё и бетономешалку. В итоге получился симпатичный двухэтажный тёплый коттедж — единственный пока такой в селе.

Интересно, что ни технического, ни строительного образования у Валерия нет. За плечами только средняя школа. Зато учителя были, видно, хорошие. В школе уроки труда многим не нравились, а Брусков в столярную мастерскую ходил с удовольствием. В старших классах окончил курсы электрика в учебно-производственном комбинате. Но практики не хватало, поэтому стал по пятам ходить за колхозным электриком, пытаясь выудить у него все секреты профессии. После школы работал в колхозе сначала на комбайне, потом на тракторе. И тут от него не было покоя — донимал вопросы механизаторов: как устроен этот агрегат? а как работает тот? Впрочем, мужикам нравился смыслённый парнишка, и они охотно делились опытом.

## Находчивость и смекалка

В армию Валерий пошёл уже технически подкованным. Но в части вдруг решили сделать из него

повара и отправили на кухню. Солдат не растерялся. Кулинарных корочек у него, конечно, не было, но щи и кашу он готовил отменно. Даже тесто мог замесить и пирожков напечь. Это уже от мамы. Семья у Брусковых была большая — девять детей. Отец рано ушёл из жизни. Мама Александра Леонтьевна одна поднимала ребят, с детства приучила их к труду. Валера был самым младшим из пяти братьев. Учился у старших. Кажется, нет ничего, что бы он не умел делать.

— Я мог стать начальником столовой, — улыбается бывший повар. — Командир предлагал продолжить службу, но меня тянуло в деревню. Не могу я в городе: суета, духота. А у нас тихо, спокойно, размеренно.

После армии — снова на трактор. Потом — перестройка и развал колхоза. Жена, одноклассница Таня, работала тогда продавцом в магазине. Попала под сокращение. Ни денег, ни работы. Вот и задумались Брусковы, как жить дальше. Татьяна решила идти по торговой части. Начинала, как многие в то время, с мелочей. Ходила с большой сумкой по организациям, предлагала носки да варежки. Как их только не называли в то время: торгаши, спекулянты, коммерсанты — самое безобидное. Стыдно, говорит Таня, а делать нечего, семью кор-

мить надо. Валера стал ей помогать. Так потихоньку, шаг за шагом встали на ноги. Покупали и восстанавливали из руин брошенные здания, оборудовали в них магазины. И доросли до создания собственной организации. Татьяна теперь индивидуальный предприниматель, у неё в районе девять торговых точек. Валерий работает в ИП техническим директором. Если свет погас, холодильник забарахлил или печка плохо греет, это к нему. Вот где пригодилась его изобретательность, хозяйственная жилка, находчивость и смекалка.

Вот пример. Товары в магазинах привозят в картонных коробках. Они копят, занимают много места, а девать их некуда. Горят плохо, выбрасывать на свалку — не по-хозяйски. Заглянул директор в интернет. Полистал умные журналы, посмотрел, как люди делают, и соорудил макулатурный пресс. На вид простая конструкция — металлический шкаф, в который кладут коробки и под давлением плотно их сжимают. В итоге получаются тюки весом около 300 кг каждый. Когда тюков набирается много, их загружают в грузовик и отправляют на переработку в Челябинск, где этот бизнес хорошо развит, хотя ехать дальше, чем в Курган. То же самое пресс делает с полиэтиленовой плён-

кой. Много на этом не заработать, зато безотходное производство.

## Железный помощник

Ещё один плод инженерной мысли Брускова — электрический дровокол. В Целинный район газ ещё не дошёл, дома отапливают дровами. Валерий всегда колот сам, а когда появились магазины, дров потребовалось в десять раз больше, на зиму 150 кубов. Тяжеловато стало махать колуном. И завёл он себе помощника — железного дровокола. Успевая только подкладывать на станину полешки, остальное он сделает сам.

— Без инструментов и станков в деревне никуда, — рассуждает мастер. — Надо, например, острогать или окромить доску. Раньше это делали в колхозе, а сейчас нигде. Не поедешь же с доской в райцентр за 20 км. Пришлось обзавестись собственным строгальным станком. Или возьмём пилораму. Для неё требовалось много деталей, те же болты выточить, ролики, валики, отверстия в металле. У меня есть для этого токарный, фрезерный станки, два сверлильных, наждаки.

В его машинно-тракторной мастерской более 10 различных станков. Есть даже листогибочный, металлорежущий, если надо согнуть или отрезать железный лист. Причём станки в основном восстановлены из старых и брошенных, умелец их усовершенствовал. Конечно, сейчас всё можно купить, если есть деньги, а Валерию интересно своими руками изладить.

Татьяна относится к увлечению мужа с пониманием.

— Когда мы поженились, я ему даже журнал «Моделист-конструктор» выписывала, — смеётся она. — Как он только в этом разбирается?!

Каким будет следующий созданный Валерием агрегат, он пока не знает. Всё зависит от поставленной задачи.

## От отца к сыну

Из интервью Сергея Брускова, сына изобретателя, газете «Голос целинника».

— Не возникает желания всё бросить и рвануть в город, как делают многие, когда дети начинают подрастать?

Сергей: — Нет, я счастлив здесь. У наших детей есть много преимуществ перед их городскими сверстниками: живое общение со старшим поколением, вовлечение в трудовой процесс, природа, натуральная еда, родители всегда рядом... Детей у нас четверо — Вячеслав (9 лет), Таисия (6 лет), Михаил (4 года) и Константин (2 года). Со Славой мастерим вместе, даю ему решать технические задачки в соответствии с его уровнем, как наш отец когда-то делал с нами.

А что касается развлечений, мы их ребятишкам тоже устраиваем. Часто ездим в Миасс на горнолыжный курорт «Солнечная долина». Слава уже встал на сноуборд, на очереди Тася. Берём тренажёра для безопасности. Ездим отдыхать: когда на север — в Ханты-Мансийск, когда на юг — в Сочи, Турцию. Если я раньше больше думал о формировании пассивного дохода и других финансовых механизмах, то сейчас жизнь внесла коррективы, приходится больше инвестировать в образование и развитие детей.

**Валентина ПИЧУРИНА**

Курганская область

Российская газета — Неделя —

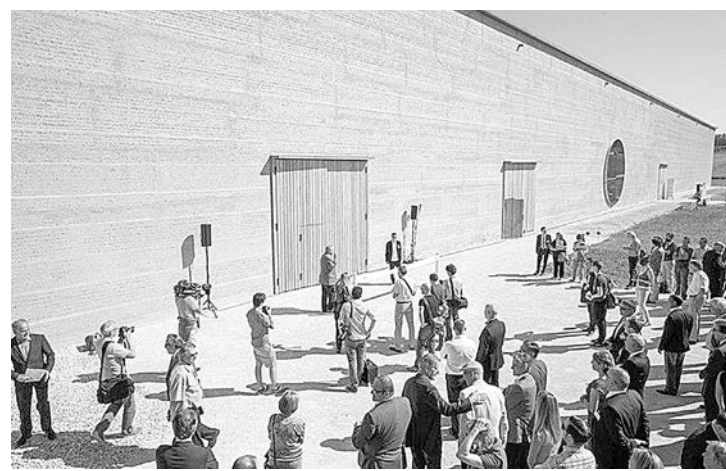
Урал, № 149

<https://rg.ru>

## Фабрика по переработке лекарственных трав

Известное швейцарское бюро Herzog & de Meuron закончило возведение фабрики по переработке лекарственных трав. Её

изюминкой являются внешние несущие стены, выполненные из глины, которая была добыта поблизости.



Здание строилось 16 месяцев. Предполагается, что здесь будут обрабатывать 1,4 млн. килограммов трав в год, под одной крышей владельцы смогут объединить несколько стадий производства: этому способствует вытянутая форма фабрики, где процессы сушки, нарезки, складирования и даже презентации травяного действия выстроены последовательно.

Заказчик с самого начала был ориентирован на экологичное строительство, но предлагал дерево. Herzog & de Meuron убедили его использовать в качестве основного строительного материала глину и привлекли признанного в Европе эксперта по глиняным фасадам Мартина Пауха и его бюро Lehm Ton Erde (Фо-

ральберг, Австрия).

Здание большое: 30×100 м в плане, 11 м высоты. Это второе по величине в Европе здание с несущим глиняным фасадом. Блоки для строительства объекта были произведены на местной фабрике; помимо глины использовали камень и мергель — всё из расположенных рядом, на расстоянии от восьми до десяти километров, карьеров и шахт.

Глина помогает поддерживать комфортную температуру и влажность внутри здания; для дополнительного обогрева, впрочем, будет использоваться энергия от солнечных панелей другой фабрики Ricola, находящейся неподалёку.

[www.archi.ru](http://www.archi.ru). [www.onliner.by](http://www.onliner.by)

Фото Iwan Baan





## Деревни меняются

**П**роблемы села в том, что оно не вписывается в формат нынешнего мироустройства в своём старом виде. Раньше деревня была просто привычным образом жизни для людей, другого просто не было. Потом пришли колхозы, на которых деревни держались. Но уже тогда они стягивались к экономическим центрам и укрупнялись. Появлялись повсеместно рабочие посёлки.

Сейчас деревня практически не участвует в производстве продуктов питания для жителей страны, сосредоточенных в городах. Еду производят агрохолдинги с минимальным использованием человеческого труда. А жители деревень выращивают продукты в первую очередь для себя и что-то покупают у агрохолдингов. Лишь немногие живут сельским хозяйством или продают излишки.

Как решать эту проблему? Первое, что приходит в голову: а надо ли? Города постепенно становятся комфортнее для проживания. В городах проще перемещать товары и ресурсы. Многоэтажная застройка дешевле частной. Улучшается качество общественного транспорта, что приводит к уменьшению автомобилей. В условиях города проще обеспечить рабочие места в пешей доступности. Замостить городские улицы гораздо проще, чем сделать дороги в деревню, где живёт пусть даже тысяча человек. А ведь чаще это пара сотен жителей или десятков. Я уже не говорю про деревенские тротуары, газификацию и электрификацию. В условиях рыночной экономики все эти мероприятия убыточны.



Деревни трансформируются в различные сельские объекты — семейные фермы, экопоселения, коттеджные посёлки по интересам, хутора. Всё это возможно в современных реалиях, так как развиваются альтернативные источники энергии, современные технологии позволяют обеспечить комфорт за городом на уровне городского. Доступность интернета позволяет работать удалённо и получать различные услуги. Думаю, что деревень в прошлом их виде скоро не будет совсем, но будет то, что описал выше, — деревня будущего с комфортом, с интересными людьми, с выбором профессий, возможностью получения образования, доступом к культурной матрице. И города станут более комфортными для людей, этому уже есть примеры в развитых странах. Где жить: в деревне или городе — решать вам!

**Артём АЗАРОВ**  
Курская область  
<https://vk.com/citylifeout>

## Будущее деревни — пчеловодство



**П**осле долгого скитания по стране, под старость, вернулся на малую родину, на Алтай. И живу сельской жизнью уже много лет. Как-то постепенно осознал, что сказочно богат. Вокруг мои горы с грибами, ягодами и орехами. По логам журчат мои ручьи и речки, в которых моя рыба. В 700 м от дома шумит мой прекрасный водопад, а под ним — лагуна для купания, с которой не сравнится ни один искусственный бассейн ни одного олигарха. Зимой у меня мои лыжни — семикилометровая по речке Язёвке, а по реке Ануя аж двенадцатикилометровая. Естественно, я разрешаю пользоваться этими лыжнями и односельчанам. К этим сказочным богатствам, как оказалось, надо иметь ещё и хлеб с маслом. И я решил заняться кроме огорода

ещё и пчеловодством, чтобы перебиваться с хлеба на мёд.

За прошедшие годы ни разу не пожалел о кардинальной перемене образа жизни.

Профессиональная грамотность пчеловода приходила медленно. После первой зимовки из 19 пчелосемей в живых осталось 15. За лето пчеловодное хозяйство выросло до 25 семей, но после второй зимовки всё повторилось. Расширяться пасека начала только после трёх лет проб и ошибок.

В работе с пчёлками, наверное, никогда невозможно сказать: «Ну вот, сейчас о пчеловодстве я знаю всё!» Каждый сезон что-нибудь новенькое узнаёшь и придумываешь.

В последние годы в зимовку оставляю 90–100 семей. За лето пасека снова вырастает до 130–150 семей. Пчёл развожу, так сказать,

экстенсивно. Они у меня отпущены на свободное роение. Главная задача — все эти рои не упустить. Ну а рой работает очень активно, такова жизнь пчелиной семьи. Под осень начинаю определяться, какую семью оставить в зимовку. У выбракованных забираю весь корм и пчёл раздаю желающим друзьям, товарищам-пчеловодам. Так бы и пчеловодил из века в век.

Живу в райцентре, и я — пенсионер. Пенсия у меня 12 000 рублей. Больница есть, магазины есть, библиотека есть, школа есть, правда, она мне не нужна. Дорога до города есть. Автобусы ходят без сбоев. Как-то вот так. Оказываются, и проблем-то никаких!

**Александр ШВЕЦОВ**  
Алтай  
<https://vk.com/citylifeout>

## Мёд вернул в династию



В родном Татышлинском районе Алмаза Салимгареева называют энержайзером: он и бизнесом занят, и семью летом успеваешь вывезти на природу, и с друзьями потанцевать под «Дискоотеку 80-х». А ещё активно работает в региональном сообществе «Пчеловоды Башкирии».

### Непростой путь

— Многим мог заняться, но я пчеловод в четвёртом поколении, — рассказывает успешный предприниматель, — поэтому буквально «вырос на пасеке». Перед глазами всегда были наглядным примером и дедушка, и отец.

Поначалу Алмаз пытался вы-

брать свой собственный путь и не связывать жизнь с пчеловодством. Окончил физико-математический факультет Бирского пединститута, потом несколько лет преподавал в школе в родном селе.

— Классы уменьшались, работы оставалось всё меньше, пока в конце концов школа не закрылась, — вспоминает Алмаз.

Второе образование Алмаз получил в Нефтекамском нефтяном колледже по специальности «добыча нефти». Затем на конкурсной основе поступил в «Башнефть» и пять лет проработал оператором пультов управления. К тому времени вся семья Алмаза переехала в село Верхние Татышлы, и когда, казалось бы, жизнь встала на рельсы — «уже и дом достроили, и работа была», — Алмаз стал серьёзно задумываться о том, что-

бы работать на себя, пойти по стопам предков и заняться действительно любимым делом. Таким непростым оказался путь к своему мёду!

### Успех и личное счастье

— Начал увеличивать количество пчелосемей, закупать материалы и, когда полностью оформил все документы, уволился с работы, посвятив себя только пчеловодству, — говорит Алмаз.

Повезло, что семья его начинала полностью и всегда поддерживает. Алмаз, смущённо улыбувшись, признаётся, что со своей будущей супругой познакомился ещё в школе. Дружил с девушкой с десятого класса, а как только окончил институт, так сразу и женился на ней. В этом году отмети-

ли 16 лет совместной жизни.

Супруга Алмаза по специальности педагог, но к пчёлам относится замечательно, и супруги во всём поддерживают друг друга.

— Сейчас у нас семейный бизнес: жена и дети помогают, кто чем может. На каждого работа находится, — уточняет муж.

Помимо пчеловодства у Алмаза множество увлечений: автомобили, народная и современная музыка, а когда заканчивается роевой период, любимое занятие — взять палатку и махнуть к озеру с ночёвкой.

— Вместе с друзьями, соседями постоянно выезжаем на природу, стараемся посетить самые красивые места нашей республики, — улыбается он.

### Обучение как приключение

Последний его большой проект — обучение в «Школе фермера», реализуемый башкирским «Россельхозбанком».

— Каждое выездное занятие — как отдельное приключение! Там очень интересно! — восторженно рассказывает Алмаз. — У нас в республике совершенно разные пасеки, у каждого пчеловода своё направление, и у каждого есть свои «фишечки». Пасека — всё же закрытая система. У нас говорят: «Чем занимается пчеловод, известно только пчеловоду и Богу».

А вот о том, в чём черпает си-

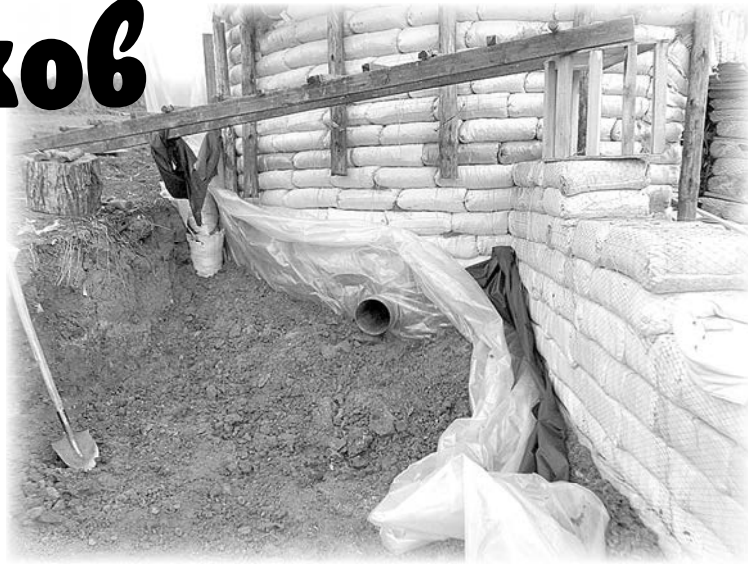
лы, когда в жизни наступает «тёмная полоса», Алмаз отвечает задумчиво, с каким-то особым трепетом:

— Да, бывает такое, будто всё специально складывается не так, как задумано. Рассчитываешь на что-то, а потом один пункт провалился, затем второй, третий... Думаешь: «Ёлки-палки, что такое?..» И не хочется уже ничего делать, желание всё бросить. А если ещё в это время кто-то масла в огонь подольёт — «не тем ты занимаешься, неправильно всё делаешь», то невольно начинаешь сомневаться в себе и угасаешь. В такие моменты в первую очередь поддерживает жена, вдохновляет. Также родители: «Ничего, бывает такое, перетерпим!» Видят во мне потенциал и внушают уверенность в себе. И начинаю работать с новой силой, и всё постепенно получается. Семья, близкие, родители, жена всегда поддерживают.

— Моя мечта — вырастить и воспитать детей, дать им образование, привить любовь к труду, — признаётся Алмаз. — Чтобы они были воспитанными, здоровыми, радовались жизни, выросли счастливыми и достойными людьми, нужными своей стране. И любовь к пчёлам, конечно, хочется передать, чтобы дети продолжили наше дело. Без пчёл — никуда!

**Наталья АКМАДУЛИНА**  
г. Уфа  
<https://ufa.aif.ru>

# Размышления владельца дома из мешков



**М**ы с женой мечтали об экодоме, долго размышляли, из чего строить, и в итоге построили себе дом из мешков с грунтом.

Скажи кому-то из «нормальных» людей, что построил дом из мешков — все начинают в лучшем случае сомневаться, в худшем — считать тебя за ненормального. И в этом нет ничего удивительного, ведь строительная индустрия очень хорошо поработала над тем, чтобы всё, что не «современный», не изготовленный промышленным способом материал, считалось непригодным для строительных нужд. Строительной индустрии нужны деньги граждан, поэтому она насоздавала мифов, которыми берёт мозги обывателям. Но миф имеет силу лишь в отсутствии информации. Когда появляется достоверная информация, миф развеивается сам собой. Попытаюсь взять на себя ответственность и поделиться с вами такой информацией.

Часто люди строят свою систему стереотипов, основываясь не на реальности (на характеристиках тех или иных объектов или материалов), а на собственных (или даже внедрённых извне) домыслах, страхах, идеализациях, пристрастиях, то есть на эмоциях. И нужно понимать, что если строишь замки в голове, основываясь прежде всего на эмоциях, то погружаешь сам себя в иллюзию. Но неудовлетворительные результаты деятельности, основанной на иллюзорных факторах, и разочарование будут вполне реальны. На этой пафосной ноте перейдём к разбору мифов о домах из мешков.

## Про истлевающие мешки, песчаные стены и штукатурку

Самый распространённый миф — что мешки сгниют (испарятся, истлеют и т.д.), их содержимое рассыплется, и дом рухнет. Однако мешки нужны лишь

как опалубка на этапе возведения стен и их утрамбовывания. Любой грунт, каким бы ни был его состав, после утрамбовывания будет держать форму, даже если мешок исчезнет любым возможным и невозможным способом. А на это ему требуется время и соответствующие условия.

Полипропилен, из которого чаще всего сотканы мешки, разрушается под воздействием солнечных лучей, точнее — ультрафиолета. Ходят слухи, что за две недели на открытом солнце мешок разрушается. Со всей ответственностью заявляю, что это вздор или намеренно распространяемая ложь. Мы положили наши стены в августе-сентябре 2013 года и не успели до зимы закрыть их штукатуркой. Лишь к февралю мешки начали быть оштукатурены, но лишь на внешней стороне южной стены. И лишь в мае они стали превращаться в труху. Но все остальные стены, на которые не падали прямые солнечные лучи, вообще никак не изменили своих свойств. Их как будто только положили. То есть если мешки защищают (штукатуркой или просто чем-то завесить), то с ними вообще ничего не случится.

Мешок защищает стены (грунт) от эрозии (ветра и дождя), но и при отсутствии мешка влияние эрозии зависит от количества вяжущего вещества (глины или цемента). Если вяжущего вещества мало, то влияние эрозии больше. У нас именно такая ситуация, состав грунта глина/песок в среднем 1/8. Это далеко от прочной саманной смеси (глина/песок — 1/3 или 1/4, плюс солома), и можно сказать, что у нас стены из песка. Но и стены из песка, не защищённые мешком, не так сильно подвержены эрозии, как может показаться. Для эксперимента часть южных стен я намеренно оставил незаштукатуренными, чтобы посмотреть, как поведут себя стены. И практика показывает, что стены из песка не боятся воды, но потихоньку разрушаются ветром.

Но если в вашем грунте вяжу-

щего (глины или цемента) много или достаточно, то ветер стенам не страшен. Именно поэтому стены защищают штукатуркой, а под штукатуркой ничего не случится ни с мешками, ни с песком. Кстати, на истлевшие на солнце мешки штукатурка ложится плоховато, на песок лучше, но хуже, чем на целые мешки. Это действительно минус и повод задуматься о том, что заштукатурить стены (хотя бы южные) нужно пораньше. Штукатурка ложится с трудом и небольшими порциями, но ложится без всякой штукатурной сетки, а после застывания держится вполне хорошо. Так что я считаю эксперимент с незаштукатуренными стенами удачным.

## Купол или стены плюс крыша

Разработчик технологии Надира Халили изначально позиционировал её как технологию строительства куполов (есть очень познавательный фильм), успешно строил и строит их. Да, я согласен, что геодом (дом сферической формы) идеален с точки зрения теплопотерь. Но это теоретически. На практике чаще приходится сталкиваться с тем, что у любого решения есть плюсы и минусы.

И если сравнивать две схемы: 1) купол и 2) стены + перекрытие + крыша, то это даёт дополнительную пищу для размышлений. Возьмём условный купольный дом с внутренней площадью 40 м<sup>2</sup> (внешний радиус 3 м, внутренний 2,5 м, два этажа по 2,5 м высотой)

и мой круглый дом в 40 м<sup>2</sup> (внешний радиус 4 м, внутренний 3,5 м, один этаж 2,5 м высотой). Не буду утруждать вас вычислениями и формулами, кому надо — сам всё посчитает. А я сразу перейду к анализу. Площадь утепляемой поверхности первого дома 103,62 м<sup>2</sup>, второго — 113 м<sup>2</sup>. Как видно, купольный дом действительно эффективнее.

С утеплением стен у купольного и у круглого всё понятно. Но как утеплять сферическую крышу купола? И дело не столько в том, как его там крепить, сколько в самой технологии (работа с лестницы, фигурная нарезка материала и прочее веселье). С перекрытием же круглого дома проблем гораздо меньше: привёз КАМАЗ опилок, распределил ровным слоем — и всё. Это быстрее, проще, дешевле, эффективнее. Хотя можно попробовать насыпать курган из опилок на купольный дом. Понимаю, что если человек хочет себе купольный дом, то лишние время и деньги на его утепление — это вполне преодолимое препятствие. Но есть ещё один момент, о котором тоже нужно упомянуть.

## Проволока или колья

В оригинальной технологии Надира Халили между каждым рядом мешков необходимо прокладывать колючую проволоку. Я и сам сначала думал класть проволоку, но жена упорно сопротивлялась. Она не хотела экранироваться, да и вообще работа с колючей проволокой требует особой осто-

рожности. Закончилось всё тем, что вместо проволоки мы прокалывали каждый второй ряд на глубину трёх-четырёх рядов деревянными кольями. Но мой мятежный разум размышлял, анализировал, искал слабости, в итоге понял, что мы поступили правильно. Почему?

Надир Халили строил купола. Когда строишь купол, то в какой-то момент кривизна стен становится такова, что мешки начинают сползать внутрь, особенно когда их трамбуешь. Как с этим бороться? Просто кладёшь мешки на колючую проволоку, и они не съезжают. Плюс куполообразные строения испытывают нагрузки, направленные не только вниз, но и в стороны. Так что проволока не даёт разъезжаться стенам, особенно во время землетрясений, вдобавок работает как арматура в бетоне (только в основном на растяжение).

Теперь, внимание, вопрос: зачем класть проволоку в обычные вертикальные стены, к тому же квадратных сооружений, не испытывающих боковых нагрузок? В квадратных стенах проволока работает только в углах. Ведь выносов стен, которые делают на углах, вполне достаточно для их (углов) укрепления, и проволока, на мой взгляд, в данном случае не работает вообще...

## Мешки или рукава

Ещё одно отличие технологии Надира Халили от того, что стали делать впоследствии, — он строил не из мешков, а из рукавов. С одной стороны может показаться, что это удобнее. Спешу сообщить: это не так. Самое большое неудобство связано с тем, что перед тем, как заполнять рукав, необходимо надеть его на что-то типа ведра без дна. Согласен, что это не такой уж большой недостаток. Но на это тратится время, а мы с женой хотели успеть построиться до зимы. Но и с максимально оптимизированной технологией не успели (правда, в основном из-за перекрытия и крыши).

Для нас ещё одним решающим фактором было то, что мешки были дешевле рукавов в полтора раза. Учтите, что на дом у нас ушло примерно 550 мешков, а мешок стоил 7 рублей, то разница в общем-то не такая уж и большая. Но если совокупный бюджет на двоих не превышает 15 тысяч рублей в месяц, а ведь дом — это не только стены, то для нас эта экономия была ощутимой. Возможно, вы найдёте рукава дешевле мешков, и тогда для вас это не минус.

Но, несмотря на неудобство, рукава всё же предпочтительней, так как сам рукав тоже является своего рода арматурой, стягивающей всё здание и не дающей ему разъехаться (в случае круглого или купольного дома). Но это при условии, что вы не будете экспериментировать, как я, и заштукатурите южную стену до того, как полипропилен превратится в труху.

## Думать своей головой

Читая или смотря что-либо (мою статью, чужие статьи, видео в ютубах), не воспринимайте всё как есть. Попытайтесь понять, зачем в конкретной технологии применяется какая-то деталь. Можно ли что-то изменить, какие плюсы и минусы при этом появятся? Конечно, надо думать своей головой.

<https://svobodaiznutri.ru>

## Сажайте деревья вместе с нами!

Русский климатический фонд открывает сезон осенних посадок.

В этом году посадки пройдут:

- Московская область — 11, 16, 18, 19, 24, 25, 26 сентября;
- Нижегородская область — 10, 15, 16, 17 и 18 октября;
- Волгоградская область — 23 и 24 октября;

ря;

- Челябинская область — 2 и 3 октября;
- Самарская область — 9 октября;
- Красноярский край — сентябрь (даты уточняются);
- Республика Саха (Якутия) — сентябрь и октябрь (даты уточняются).

**Добровольцам предоставят:**

- транспорт до места посадки леса и обратно;
- полевую кухню на свежем воздухе;
- саженцы деревьев;
- весь необходимый инвентарь;
- незабываемые впечатления и атмосферу!

**Что взять с собой:**

- резиновые сапоги или другую непромокаемую обувь;
- удобную рабочую одежду;
- головной убор;
- сидишку-пенку по желанию;
- полностью заряженный телефон;
- чай/воду и перекус в дорогу;
- дождевик;
- свою посуду: тарелку, кружку, ложку (по возможности).

**Регистрация:** [rusclimatefund.ru/about/anketa-volontera.html](https://rusclimatefund.ru/about/anketa-volontera.html)

Если вы хотите стать частью дружной команды и помочь добавить зелёных красок по всей России, обязательно заполняйте анкету при регистрации!

**Русский климатический фонд**  
<https://rusclimatefund.ru>





# Мой ласковый и нежный волк

**И**звестный донской зоолог, заместитель директора Ростовского заповедника Александр Давидович Липкович приручил и воспитал молодую волчицу. Вопреки общепринятому убеждению, что эти хищники не могут сосуществовать с человеком, дикий зверь несколько месяцев прожил в ростовской квартире и мирно гулял со своим хозяином на поводке. О том, какой опыт удалось приобрести, так близко общаясь с волком, рассказал сам Александр Липкович.

— Мою волчицу зовут Альма, скоро ей исполнится полтора года. Она была взята из дикой природы, прямо из волчьего логова. Выполняя государственную программу, мы постоянно регулируем численность волков в Цимлянском заказнике, в том числе изымая волчат из логова. В данном случае я хотел попробовать воспитать дикого зверя и забрал себе из семи щенков полторамесячную волчицу, сохранив ей таким образом жизнь.

Волк всегда меня интересовал, это не первый опыт взаимодействия с волками. Во время работы на Кавказе я со своим старшим другом опытным егерем Ахсарбеком Ботоевым тоже занимался регулировкой волчьей численности и многое узнал об их повадках. Любая вражда человека и волка на нашей планете длится не менее пяти тысяч лет — с самого первого дня, когда люди занялись животноводством. Беда в том, что волк, забравшись в стадо, берёт не столько, сколько может съесть, а убивает, сколько может убить. Охотничий инстинкт, обучение молодняка, а то и просто удовольствие приводят к тому, что один волк может вырезать целую отару овец. Пара волков на Кавказе во время выращивания волчат с весны до осени убивает до сотни голов сельскохозяйственных животных, плюс в дикой природе. Вот почему регулировка численности этих хищников — суровая необходимость.

Я выбрал волчицу, потому что знаю психологию зверей. Кобе-

лю всегда надо доказывать, кто в доме хозяин, а конкурировать со взрослым волком мне не хотелось. Волчицы более послушны, они природой ориентированы на подчинение. Альма долгое время прожила в моей квартире, мы с ней прекрасно поладили.

— Какие особенности содержания дикого зверя в городе?

— Прежде всего это питание. В зоопарке для взрослого волка положено два с половиной килограмма мяса в день. Я покупал для Альмы куриные головы: это и мясо, и кости, которые волку также необходимо грызть. Она с аппетитом уплетала такую пищу.

Кроме того, молодому хищнику надо много двигаться. Ежедневно я выводил Альму на 3–4-часовые прогулки в Александровскую рощу. Там у волчицы появились друзья среди собак и даже людей.

— Неужели городские собаки не чувствуют инстинктом своего злейшего врага?

— У городских собак нет такого опыта, поэтому они реагировали на волчицу как на любого своего сородича: снюхивались, начинали игры. Даже люди часто меня спрашивали, что это за порода, не признавая в Альме волка.

Зато в Альме в полной мере проявились врождённые рефлексы. Волчата во время игр отрабатывают элементы атаки и самозащиты, имитируют схватку. Излюбленная забава Альмы — незаметно подкрасться сзади и попытаться схватить кого-нибудь зубами за ногу. Без злости, не прокусывая кожу, но такая хватка мощной волчьей пастью может оказаться весьма болезненной и оставить синяки.

Любопытно, что, если навстречу идёт энергичный, уверенный в себе мужчина, волчица вжимается в землю, её первый инстинкт — уступить дорогу. Если походка человека тихая, неуверенная, тогда зверь припадает к земле, выжидает и делает бросок сзади. Разумеется, её останавливает ошейник...

Даже со знакомыми людьми после того, как Альма признала



человека за своего, через некоторое время начинается игра «в охоту»: незаметно подкрасться сзади и попробовать сделать хватку. Если повернуться к волчице лицом, она не выдерживает взгляда и убегает. Покружит рядом и снова принимается за «охоту». Это врождённая программа поведения, которая требует реализации.

Единственным человеком, с которым Альма не проделывала такие штуки, был я. Пришлось сразу жёстко объяснить, что с хозяином такие шутки неприемлемы. А у волков память хорошая.

Ещё одно исключение — маленькие дети. Здесь только обнюхивание, облизывание, тычки носом. Волчица прекрасно понимает, что к чему, и даже не раскрывает в таких случаях пасть.

— Наверное, Альма воспринимает вас как вожака стаи? Приходилось наказывать волчицу?

— У волков очень сложная социальная структура, а если есть социум, в нём определённое место может занять и человек. Регулируемая агрессия — это один из элементов поведения в стае, а физическая боль — элемент воспитания, иногда единственный аргумент при общении со зверем. Но главное — не перегнуть палку. Можно ударить хлыстиком в наказание за что-либо, но никогда ру-

кой. Для животного рука человека должна оставаться рукой друга и покровителя. К примеру, на прогулке я лью воду в ладонь, и Альма пьёт с моей руки.

В эмоциональном плане можно сказать, что Альма меня любила. Сейчас она обитает в вольере в Ассоциации «Живая природа степи». Когда я приезжаю, волчица всячески высказывает свою радость: лижется, носится вокруг меня. Беру Альму на поводок, сажу в машину, вместе выезжаем в степь. Она бежит среди цветов и разнотравья, но возвращается по первой команде, безпрекословно даёт надеть на себя ошейник и возвращается в вольер. Вопреки поговорке, что волк всё время в лес глядит, Альма ни разу не пыталась остаться на воле, хотя много раз имела такую возможность.

— Можно сказать, что между вами и волчицей установилась некая духовная связь?

— Известный зоолог Ясон Бадридзе, который два года жил среди волков, изучая их повадки, утверждает, что эти серые хищники обладают телепатией. Я с ним согласен. Даже взгляд волчонка сильно отличается от взгляда собаки. Смотрит на тебя зверёныш, и полное ощущение, что тебя видит насквозь и знает о тебе гораздо больше, чем ты сам. Недаром мно-

гие народы избрали волка своим тотемом. У чеченцев есть песня: «Мы родились в ночь, когда щенилась волчица». В осетинском эпосе имя родоначальника нартов — Уархага, что означает «волк»...

— Почему считается, что волки не подлежат дрессировке? Многие крупные хищники — медведи, тигры, львы — выступают в цирке, а волк, который гораздо слабее их, никогда не выходит на арену...

— Вопрос в уровне психической организации. Альма охотно выполняет команды, но только от знакомого человека и в знакомой обстановке. Любая другая ситуация означает опасность, первый рефлекс — спрятаться, затаиться. Арена цирка, множество незнакомых людей — это сильнейший стресс для волчьей психики. Волк вообще трусливое животное. Смелые долго не живут, а инстинкт выживания у волков главнейший. Психика слонов и тигров устроена иначе, поэтому они выступают в цирке, а волк появляется на арене крайне редко.

— Какова дальнейшая судьба Альмы?

— Она поставлена на довольствие в Ассоциации «Живая природа степи». Ежедневно получает два с половиной килограмма мяса и убегать от такого благоденствия, судя по всему, не намерена.

Как я задумывал, Альма становится кинозвездой и фотомоделлю. Она начала сниматься в документальных фильмах о донской природе. Недавно к нам приезжали столичные киношники и они удивлялись, как дикий зверь безпрекословно выполняет команды: пробежать там, постоять здесь. Мне самому показалось, что волчице нравится роль актрисы. Альма выросла, стала красивым, фактурным животным. И к тому же с добродушным характером. Но, чтобы вырастить такого ручного волка, который тебе полностью доверяет, нужна долгая и сложная психологическая работа, временами на грани нервного срыва.

— Похоже, что вы и сами влюблены в свою волчицу Альму.

— Если бы не было желания близкого общения с волком, я не завёл бы этого зверя!

**Газета «Вечерний Ростов»,  
8 июля 2016 г.**

<https://vk.com/prirodniputrazvitiya>

# Поцелуй в нос

— А я говорю, иди, — настаивала большая ворона. — Я в людях разбираюсь. Эта точно тебя возьмёт.

Но серый грязный кот всё никак не мог решиться.

— Старый я, некрасивый и вообще. Если она захочет, к ней любой котёнок побежит. Видишь, какая хорошая. Каждый раз выносит во двор вкусные кусочки курочки и бездомным котам и собачкам оставляет. Зачем ей такой старик?

Ворона распушила перья и взмахнула крыльями.

— С тобой разговаривать — просто одно расстройство. С таким подходом к делу я тебя так никуда и не пристрою.

Она соскочила с бордюра, на котором сидела со своим давним знакомцем и, схватив его за ухо, потащила по направлению к девочке лет 8–10, вышедшей погулять. Остальные дети играли на детской площадке, а она, достав из маленького пакетика разные вкусности и позвав котов, корми-

ла их. Потом, отойдя немного, отдала остатки двум маленьким смешным собачкам.

Старый грязный серый кот упирался и старался вырваться из клюва вороны своё ухо, но та упорно тянула его в одном направлении. Кот взвизгнул. Стало действительно больно.

Девочка встала и посмотрела на происходящее.

— Ой! — крикнула она. — Она ему сейчас ухо оторвёт!

И побежала разнимать, как ей казалось, дерущихся кота и ворону. Хитрая птица поглядывала краем правого глаза за девочкой. Поэтому, когда та подбежала поближе, просто отпрыгнула в сторону и взлетела на большой развесистый клён.

Рыжая девочка с веснушками на лице замахала возмущённо руками в сторону улетевшей птицы.

— Кыш, гадкая ворона! — закричала она. — Не смей его обижать! — и, присев на корточки, стала гладить серого кота. Тот посмо-

трел снизу вверх и замурлыкал.

— Какой ты хороший, — сказала рыжая девочка и, подняв его, понесла в сторону дома.

— Ну и зачем было спорить? — ворчала ворона. — Я же говорила, что разбираюсь в людях.

Через неделю на четвёртом этаже возле большого раскидистого клёна открыли окно. Ворона давно ждала этого случая. Она медленно села на подоконник рядом с красивым пушистым котом.

— Привет.

— Привет, — ответил давний знакомый.

— Ну как оно — жить в доме?

— Очень! — ответил серый кот. — Даже не знаю, как тебя благодарить. Только вот волнуешь всё, что опять меня на улице выкинут. Вот если бы какой подвиг совершить... Так чем мне тебя благодарить?

— А ты мне вон ту блестящую штучку принеси, и будем в расчёте, — сказала ворона.

Она увидела красивые позолоченные часики, лежавшие на столе возле кровати девочки.

Серый кот смутился.

— Не буду я красть, — сказал он. — Это же моя девочка. Как

можно? Она меня любит и гладит. Домой вот взяла. А ты хочешь, чтобы я у неё часики украл? Лучше я тебе сейчас кусок булки принесу.

И он, спрыгнув с окна, побегал на кухню, где на столе лежала большая мягкая булочка. Но, когда вернулся с куском сдобы в зубах, вороны уже не было. «Обиделась, — решил кот и тяжело вздохнул. — Но воровать у своей девочки — это же нехорошо?»

Но ворона не обиделась. Она летела к одному очень далёкому озеру. Оно находилось высоко в горах, и там росли цветы совершенно неземной красоты.

Вечером, когда кот лежал на подоконнике и дремал, ворона осторожно впрорхнула в комнату и положила цветок на подушку девочки.

Девочка вбежала в квартиру, запыхавшись после игры во дворе с подружками. Она решила погладить своего кота, но тут её взгляд упал на подушку. Она замерла от восхищения.

— Как ты смог спуститься по клёну и найти такой красивый цветок? Как ты совершил такой подвиг?

Кот спросонья хлопал глазами

и пытался сообразить, что происходит. Девочка подбежала к нему и, подхватив на руки, поцеловала в нос. Потом положила его на подоконник и, высунувшись, посмотрела на большое раскидистое дерево. Тут её взгляд упал на ворону, сидевшую на одной из веток и наблюдавшую за ними. Девочка улынулась и помахала ей, как своей давней знакомой.

— Подвиги ему подавай, — ворчала ворона. — Вечно с этим котом одни проблемы.

Пора было идти спать. Девочка закрыла окно и понесла своего кота к кровати. Старый серый кот смотрел через её плечо на ворону, сидевшую на ветке, и улыбался.

Теперь каждое утро, прежде чем уйти в школу, девочка открывает окно и оставляет на подоконнике маленькую чашечку с кашей или другими вкусностями, и ворона прилетает перекусить, а потом они с котом ведут душевные разговоры...

**Олег БОНДАРЕНКО**

Купить сказки автора о животных:  
[https://www.facebook.com/permalink.php?story\\_fbid=594608661404139&id=100025650303697](https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=594608661404139&id=100025650303697)

# Первый в России земельный надел, организованный по принципам пермакультуры

**П**одход взят у основоположника направления пермакультуры Зеппа Хольцера и воспроизведён на собственном участке в 2 га в поселении Миродолье (Сергиево-Посадский район, Московская область).

Ведение хозяйства по пермакультуре происходит в симбиозе с природой. Это естественное хозяйство, которое максимально наращивает плодородие почвы, создаёт микроклимат и восстанавливает водный баланс.

Чтобы наращивать количество и качество урожая, требуется от трёх до пяти лет, которые будут посвящены нескольким направлениям:

## • Изучение законов природы через наблюдение.

Изучив активность солнца, силу и направление ветра, частоту дождей и даже поведение насекомых и животных, достаточно один раз организовать устройство экосистемы, и она будет развиваться согласно законам природы.

## • Накопление энергии и ресурсов (водный баланс).

Необходимо обеспечить участок, каким бы он ни был, возобновляемым биоразнообразием — кустарниками и деревьями, они служат естественным заслоном от ветров и домом для птиц-санитаров. Запасить семенным фондом, который спустя 2–3 года и далее обновится на конкретной земле с определёнными условиями, так получаем экологически чистые семена. Создание водоёма для запасов воды также будет крайне важным.

## • Научиться воспроизводить безотходные циклы.

Сорняки, ботва от собранного урожая — всё это служит естественным удобрением в основании высоких тёплых грядок, на которых и произрастают растения разных видов бок о бок.

## • Биоразнообразие.

Высокие грядки могут достигать десятки метров в длину и до 3 м в высоту, что позволяет увеличивать полезную площадь для выращивания в 2,5 раза. А за счёт присутствия на грядках биоразнообразия (капуста растёт рядом с кабачком или перцем, возможны различные комбинации) происходит естественная компенсация минеральных веществ в почве, практически отсутствуют сорняки, и растения растут в экологически чистой почве.

## • Эффективное использование.

Даже самые дальние углы сада задействуются для посадок.

Пермакультура снижает необходимость трудозатрат человека, позволяет увеличивать полезность площади земли в 2,5 раза, не требует присутствия каких-либо удобрений и подкормок.

## Миродолье «до»

Особенности участка:

- глинистая почва,
- водный дисбаланс, длительный водный застой весной и полное иссыхание почвы летом,
- аэротруба, сильные потоки ветра на участке.

Традиционные подходы к зем-



Миродолье «до»

ледению приводили любые попытки к катастрофе:

- Высокие грунтовые воды не давали заложить плодовой сад, ежегодно по весне подмокала корневая система, и деревья гибли.

- Отсутствие плодородного слоя приводило к образованию глиняной корки и невозможности без тяжёлого труда выращивать урожай, собирали меньше, чем сажали.

- Сильные сквозняки, особо в весенний период, негативно влияли на те посадки, которым удалось укорениться, и они сильно тормозили в развитии.

- Летом из-за нарушенного



Миродолье «после»



На фото автор статьи  
Татьяна Чистякова и Зепп Хольцер

водного баланса требовался полив, так как земля напоминала глинобетон, который не брала даже лопата.

- Перекос в местных вредителях, мыши и зайцы из-за ограниченного биоразнообразия с жадностью доедали остатки урожая.

- При этом местные аборигенные травы (сорняки) росли интенсивно, мешая культурным растениям.

- Местные жители уверяли, что здесь расти ничего не будет, кроме капусты (ещё в период СССР на этих землях колхоз культивировал капусту, а затем 10 лет поля стояли заброшенными).
- Короткий вегетативный период. В лесах, окружающих поселение, есть действующие болота, что влияло на понижение температуры на 5°C.

Словом, более рискованной зоны для земледелия сложно было придумать.

Негативный фактор, который привёл нашу команду к приёмам пермакультуры, — это слишком большая площадь земли, которая не давала шансов на регулярную

прополку и полив.

Встал вопрос о возведении участка иным, нетрадиционным способом. Лекция Зеппа Хольцера оказалась отправной точкой.

- Начало было положено строительством ветрозащитного вала, который разрядил ветряные потоки, и меандрическая форма создала микроклимат.

- Главным принципом подхода стало внимание к природе и её законам. Изучили направление движения дождевых и талых вод. Мы теряли немалые объёмы влаги ежегодно. А так как глинистые грунты были в основе участка, то приняли решение заложить пруды (естественные накопители влаги), тем самым решили массу вопросов, в том числе сохранили влагу для сухого периода.

- Создали места для воды там, где нужно, и убрали её там, где она застаивалась весной.

- Удалось организовать пасивный полив для участка.

- Изъятый грунт позволил поднять огород и расположить его между двух водоёмов, теперь его

не нужно было поливать, и излишки влаги стали не страшны.

- Деревья и ягодные кустарники на ветрозащитной гряде быстро тронулись в рост и обогнали своих предшественников. Именно на гряде первым заработал биобаланс разнообразия. При этом он не требовал от человека никакого вмешательства, кроме сбора урожая.

- Часть глины использовали для обсыпки овощехранилища, на котором разбили сад и виноградники.

## Результаты

Спустя полгода мы увидели первые результаты:

- полный урожай овощей,
- 2 тонны кабачковой тыквы,
- удалось получить большие объёмы ягод (смородина, клубника, крыжовник, жимолость, черноплодная рябина — все типы ягод, произрастающих в наших широтах).

Спустя пять лет, после поддержания участка основами пермакультуры, удалось собрать:

- как минимум по 10 кг алычи с одного дерева,
- по два ящика винограда с куста,
- только с одной гряды в 250 м получаем до 500 кг ягоды,
- полтонны картофеля,
- кабачки — 1,5 тонны,
- бобы — до полутонны и так далее.

К тому же нам удалось:

- увеличить посевную площадь за счёт образования высоких тёплых грядок,
- начинать сезон раньше, так как грядки прогреваются гораздо

раньше классических,

- органика, работающая внутри такой грядки, удобряет почву,
- решить вопрос новой прибыли с продажи больших объёмов овощей и фруктов,
- получить самовоспроизводящуюся систему на 2 га земли со сложными характеристиками,
- воспроизвести собственный семенной фонд органического происхождения для местных условий.

**Такой подход применим к участкам любых размеров.**

На становление пермакультуры уходит пять лет.

Единожды происходит настройка: определяются водокапалы, образуется водоём, задаётся траектория движения воды, закладываются тёплые грядки. Если создаётся водный баланс, то на него нанизываются совместные посадки: как лесосад, так и овощные культуры.

Первый урожай получаем в первый же год. Растения с разными запросами к земле, присутствуют озонофиксаторы в большом количестве — на них делается ставка. Всё растёт в содружестве, одна культура компенсирует другую. При этом ботва и естественная органика остаются на этой же земле и служат естественным перегноем. Это и способствует наращиванию гумусного слоя.

Полноценный лесосад и огород требуют опыления, поэтому пчеловодство часто является частью таких посадок. Чистка от насекомых производится птицами, которые угнездятся в древесных посадках.

Для применения пермакультурного подхода в масштабах страны нужно:

- включение в учебные программы вузов,
- внедрение в сельхозпроизводство,
- улучшение сортового разнообразия в стране,
- сертификация специалистов и новая законодательная база.

**Команда «Линия природы»:**  
проектирование и строительство пермакультурных объектов ([www.prirodaline.ru](http://www.prirodaline.ru));  
<https://vk.com/club114286265>)

ПРП Миродолье, МО  
<https://soz.bio>



# Основные правила посадки луковичных

Тюльпаны, нарциссы, крокусы — эти цветы первыми встречают нас весной, а последние цветут ещё и осенью. А чтобы луковичные порадовали нас весной после долгой зимы, нужно заняться их посадкой осенью. И пока есть время, вспомним основные правила посадки этих нежных и в то же время удивительно стойких растений.

## Когда приступать к посадке

Не нужно торопиться с посадкой луковичных. Раньше середины сентября тюльпаны, нарциссы и крокусы сажать не стоит. Кроме того, вы не опоздаете, если сделаете это в октябре и даже когда за окном тёплый ноябрь.

Луковичным требуется недели три, чтобы укорениться в грунте. А затем им необходимо, чтобы наступила прохладная погода и они не тронулись в рост, иначе с приходом холодов цветков замёрзнет.

## Почва для луковичных

Тюльпаны, нарциссы, крокусы лучше всего растут на нейтральных грунтах или слабокислых. Щелочные и кислые почвы им не подходят.

Часто интересуются, будут ли расти цветы на тяжёлых или слишком лёгких грунтах. Будут, но лучше им помочь, если состав грунта у вас не идеальный.

Во-первых, нужно будет регулировать высоту посадки луковичных в зависимости от лёгкости почвы. А на тяжёлых глинистых землях не забывать о том, чтобы сделать перед посадкой слой дренажа из керамзита и песка, чтобы влага не застаивалась на клумбе, так как луковичка при сильной влажности начнёт болеть.

## Глубина посадки

Обычно луковички рекомендуют погружать в землю на три её высоты. То есть если луковичка приблизительно 5 см высотой, то её погружают донцем на глубину 15 см. Другими словами, чтобы над ней могли встать ещё две таких же луковички.

Когда почва тяжёлая, то луковички погружают немного мельче — примерно на две высоты, чтобы ростку было легче пробиться через слой тяжёлой земли. Если грунт лёгкий, то можно проводить высадку глубже.

## Выбор луковички для посадки

Если вы отправляетесь за покупкой луковички, следует обращать внимание на такие характеристики посадочного материала, как вес, упругость, состояние донца, отсутствие пятен. Когда луковичка лёгкая, это говорит о том, что она высохла или болеет. Посадочный материал с мягким донцем тоже покупать опасно.

Что делать, если при хранении собственных луковичек обнаружены пятна? В этом случае за здоровье посадочного материала можно ещё побороться. Для этого пятна срезать, а эти места обработать зелёной. Но проводить высадку таких экземпляров лучше отдельно от здоровых цветов. И желательно весь посадочный материал перед посадкой обработать фундазолом, фитоспорином или раствором марганцовки.

Размер также имеет значение. Когда вы собираетесь отобрать луковички на выгонку, то для этого нужно брать только самый крупный и самый здоровый посадочный материал. В нём должен быть достаточный запас сил, чтобы завести раньше положенного срока. Маленькие луковички, детки высаживайте в открытый грунт, но

будьте готовы к тому, что на следующий год они могут и не зацвести. Поэтому не нужно размещать их там, где вам хотелось бы уже весной увидеть красиво цветущую клумбу. Им можно отвести место среди крупных лукович, чтобы они были не сильно заметны среди цветущих растений, или в том месте участка, где не помешало бы озеленение, но декоративный вид не сильно пострадает при отсутствии бутонов.

## Высадка

Крупные луковички безбоязненно высаживают в землю там, где нет опасности, что они могут

быть повреждены грызунами. К тому же их несложно выкапывать при пересадке.

Но если на участке замечены вредители, то луковички можно высаживать в горшочке. Помимо прочего, в таких ёмкостях можно не опасаться, что луковичка уйдёт на глубину, если вы не будете выкапывать их каждый год.

А вот мелкие луковички удобнее размещать в специальных перфорированных ящичках, чтобы их было удобнее выкапывать летом с клумбы после доращивания.

Татьяна ПРЕНИНА  
[www.asienda.ru](http://www.asienda.ru)



# Что посадить в сентябре

## Горох

Да-да, вам не показалось! В первой половине сентября ещё вполне можно высаживать горох. Дорастить его до созревания стручков, конечно, вряд ли получится. Зато молодые ростки этого растения обладают нежнейшим вкусом и содержат большое количество витаминов. Отличная альтернатива традиционному листовому салату!

Горох сеют по схеме 8×20 см, заглубляя семена на 1–2 см.

## Горчица листовая

Листовая горчица — замечательный пряный однолетник. Она придаёт салатам ароматный пикантный вкус и служит хорошим источником полезных веществ.

В две декады сентября при условии, что в ваш регион не пришли сильные заморозки, её ещё вполне можно посеять на грядке. Семена листовой горчицы прорастают даже при минусовой температуре (до -3°C), но, чтобы ускорить процесс, можно предварительно прорастить их в тёплом месте.

Всходы отлично себя чувствуют и при 10°C, поэтому в сентябре им ещё достаточно комфортно в грунте. На случай же ночных заморозков их можно укрывать спанбондом или плёнкой. Листья собирать можно уже спустя 2–3 недели после появления ростков.

## Редис

Редис — корнеплод морозостойкий, неприхотливый. Так почему не попробовать посеять его на грядке в начале осени?

Главное — выбирать скороспелые сорта, которые созревают за 16–20 дней. Например, это может быть редис сортов «18 дней», «Пасхальные яйца», «Престо», «Родос» и др.

Семена заглубляют на 2–2,5 см по схеме 5×15 см.

# Обновление чеснока бульбочками

Выращивание чеснока из бульбочек — это проверенный временем агроприём обновления посадочного материала. Ведь выращивая на своём приусадебном участке из года в год один и тот же сорт чеснока из зубков, огородники замечают признаки вырождения культуры. Разберёмся, как правильно произвести размножение зимнего чеснока бульбочками.

## Выращивание в открытом грунте

При посадке зубками, собранными в текущем сезоне, на протяжении 4–5 лет наблюдается измельчение головок, а также поражение лукович грибовыми и бактериальными заболеваниями. Существенно снижаются качественные показатели и лёжкость урожая. Да и устойчивость чеснока к вредителям заметно снижается.

Омолодить стрелкующийся чеснок посредством посадки воздушных лукович под силу любому дачнику. В силу биологических отличий воздушных лукович от головок чеснока, при посадке про-

исходит естественное омоложение сорта и предотвращение его вырождения.

Периодичность культивирования чеснока из мелких лукович каждый огородник определяет сам. По нашему опыту, такой посев следует осуществлять раз в 3–4–5 лет. Некоторые дачники выделяют под чеснок несколько грядок, на одной из которых и высевают бульбочки.

Мы же высаживаем бульбочки под смородину, персики и... небольшими вкраплениями в розарий. Используем его фитосанитарные свойства для профилактики заболеваний растений различными грибами и отпугивания почкового клеща.

К примеру, Б.А. Бублик делает рядки из бульбочек при закладке новой плантации садовой земляники. То есть там, где не разгуляешься с местом, с обновлением посадочного материала чеснока особых ухищрений не требуется — подыщите удобное местечко в саду и сейте.

В отличие от зубков, бульбочки, вызревающие на цветоносе растения, являются молодыми образованиями, не поражёнными болезнетворными микроорганизмами. К тому же всего 3–4 со-

цветия, оставленные до полного вызревания на грядках, могут послужить бесплатным посадочным материалом для засева достаточной большой площади.

Ну а сколько бульбочек в соцветии чеснока, зависит от сорта. Иногда соцветия небольшие, и на них 30–40 воздушных луковичек, а бывает и до 100. Размножение семенами применяют и в случаях, когда требуется получить больше посадочного материала ценного сорта культуры.

Мелкие луковички заделывают неглубоко в грунт, расстояние между растениями в рядах оставляют около 1,5 см, а расстояние в междурядьях — 20 см. Подготовка участка (внесение органики и микроудобрений, рыхление, боронование), сроки посадки, уборки и возделывание воздушных лукович аналогичны традиционному посеву культуры.

## Особенности выращивания

Посев качественно вызревших и просушенных воздушных лукович текущего сезона осуществляют в те же сроки, что и посадку зубками. Для средней полосы это, как правило, ок-



тябрь. Мы высаживаем после таяния первого снега.

За будущую весну и лето из бульбочек вырастает обновлённое растение-однозубка — неделяющаяся головка чеснока, размер которой зависит от сорта, плодородия почвогрунта, ухода за посадками и климатических условий вашей зоны.

Полученный урожай однозубок убирают в середине лета, просушивают под навесом и далее используют для посадки под зиму. Их вкус неотличим от обычных лукович, а сочность даже превосходит озимые дольки чеснока, поэтому при необходимости хозяйки добавляют однозубки в рацион домашнего скота, особенно при их избытке.

Мы же не вынимаем однозуб-

ки из грядок. Когда отсыхает ложный стебель, его просто убираем, и чеснок спокойно зимует на том же месте.

И только на второй (а иногда на третий) год огородники получают полноценную делящуюся лукович чеснока, вырастающую из однозубки. Этот урожай и послужит качественным посадочным материалом для обновления сорта. При излишке чесночных головок их активно используют в кулинарных целях.

Как видите, ничего сложного в выращивании чеснока из бульбочек нет, поэтому периодически проводите обновление посадочного материала.

Мила НАБОГОВА

<https://ekasad-vsem.ru>



# Как создать урожайный сад на песке без лопаты

Лет пять назад, когда младшему внуку было четыре года, а средний ходил в первый класс, дети помогали мне ухаживать за растениями в саду.

— Убей! — закричал маленький, обращаясь к старшему. — Это вредная воючка!

Но первоклассник не спешил. Он внимательно разглядывал клопа-черепашку, ползущего по стволу саженца яблони, затем приподнял листик, а из-под него вышла целая семейка мелких клопиков-черепашек и поспешила за мамой.

Старший отвёл руку младшего и спокойно стал его учить:

— Ничего в природе трогать нельзя, все живые существа приносят пользу. Уничтожишь одну букашку — погибнет целая цепочка, от неё зависящая. Пусть они живут и сами разбираются между собой.

У меня сердце сжалось от умиления. Значит, не зря я вырастил сад, в котором теперь учатся наблюдать за жизнью природы мои внуки. Не за компьютером сидят, играя в азартные игры-стрелялки, а наблюдают за реальной борьбой мелких букашек в дикой природе, постигая её простые и мудрые законы.

## Как это всё начиналось

Начиналось всё 13 лет назад. У меня уже был 25-летний опыт создания на 6 сотках сада по традиционной технологии, который постепенно погибал от морозобоин. Мы готовились к свадьбе дочери и с будущим зятем решили заложить новый большой сад у дома на пустыре. Для этих целей я оформил в аренду на 49 лет 40 соток заброшенной земли. Мне понравилось, что это южный склон у озера, недалеко от моего дома.

Но земля там была мёртвая: чистый песок, более 6 м до почвенных вод. Много лет здесь высаживали картошку по картошке, внося лишь минералку. Гумуса в почве не осталось. Я решил, что землю восстановить смогу.

Пахать участок я не стал, привёз пару «КамАЗов» торфа и столько же опилок. Мульчировал постепенно. Вокруг молодых деревьев почву покрывал торфом, у каждого высаженного саженца высыпал по ведру перепревшего навоза и по ведру листьев из старых заброшенных парков. Опилки подсыпал на дорожки между деревьями.

Травы не косил, подкашивал только то, что затеняло подрастающие деревца. Я понимал, что скошенная зелёная трава — это азотистое быстродействующее удобрение, при этом азот травы быстро вымывается дождём, если его не запахать. Но плуг и лопату я в новом саду решил не применять.

Стабильный азот давал навоз. Кроме того, использовал и по ложке мочевины локально в лунку у корня. А полностью высохшая трава, которую оставлял расти до осени, — это лигнин, питание для грибов и последующих цепочек биоты. Именно лигнин сухой травы приводит к накоплению гумуса в почве в долгосрочной перспективе. Так делаю вот уже 14 лет.

В последние 10 лет своей дешёвой органики (полуперепрев-

шего навоза в мешках) вношу много — до 10 кг на квадратный метр ежегодно, без перекопки, кучками по периметру кроны. Почвенные инженеры (не только дождевые черви, но и более мелкие членистоногие) её разносят на глубину, да и опад корней сорняков делает своё дело.

## Как это выглядит сегодня

Сейчас, через 13 лет освоения мёртвого песка, под кронами деревьев богатый органикой рыхлый слой составляет 30–40 см, а голый песок без гумуса начинается только с глубины 70 см, глубже почвенные инженеры органики разности пока не могут. Но и 70 см сейчас достаточно, чтобы удерживать влагу для роста деревьев.

Последние четыре года постоянно опрыскиваю свой сад АКЧ (Аэрированный Компостный Чай) и гуматами. Это ускоряет почвообразовательные процессы, накопление стабильного гумуса и повышает биоразнообразие почвенной живности. Элементы питания накапливаются не в перегное, не в компосте, из которого всё это легко вымывается на песок, а в живых телах почвенной биоты.

Травы вырастают до полутора метров, появилось много широколиственных сорняков, горцы, окопник, борщевик — их подкашиваю до цветения; они содержат много сахаров, что постоянно кормит биоту почвы.

Мочевину под деревья я вносил только в первые лет пять, когда гумуса в почве было мало. Сейчас минеральных подкормок не делаю — органика даёт достаточно питательных веществ для роста деревьев в саду. А вот в мае, в период бурного роста трав, иногда сорняки в междурядьях, где побольше опилок и мало навоза, подкармливаю мочевиной, это увеличивает накопление органики при перегнивании большой массы сорняков.

## Несколько слов о сидератах

Подробнее опишу своё наблюдение в качестве аргумента для тех, кто верит в сидераты и поверхностное рыхление как основу накопления органики в почве.

На моём участке есть масса клочков земли вне кроны деревьев, куда торфа, навоза, листья (то есть органики) извне вносили очень мало. Травы (по сути — сидераты) там растут постоянно; лопаты почва не знала; АКЧ, гуматы и мочевина вносились и здесь, но за 14 лет на этих клочках земля как был пустой песок, так и остался — прибавка гумуса минимальная. В Нечерноземье сидераты не дают быструю прибавку гумуса.

Быстрое накопление гумуса в почве даёт только органика, вносимая извне, в сочетании с опадом трав-аборигенов. Одно без другого работает очень слабо.

Ведро навоза, перекопанное с песком, сгорает за пару лет без следа, если нет корней трав. Но сами по себе сидераты для своего роста разрушают в почве столько же органики, сколько потом отдадут. Нечерноземье потому так и на-



зывается, что одни травы накопить гумус не смогут — земля не становится чёрной. Нужна органика извне, любая.

## А как решается вопрос с поливом?

Дождей у нас хватает. Засухи бывают летом раз в пять лет, и полив раньше я не делал. Но сейчас деревья выросли, заплодоносили, и в период налива плодов привожу бензиновую помпу и деревья с плодами пару раз за лето хорошо поливаю. Урожай спасать надо, если дождей нет более трёх недель.

Глину привёз и рассыпал на небольшом участке всего один раз. Технически трудоёмко, конечно, но там деревья в засуху чувствуют себя комфортней. Глину с почвой не перемешивал, как рекомендуют, а разбрасывал под кронами по поверхности почвы. Черви её смешали с опадом листьев и унесли вглубь.

Большую роль в экологии сада играют подростки по периметру клёны, липы, рябины, боярышник и сосны. Яблони генетически любят расти на опушках леса, под защитой высоких деревьев.

## «Монастырский способ» посадки

Расскажу подробней, как высаживал саженцы 10–13 лет назад в мёртвую почву, когда гумуса в ней не было.

Никаких ям не делал. В первый же год (частично — осенью, частично — весной) ходил по саду и на расстоянии 2х2 метра делал мелкие лунки, в которые высаживал по пять семян яблонь, груш, косточек слив, вишен (семена, естественно, яровизированные).

Единичные сеянцы к осени давали стволы размером с карандаш, перепривить их удавалось уже на следующую весну, но основная часть в траве выживала и вырастала до полуметра только к осени 2–3 года.

Этот метод и называется монастырским. Я о нём узнал, когда побывал на Валааме и увидел деревья яблонь, которым несколько

сотен лет. Секретов закладки такого сада там узнал много.

Я тоже, как и монахи на Валааме, взял землю на южном склоне; внизу озеро. Зимой застоя холодного воздуха нет, а в предзимье испарение воды продлевает вегетацию деревьев.

На Валааме и у меня использовались семена самых зимостойких местных полукультурных яблонь. Сеянцы давали корни глубоко-стержневые, как и заложено природой. Поэтому слой высокопитательной почвы сверху, в котором формируются мочковатые корни, не нарушает якорность и долговечность моих деревьев.

Учёные-садоводы утверждают, что стержневая корневая система способна запастись больше продуктов фотосинтеза (углеводов) в сравнении с мочковатой системой (саженцев в промышленных садах). Углеводы (крахмал) и синтезированные жиры накапливаются и хранятся в так называемых паренхимных клетках, расположенных в живых слоях древесины, в сердцевидных лучах, пронизывающих древесину, и в коре.

Это улучшает снабжение дерева со стержневой корневой системой продуктами питания и водой в течение всего вегетационного периода. Запасание в такой корневой системе большого запаса продуктов фотосинтеза обеспечивает хорошую подготовку дерева к зимовке и его зимовку. Кроме того, корни дерева, находящиеся в нижних незамерзающих горизонтах почвы, продолжают расти всю зиму, что увеличивает общие размеры и всасывающую способность корневой системы ещё до начала её весеннего роста.

И на Валааме, и в моём саду взшедшие сеянцы выдерживают конкуренцию с сорняками и выживают самые сильные. И у монахов, и у меня в саду много сотен сортов, опыление великолепное, а вот для вредителей раздолья нет: все деревья с разными сроками цветения, разными фитонцидами и иммунитетом.

Травы не скашиваю, они цветут, что даёт раздолье для полезных насекомых. Земля не копается, лист не убирается, экология таким образом не нарушается. Минеральные удобрения не применяются, естественной и вносимой органики в избытке, при этом она с высоким содержанием углерода, а это приводит к преобладанию полезных грибов сапрофитов и уменьшению гнилостных процессов, что улучшает экологию сада.

Все эти годы я делал для контроля зимние прививки яблонь и груш. По несколько сотен привитых и подращенных в тепличке саженцев высаживал в саду для сравнения. В верхней части сада, где суши

и гумуса меньше, привитые дички из семян обгоняли зимние прививки. А вот в низине, где гумуса больше, именно зимние прививки через 10 лет дали самые урожайные деревья. Правда, и ухаживал за ними лучше, чем за остальным садом. В то же время морозобоин на этих «искусственных» деревьях также было больше.

После высадки саженца (от зимней прививки) в бедную песчаную землю в ямки перегной не насыпал. Делал холмик из ведра огородной земли, после высадки мульчировал периметр кроны перегным и поливал каждую неделю слабым настоем органики.

В следующие годы локально у корня осенью и весной клал мочевины. Обильно мульчировал перепревшим навозом, а осенью — листьями из парка. Последние годы опрыскивал АКЧ и гуматами.

## Выводы и итоги

Подведём итоги. Я не копал ямы под посадку, не пахал землю. А соблюдал четыре правила:

- 1) вносил много разной органики;
- 2) сохранял корни диких сорных трав;
- 3) вносил удобрения локально;
- 4) вносил микроорганизмы и гуматы.

Сад вырос. Экосистема сада сформировалась. Местами — рыхлая перегнойная земля слоем более полуметра. Если бы я внёс в песок глину и наладил постоянное орошение, было бы ещё лучше.

Всё это многократно обсуждал на форумах с садоводами в последние 7 лет. Никто не верил, что на песке можно создать живую, богатую гумусом почву и вырастить сад из яблонь и груш на холодном северо-западе.

У меня получилось. Сейчас в коллекции более десятка колоновидных яблонь, и все выжили, дают обильные урожаи ежегодно. Стали плодоносить капризные европейские и американские сорта. Очень хорошо показали себя поздние яблони Белорусской селекции, а в нашей зоне зимних сортов для длительного хранения нет.

Напомню: сад я создавал практически один, без помощников: жена занята цветами и овощами, дети постоянно на работе, внуки помогают собирать урожай и отдыхают в саду, называют его «наш сад-оазис».

Описанная мной технология без копания посадочных ям и перекопки почвы — малозатратная и посылная любому влюблённому в сад человеку.

**Геннадий РАСПОПОВ**

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



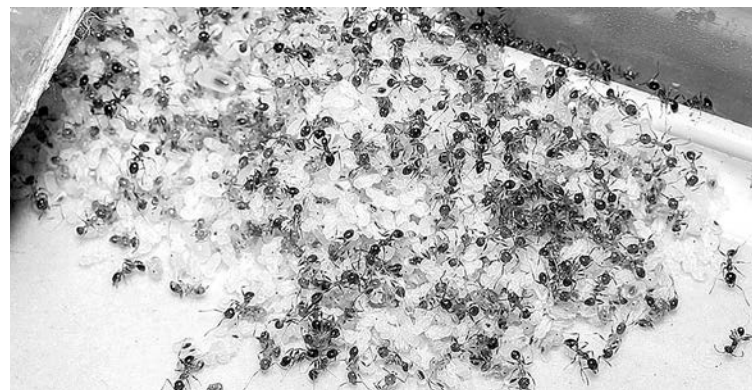
## Борьба с рыжими муравьями в доме

**М**иниатюрные рыжие муравьи могут появиться в доме или квартире откуда угодно. Фараонов муравей (*Monomorium pharaonis*), а именно так называется этот давний сосед человека, расселяется сразу группами из нескольких десятков рабочих особей и самок, в отличие от многих других видов, у которых новую колонию основывает одна летающая самка. В один момент эта группа отделяется от главной семьи и пускается в путь в поисках лучшей доли. Но, учитывая тот факт, что путешествуют они пешком, рыжие муравьи заселяются в дома в основном из близлежащих окрестностей. Например, из подвала, соседней квартиры, магазина на нижнем этаже.

Общее количество насекомых в колонии может в благоприятных условиях достигать сотен тысяч. Однако в большинстве случаев в домах их бывает не больше десяти тысяч, что, конечно, тоже очень много. Поэтому, если у вас появились прыткие рыжие муравьи в квартире, необходимо постараться как можно быстрее от них избавиться, пока это относительно легко сделать.

### Народные средства

К самым распространённым народным средствам в первую очередь относятся растения с резким запахом. Они помогут отвести муравьёв от определённых мест, например, шкафов с продуктами. Среди таких средств:



лимон, лаванда, мята, календула, гвоздика.

Использовать можно эти растения как в сушёном виде, так и эфирные масла на их основе. Ветки или кусочки ткани, пропитанные маслом, раскладывают на

полках и обновляют по мере того, как запах выветривается.

К традиционным средствам можно отнести и некоторые вещества, используемые в быту. Например, очень популярна борная кислота. Её добавляют в кормо-

вые приманки, которые затем раскладывают в местах повышенной концентрации муравьёв.

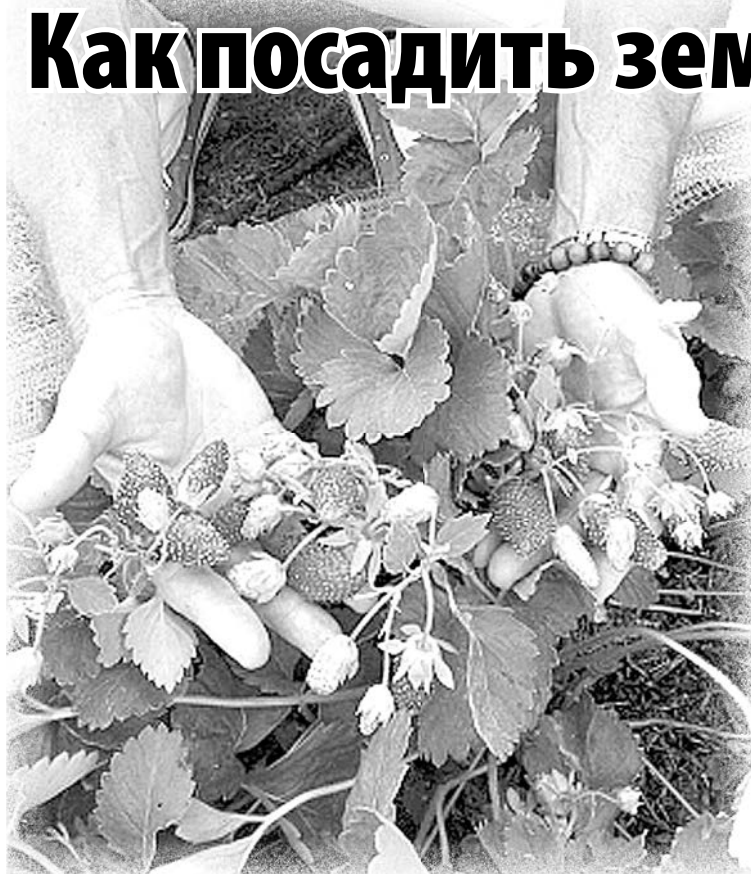
За пищевую основу можно взять мёд, сахар, варенье, яичный желток. Муравьи придут полакомиться сладкой приманкой.

Из яичного желтка с борной кислотой скатывают небольшие шарики, а сладкую приманку наливают в небольшие крышки или блюдца. Борная кислота достаточно эффективна, но результат придётся подождать, так как действует она не сразу. Эту кислоту можно заменить и её солью — бурой.

Для борьбы с рыжими муравьями используют также мыльные, нашатырные, уксусные растворы, которыми обрабатывают входы в муравейник и тропы насекомых. Резкий запах, конечно, не всем понравится, но длительное воздействие может вынудить муравьёв покинуть дом или квартиру.

<https://www.botanichka.ru>

## Как посадить землянику осенью



**К**онец лета и начало осени — самое подходящее время для посадки крупноплодной садовой земляники. Способов посадки миллион, есть простые и сложные.

Поделимся простым и при этом очень эффективным способом посадки, который обеспечивает хорошую приживаемость, надёжную зимовку и позволяет в первый же сезон получить урожай.

Опыт, проверенный практикой, дорогого стоит!

1. Землянику мы сажаем после чеснока или лука. Убираем урожай, землю не перекапываем, а просто рыхлим плоскорезом Фокина. Им же нарезаем бороздки и сразу, не теряя времени, высеваем сидераты. Ведь они, как никто другой, рыхлят, пушат, лечат и обогащают землю.

В принципе, можно использовать любые сидераты и по максимуму использовать особенности каждой травки.

**Вика** обогащает землю азотом лучше навоза.

**Редька, рапс, горчица** прогоняют нематоду и защищают землянику от увядания.

**Овес** рыхлит землю лучше лопаты.

**Фацелия** нежно раскисляет почву и создаёт великолепный

фон для земляники.

2. Буквально за неделю на грядке вырастет чудесный зелёный коврик.

И это не помешает высадить землянику. Они — чудесные партнёры!

Сидераты продолжают расти и одновременно будут заботиться о юных саженцах земляники: защитят от дневного пекла и ночного холода, прикроют от ветра и корневыми выделениями прогонят с грядки нематоду.

Так что мы не смущаемся, что грядка вся покрылась нежной зеленью, сажать будем прямо сюда.

3. В сидератах выкапываем лунку под посадку земляники. Вы удивитесь, насколько легко сделать лунку. Земля лёгкая, пушистая, податливая.

4. Лункуправляем щедро! Добавляем всё самое вкусное для земляники:

- вермикулит, он помогает развитию корневой системы;
- биогумус, оргавит, сапропель — это полноценное питание;
- препарат «Сияние-2», полезные почвенные бактерии защищают от десятков болезней и питают растения;

• зола — это калий, магний, которые помогают закладке цветочных почек на следующий год.

Мы не скупимся, ведь нам нужно, чтобы до зимы кустики не

только укоренились, но окрепли и заложили цветочные почки, чтобы уже следующим летом попробовать ягодки.

5. Саженец перед посадкой ставим в воду с добавлением капель «НВ-101» (20 капель «НВ-101» на 10 л воды). Эта простая процедура обеспечивает отличную приживаемость, снимает стресс пересадки. Земляника даже не заметит, что переехала на новое место!

6. Если корешки начали закручиваться по дну стаканчика, обрезаем их.

7. Высаживаем в лунку. Засыпаем землёй так, чтобы сердечко было на поверхности. Это очень важный момент, от которого зависит приживаемость кустика. Если ростовая почка (сердечко) окажется в земле, она выпреет, и кустик просто погибнет. Если саженец будет посажен высоко, то развиваться будет плохо. В общем, смотрим внимательно и сажаем правильно.

8. После посадки обильно проливаем водой с теми же капельками «НВ-101». Нам ведь нужно, чтобы всё хорошо прижилось!

9. Дело сделано! Земляничка довольна!

Сидераты продолжают расти вместе с земляникой. Если вижу, что сидераты давят землянику, тогда делаю пошире окошко вокруг них и мульчирую кустики срезанной травой, добавляя полезные бактерии «Сияние-2».

При наступлении холодов землянику легко можно накрыть укрывным материалом прямо поверх сидератов, и она продолжит расти до самого снега, а сидераты удержат ткань на своих побегах.



«Купчиха»



«Цунаки»

Весной от сидератов остаётся лёгкая питательная мульча, а ягода просыпается зелёная, буд-то и зимы не было.

И в первый же сезон при такой посадке кусты разрастаются щедро и дают урожай!

Дорогие садоводы, посадите так, и вы увидите, как замечательно будет развиваться земляника. Вот такая простая технология взаимовыгодного соседства.

Посадите так и будете довольны!

Наши любимые сорта земляники:

• **Купчиха** — невероятно вкусный и плодородный сорт земляники, а вернее — земклуники. Размером как садовая земляника, а по вкусу, аромату, плодородности, зимостойкости — как лесная.

Невероятная труженица. Много, вкусно, сладко, жизнестойко, неприхотливо. Кажется, что это нереально, но это так!

Даже если у вас растёт 100 сортов земляники, обратите внимание на Купчиху.

• **Дарёнка** — ягода суперраннего (начало июня) срока созре-

вания, с высокой урожайностью и дружным созреванием ягод, с устойчивостью к серой гнили. Ягоды очень крупные (первые до 40 г размером 5x5 см), тёмно-красные. Мякоть красная, приятного сладкого вкуса.

Этот сорт практически не поражается земляничным клещом! Удивительное сочетание вкуса, плодородности и здоровья!

А ещё мы лично знакомы с создателем этого сорта Валентиной Ивановной Богдановой! Удивительная, интересная, красивая женщина, как и созданный ею сорт.

• **Цунаки** — эта клубника обладает высокой силой роста: весной она начинает активно наращивать вегетативную массу, в результате высота кустиков может достигать 60 см, а диаметр — до 70 см. Таких размеров нет ни у одного из сортов клубники.

Корневая система Цунаки мощная и крепкая, благодаря такому строению корней кустики спокойно переносят временную нехватку влаги, а также выдерживают стойкость к заморозкам.

Размер плодов может достигать 130 г, а в диаметре — до 8 см. Вкусная и сладкая, без лишней воды.

Как видите, способ посадки не так сложен: сначала посадили няньку (сидераты), а потом в питательную лунку высадили ягоду.

А саженцы отличных сортов и отличного качества можно приобрести в Центрах «Сияние» вашего города. Там вам подберут самые подходящие для вас сорта и дадут полезные рекомендации.

**Елена и Александр КЛЕЙН, садоводы-любители**

<https://sianie1.ru>

# Уральский хоровод

## Отзывы участников

**Татьяна Боброва**

г. Тюмень

«Уральские хороводы» — это одно из лучших событий, которое случилось в моей жизни! За четыре дня я прожила жизнь, насыщенную радостью и смехом, открытиями, осознаниями, наполнением космической энергией, единением с Природой, с друзьями, со всем миром и Вселенной! Я почувствовала, что Боги любят и оберегают меня, ощутила свою силу в принятии и доверии. Когда ты доверяешь, то обретаешь уверенность, становишься сильной. Мощный поток унёс меня, наполнил моё сердце любовью, благодарностью за доверие и заботу! Благодарю всех организаторов и мастеров, свою фестивальную семью! Благодарю всех причастных к организации праздника и всех гостей, соседей по палаткам, детей и женщин у костра и партнёров по практикам, обрядам и хороводам! Благодарю мужа, который отпустил меня на фестиваль! Люблю вас!

**Юлия Шешина**

Свердловская область

Сложно сказать, что больше всего повлияло на меня: удивительно жаркие, солнечные дни с охлаждающими погружениями в речку Калиновку или множество занятий, которые я посетила (оздоровительные, творческие, целительные); необъятные просторы поселения, степной запах, пушистые травы, постоянное босохождение или знакомство с жителями Светорусья и тепло сердец сотен людей, объединяющихся в хороводы каждый вечер; романтика звучания поющих чаш под звёздным небом или фонтан творчества жителей и гостей Светорусья... Но ощущения радости, расширения и бла-



ки) от Алексея Саламатова, ладку (от Романа Пономарёва), славянский массаж (от Оксаны Вершининой), массаж лица (от Галы Ким), целительное парение (от Алёны Бияновой), гармонизировать пространство дома и наш деревенский участок (с помощью



шлейфом тянется: открытое, душевное, благодарное, осознанное, очень женственное и приятное моему телу и моему духу.

Я приехала как ведущая танцевально-двигательных практик. За опытом ведения в первую очередь. Ещё раз убедилась, что я могу и получаю огромное удовольствие от того, чем занимаюсь.

И большое благо для меня случилось в том, что со мной поехал мой муж. По его собственной инициативе. Это здорово, учитывая, что за семь лет нашего союза мы впервые выехали куда-то вместе. Ему понравилось, и он ходил со мной на мастер-классы, медитации и помогал мне во всём, особенно в природном быту.

На одном своём занятии я познала силу женского круга. Это ог-

баны и ритмы — это моя страсть. Благодарю, Сергей, что выходил с барабанами на поляну почти каждый день. Я слышала их из палатки, подрывалась и бежала скорее занять свободный барабан, чтобы погрузиться вновь в мир этой музыки, которую так люблю! Теперь хочу себе свой барабан!

Благодарю Ильнура и Ульяну за предоставление ильдрамов, когда нужна была музыкальная интеграция после мощных трансформационных процессов.

Благодарю за мастер-класс по резбе ложек, важные уроки принесла мне моя ранка. Помню, лежала на земле, теряя сознание, и благодарил, благодарил, благодарил...

Благодарю мою любимую подругу Леру и Оксану Вершинину за



**Александра Андреановна**

г. Екатеринбург

Я первый раз была на фестивале. Первый раз в жизни! Испытываю до сих пор полнейший восторг! И состояние до сих пор

годарности не покидает меня. За пять дней наполнилась энергией, получила море информации по разным направлениям. Спасибо всем участникам, мастерам и особенно организаторам этого праздника! Создаю намерение применить на практике в течение этого года знания, полученные на фестивале: как минимум для себя и своей семьи — делать гимнастику (восемь-

знаний от Татьяны Саламатовой и рекомендованной ею книги «Архитектура новой эпохи»), сделать посох дождя, как научил Марсель Зуев. Хочется продолжать обучение по всем этим направлениям и дальше, в течение года, поддерживать и усиливать в себе огонь Любви и творчества, распространять эти знания в месте, где живу, для тех, кто не смог побывать на этом фестивале.







лерия Гарбуз, Оксана Вершинина, Ася Ершова-Партина и другие русские красавицы Светорусья продумали всё до мелочей, с любовью подошли к организации палаточного городка, одни только названия чего стоят: Влюблённые, Счастливые... Работа кипела не только в шатрах, а также на кухне и в «штабе» организаторов. Девочки летали, как феи! Вопросы решали мгновенно, слов-

их силу духа и выносливость! Я бы за такое не взялась по доброй воле, а они взяли и ведь сделали! Низкий поклон!

Чувствую, как моя мысль становится живой, чувствую в ней силу. Чувствую, как слово моё становится заклинанием. Мыслей стало меньше в голове, но качество их усилилось. Это но-



но в нежных ручках волшебные палочки вместо мужской и грубой рации.

Мы приехали с сыном, а дальше я его не видела до самой ночи! Мой мальчик, мой жаворонок, который при любых обстоятельствах засыпает ровно в 22:30 вдруг не пришёл в палатку! В ту ночь еле уговорила его пойти спать в 2 часа ночи, он уткнулся нежно носиком и сказал: «Мам, скажи ты ребятам, что мы идём спать», — и ласково посмотрел на меня. Мой котёнок устал... Мы побрели в густой пелене тумана, который опустился так, что даже фонарь не помогал, эдакие ёжики.



вый опыт для меня. Смакую его до сих пор.

Благодарю пространство Светорусья, Поле Любви и людей, которые окружали меня все четыре дня!

**Яна Станислава**  
г. Екатеринбург

Место встречи Любви — так бы я назвала прошедший в августе фестиваль «Уральский хоровод».

Сколько тёплых моментов в холодные выходные! Контраст природы и эмоций человека...

Девочки-организаторы Ва-



## Здравушкины рецепты •

■ **Оксана Мицкевич**

г. Бобруйск, Беларусь

<https://vk.com/na.polyanke.oksana>

[https://www.instagram.com/oksana\\_mitskevich/](https://www.instagram.com/oksana_mitskevich/)



## ДЫННЫЕ СЛИВКИ

**Ч**то самое полезное в дыне? Семечки! Поэтому я изобрела вкуснейший коктейль на их основе.

По мнению народных целителей, семена дыни чистят кишечник, почки, печень, лечат даже хронический кашель; эффективны при бронхитах, так как хорошо разжижают мокроту, устраняют ощущение сухости во рту и утоляют жажду.

В них находится огромное количество цинка, который признан микроэлементом красоты, так как прежде всего влияет на состояние кожи, волос и ногтей.

Так что теперь не выбрасываем внутренности дыни, всё пускаем в ход.

Для приготовления дынных сливок взбиваю внутренности дыни (семечки, волокна) с добавлением небольшого количества во-

ды. Вместо воды можно добавить мякоть дыни. Обычно я это делаю, когда дыня попадает зелёная и несладкая. Именно такая дынька идеально подойдёт для коктейля. Можно взять мякоть возле корочки, она тоже бывает не ахти какая.

Всё хорошенько взбиваем, процеживаем и получаем молочко, насыщенное микроэлементами.

Чтобы у нас получился настоящий коктейль, остаётся взбить это молочко с бананом.

Вот теперь настоящее наслаждение! И, что самое интересное, даже если дыня попала зелёная, коктейль у вас получится на удивление сладкий и вкусный!

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



## ДЫННЫЕ СЕМЕЧКИ В КОСМЕТОЛОГИИ

**Д**ынные семечки часто используют в косметологии. Например, если сделать обыкновенный отвар этих семечек, станет заметен омолаживающий эффект. Чтобы сделать такой отвар, нужно взять 1 ст. л. семечек дыни, измельчённых в кофемолке, добавить 250 мл кипятка, довести до кипения, поварить несколько минут, подождать, пока остынет при комнатной температуре, и процедить.

Для отбеливания лица необходимо использовать перетёртые в порошок семена дыни, смешанные с сухим молоком и разведённые водой. Такую смесь нужно нанести на лицо, подержать 15 минут, затем смыть тёплой водой. Это поможет избавиться от веснушек и пигментных пятен, улучшить тон лица.

Полезны дынные семечки и для сухой кожи. Для этого нужно взять масло дынных семечек, добавить в него натуральный виноградный сок и немного кашицы из дыни. Достаточно всего 10 минут подержать такую маску, а затем нанести привычный питательный крем, чтобы кожа стала гораздо более увлажнённой.

Измельчённые семена дыни можно использовать в качестве тоника для лица, для этого нужно сырьё залить кипятком, накрыть крышкой и оставить остывать. По-



сле этого нужно разлить его по формочкам для льда и заморозить, а затем каждое утро после умывания протирать лицо. Это тонизирует кожу, стимулирует приток крови к ней, улучшает цвет лица и помогает отбелить его.

Отвар из семечек дыни также используется для мытья и ополаскивания волос, ванночек для рук и ногтей. В эмалированную ёмкость наливается стакан воды, после того, как она вскипит, добавляется 1 ст. л. семян. Жидкость снова доводится до кипения и отваривается ещё 3 минуты. Отвар фильтруется и применяется после охлаждения.

<https://foodandhealth.ru>

## Идеальный продукт для сердца

**К**абачок — родственник тыквы и огурца. Мякоть овоща мягкая и нежная, в процессе развития она становится плотной и хорошо держит первичную структуру. Можно употреблять её как в сыром, так и в обработанном виде.

В кабачках содержится много калия, витаминов группы В, пищевых волокон и антиоксидантов, которые приносят огромную пользу здоровью. В 100 г кабачка 30% дневной нормы витамина С — антиоксиданта, который предупреждает преждевременное старение, благотворно воздействует на кожу, кровеносные сосуды и другие органы и ткани. Есть в кабачках и витамин А, который в комплексе с лютеином и зеаксантином, двумя антиоксидантами, улучшает здоровье глаз и сохраняет зрение.

Кабачки чрезвычайно малокалорийны — всего 20 ккал на 100 г, поэтому их можно употреблять в большом количестве. Также способствуют похудению низкое содержание в овоще крахмала и высокое содержание клетчатки, которая насыщает, улучшает пищеварение и препятствует перееданию. Правда, речь идёт только о сыром продукте, а не о жареных в масле кабачках. Также кабачки содержат умеренные уровни тиамина, пиридоксина, рибофлавина и минералов, таких как железо, марганец, фосфор и цинк. Он не аллерген. Всё это даёт ему право с успехом применяться для детского питания. Из кабачков готовят суп, оладьи, тушёные или же фаршированные кабачки, икру, варенье и т.д.

Для сердца кабачок — идеальный продукт. Высокое содержание калия и низкое — натрия будут способствовать нормализации давления. Фолиевая кислота, содержащаяся в кабачках, помогает предотвратить сердечные заболевания. А ещё употребление кабачков потенциально может помочь регулировать уровень сахара



ра в крови, что очень хорошо для диабетиков. Является отличным мочегонным средством, поэтому его рекомендуется употреблять при отёках. Помогает в лечении астмы, предотвращает рак.

Как таковых противопоказаний у кабачков немного. Их запрещено есть в сыром виде при таких заболеваниях, как гастрит, колит, панкреатит, другие нарушения работы органов ЖКТ. Дело в том, что в сыром кабачке в очень больших количествах содержится витамин С, который разрушительно действует на слизистые оболочки. Учитывая сильные мочегонные свойства, лучше не употреблять кабачки при пиелонефрите и других заболеваниях почек, чтобы уменьшить нагрузку на них. В любом случае консультация с врачом не повредит.

Самый простой способ заготовки на зиму — заморозка. Помыли, обсушили, покрошили и в морозилку. Зимой использую для приготовления овощных рагу. Честно говоря, я и в супчик, и в борщик, и в картошку тушёную — везде немного добавляю кабачок. Полезно. Даже в мае, используя остатки моркови и лука с замороженными кабачками и томатами, делала кабачковую икру.

<https://vk.com/polza108>

## Естественная прививка от вируса

(На основе статьи кандидата медицинских наук Шурата Халимова, Ташкент, 21.03.2020 г.)

**Б**ольшинству уже известно, что COVID-19 в первую очередь поражает иммунную систему, а во вторую — лёгочную ткань. Период между первой фазой и второй принято называть «инкубационный период». Но даже врачи весьма смутно понимают структуру иммунной системы и функционал отдельных её частей.

На самом деле 80% иммунной системы находится в слизистой и подслизистой слоях тонкого кишечника в виде лимфоидной ткани и её скоплений — пейеровых бляшек. Лимфоидная ткань вырабатывает антитела (лимфоциты Т, В, G и др.), а также множество иммуноглобулинов. Антитела через лимфатическую систему попадают в нижнюю полую вену, в сердце и, пройдя малый, попадают в большой круг кровообращения и разносятся по всему организму.

Таким образом, собственно, формируется и поддерживается тканевый иммунитет, в том числе, кстати, и лёгочной ткани.

COVID-19, попадая в кишечник, начинает уничтожать лимфоидную ткань, и прекращается выработка лимфоцитов и иммуноглобулинов. Как итог, разрушается в целом иммунная система и, как следствие, резко ослабляется тканевый иммунитет в лёгких. С этого момента начинается вторая фаза отёка лёгких (пневмония).

Современная медицина сосредоточена при этом на профилактике (недопущении) в лёгкие коронавируса или на борьбе уже с осложнениями вместо того, чтобы своё внимание обратить на кишечник и лимфоидную ткань.

Причём удивительный факт заключается в том, что в народной медицине существует много продуктов, которые напрямую воздействуют на вирусы, обезвреживая их в самой начальной стадии. Самый доступный и, надо сказать, очень эффективный в этом пла-

не — чеснок. Нужно всего лишь ежедневно в течение месяца выпивать 2/3 стакана водного настоя чеснока. При попадании в тонкий кишечник раствор чеснока сразу начинает убивать (!) ещё слабый коронавирус.

Что это даёт? Повреждённая иммунная система быстро восстанавливается, и приятный побочный эффект избавит вас заодно от микробов стафилококка и других патогенных микроорганизмов, которые также очень вредны для здоровья человека.

Лёгочная ткань сохраняет свой иммунитет. «Убитые», ещё не разбушевавшиеся клетки COVID-19 представляют собой не что иное, как вакцину, которая естественным, природным путём образовалась внутри человека. Она образуется через 30–40 мин. после попадания «чесночной воды» в тонкий кишечник.

Таким образом, цепь патологических реакций в организме разрушается и прерывается окончательно, а сам человек получает естественную прививку. И всё это проходит почти незаметно для человека. Нет побочных эффектов и момента тяжёлого переболевания, что очень часто наблюдается после прививок.

А представьте, что все люди разом в течение 1–2 дней просто выпивают 2/3 стакана чесночной воды. В итоге базовый патогенный морфологический субстрат исчезает полностью!

### Рецепт чесночной воды

1. Утром всего одну дольку чеснока нарезаем вдоль пополам, кладём в стеклянную или фарфоровую ёмкость и заливаем родниковой или просто кипячёной водой.

К вечеру «чесночная вода» готова. Выпиваем 2/3 стакана через 3–4 часа после последнего приёма пищи, на ночь, перед сном.

На следующий день готовим новую порцию.

Продолжительность приёма — один месяц. За это время образуется устойчивый иммунитет против COVID-19, причём для любых штаммов.

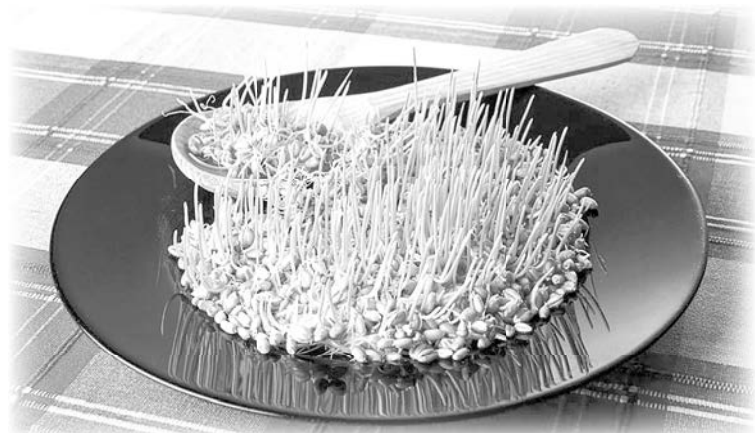
**Р. М. ХАЙТОВ, Б. В. ПИНЕГИН**

На основе статьи кандидата медицинских наук Шурата Халимова, Ташкент, 21.03.2020 г.

Вестник Родовых поместий



## Как быстро укрепить иммунитет



**В** нынешнее время тема иммунитета как никогда актуальна.

Можно отлично укрепить здоровье с помощью проростков некоторых культур. Учёные считают, что пророщенные зёрна и семена — это самая богатая ферментами пища на планете.

Проросток — это зачаток новой жизни. В момент прорастания в маленьком зёрнышке аккумулируется огромная сила и энергия.

В отличие от сухого зерна в проростках:

- резко увеличивается содержание витаминов группы В и РР — профилактика инфарктов;
- возрастает количество витамина Е, замедляющего процессы старения;
- появляется витамин С, являющийся отличной профилактикой гриппа и других вирусных инфекций.

Доказано, что проростки яв-

ляются отличной профилактикой рака.

Естественно, необходимо учитывать индивидуальную переносимость глютена, содержащегося в проростках.

Пророщенное зерно — это поддержка организма в условиях городской жизни, это заряд чистой природной энергии! После употребления проростков человек чувствует прилив жизненных сил, лёгкость и сытость в течение целого дня.

### Важные моменты

1. Употребляйте проростки в первой половине дня.

2. Если чистый вкус ростков не пришёлся по вкусу, смешайте их в блендере с овощами или фруктами или просто с водой, сделайте пюре или соус, добавляйте в салаты, каши и прочие блюда. Но, скорее всего, вы будете приятно удивлены вкусом и свежестью проростков. Попробуйте начать с 1–2 ложек в день.

3. Тщательно пережёвывайте

проростки для получения от них максимальной пользы.

### Какие семена можно прорастить

- **Пшеница.** Стимулирует защитные силы, обмен веществ, работу ЖКТ. Улучшает состояние волос и кожи.

- **Полба.** Укрепляет пищеварительную, иммунную, нервную, половую систему. Придаёт бодрость и тонус.

- **Овёс голозёрный.** Укрепляет иммунную систему, стимулирует деятельность щитовидной железы, способствует выводу токсинов.

- **Зелёная гречка.** Придаёт силу и выносливость, укрепляет сердечно-сосудистую систему, ЖКТ и организм в целом.

- **Рожь озимая.** Нормализует микрофлору, защищает от простудных заболеваний. Полезна при аллергии, диабете и ожирении.

- **Лён.** Укрепляет сосуды, поддерживает эластичность кожи. Ис-

ключительно полезен для женского организма.

- **Чечевица.** Повышает уровень гемоглобина, снижая сахар и холестерин. Поддерживает упругость клеток, омолаживая кожу.

- Огромную пользу приносят и другие проростки: **кресс-салат, семена чиа, раторопша, подсолнечник, кунжут, руккола, пажитник, соя, нут, маш.**

### Как прорастить семена

1. Промойте зёрна под проточной водой.

2. Можно прорастить семена в блюдце с водой, в увлажнённой ткани.

3. Наиболее простым и продуктивным способом будет проращивание в специальном агрегате — проращивателе «Аэросад» с эффектом барботирования (обогащения кислородом). С ним уже на вторые-третьи сутки проростки будут готовы к употреблению.

Перед употреблением любые проросшие зёрна необходимо промыть в холодной воде. Готовые зёрна можно в течение недели хранить на верхней полке холодильника.

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



# Лесная аптека — природные антибиотики

**В природе наше здоровье. О свойствах натуральных антибиотиков с давних времён было известно целителям и знахарям.**

## Клюква

Клюква — лучшая помощница при простуде. Достаточно растолочь её ягоды с сахаром или мёдом и добавить в чай. Клюква — ценный источник витамина С и антиоксидантов — веществ, продлевающих молодость. Соком клюквы можно обрабатывать раны, это отличный антисептик. Клюква нормализует желудочно-кишечную микрофлору.

Применяется при борьбе с мочеполовыми инфекциями.

## Калина красная

По целительным свойствам калина очень похожа на клюкву. Отвары и настои можно готовить не только из плодов калины, но и из листьев, коры и цветков. Они применяются в виде полосканий при ангине и ларингите, помогают восстановить «пропавший» голос. Доказано свою эффективность и такое домашнее лекарство, как калина в меду, с его помощью лечатся заболевания верхних дыхательных путей и отёки, связанные с нарушениями в работе сердечно-сосудистой системы.

## Брусника

Традиционно брусника используется в лечебных целях, так как она представляет собой очень ценное лекарственное растение.

Целебными у брусники являются ягоды и листья. Их лечебные свойства обусловлены химическим составом. В ягодах брусники содержится очень много витаминов, особенно они богаты витамином С. Для пополнения запасов этого витамина лучше есть свежие ягоды прямо с куста, так как в сухих плодах часть полезных элементов разрушается.

Однако в сушёных ягодах брусники также содержится немалое количество ценных веществ, поэтому их рекомендуется заваривать кипятком вместе с рябиной и шиповником и пить как витаминный чай.

По количеству содержащегося в бруснике каротина — витамина А — она превосходит даже клюкву, лимоны, яблоки, груши чернику и виноград. Также она богата витамином В2. В ягодах брусники содержатся катехины, сахара, дубильные и пектиновые вещества, минеральные соли, органические кислоты — уксусная, лимонная, яблочная, щавелевая и муравьиная.

Ягоды и листья брусники обладают дезинфицирующим и мочегонным действием и применяются при ревматизме, камнях в почках, цистите, подагре, пиелонефрите. В этих случаях используется свежая, мочёная и варёная ягода. Также брусника хоро-

шо усиливает действие антибиотиков и активность сульфаниламидных препаратов, именно поэтому она рекомендуется лихорадящим больным и для повышения аппетита после тяжёлых заболеваний и травм. В этих случаях весьма полезен брусничный морс, потому что он сочетает в себе противовоспалительное и мочегонное действие, подавляет развитие микробов и способствует выведению токсинов. Такой кислый напиток отлично утоляет жажду, а витамины в его составе восстанавливают силы. Такой морс также полезен при онкологических заболеваниях, раковой интоксикации.

Брусника известна как отличное ранозаживляющее, тонизирующее, жаропонижающее, противовоспалительное и антигельминтное средство.

Эта ягода способствует хорошему усвоению пищи, увеличивает выделение слюны, панкреатического и желудочного соков, поэтому она отлично подходит для лечения гастритов с пониженной кислотностью и воспаления поджелудочной железы. Также брусника применяется для лечения гипертонической болезни в качестве вспомогательного средства.

Брусничная вода хорошо помогает при солнечном ударе и перегреве, болях в суставах, а также используется для полоскания горла при ангине. Разбавленная брусничная вода применяется для промывания варикозных язв и охлаждающих компрессов. Роженицам полезно есть брусничное варенье, чтобы избежать появления мастита и прочих послеродовых воспалительных болезней. Обычно им назначается по 2–3 чайные ложки варенья. А брусничное варенье на меду является отличным средством от простатита.

Сок ягод брусники используется в качестве наружного средства при чесотке и лишаях. Швейцарские учёные выявили, что брусничный сироп способен обострять зрение. Поэтому они рекомендуют употреблять такой сироп пожилым людям и автомобилистам.

## Рецепты оздоровления с брусникой

Получить брусничную воду можно при вымачивании ягод. Она часто используется в качестве лёгкого слабительного.

Морс из брусники.

Чтобы приготовить брусничный морс, необходимо залить стакан брусники двумя стаканами воды и довести до кипения, затем добавить 5–6 чайных ложек сахара и варить ещё около 15 минут на слабом огне. Такой морс особенно хорош при простудных заболеваниях.

Сок брусники.

Этот сок с добавлением мёда рекомендуется при кашле для отделения мокроты. Также сок брусники с мёдом является общеукрепляющим средством, используемым при простуде, диабете, кори, артритах, подагре и ревматизме.

Брусничный сок также хорош при заболеваниях почек, печени, мочевого и желчного пузыря,

так как обладает хорошим мочегонным свойством. Назначается при отравлениях, диатезах, для лечения опухолей желудка и рака кожи.

## Живица хвойных деревьев

В Сибири и на Урале издавна применяли живицу кедра, пихты или лиственницы для обезболивания и быстрого заживления ран, фурункулов, язв, ожогов, порезов, укусов змей. В старину живицу сибирские знахари использовали для лечения бельма и катаракты, для быстрого сращивания костей при переломах, широко применяли в лечении рака, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, лечения заболеваний нервной системы.

## Горчица

Горчица оказывает противовоспалительное, антиоксидантное действие. Она улучшает процесс пищеварения и делает максимально усвояемой даже самую «тяжёлую» пищу. Давно известен «бабушкин рецепт»: при первых признаках простуды нужно попарить ноги в воде с горчицей или насыпать немного горчичного порошка в носки, тогда наутро «хворь как рукой снимет». Горчичный порошок, разведённый в тёплой воде с мёдом и применяемый для полосканий, лечит воспаление в горле и снимает ощущение «першения».

## Чеснок

Запах чеснока приносит облегчение при ангине, насморке и коклюше, нужно просто разрезать дольку свежего чеснока и вдыхать его аромат. Настой, приготовленный из измельчённых зубчиков, избавит от острит, вылечит ангину, кашель с мокротой и заболевания верхних дыхательных путей.

## Лук

Растительные антибиотики содержатся и в соке репчатого лука — как белого, так и красного. Спиртовая настойка лука может применяться для лечения респираторных инфекций как средство борьбы с кишечными паразитами. Эфирные масла, присутствующие в луковичах, активизируют работу желез носовой полости, бронхов и трахей. Вдыхание лукового аромата сопровождается очищением дыхательных путей. Сырой лук, в том числе и зелёный, полезно употреблять в пищу при кишечных инфекциях.

## Редька

Широкое применение в народной медицине нашли корнеплоды редьки, сок которых славится как мощное противостудное и отхаркивающее средство. Для него характерно и антисептическое действие, им можно обрабатывать раны. Сок редьки рекомендуется пить для улучшения аппетита и нормализации работы органов пищеварения. Но он противопоказан людям, страдающим гастри-

тами, язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки.

## Хрен

В химическом составе хрена присутствует вещество под названием бензилизотиоцианат — мягкая разновидность природных антибиотиков. Он подавляет бактерии, способные вызвать насморк, кашель, грипп, воспаления в почках, мочевом пузыре и мочевыводящих путях. Говорят, что эффективность 10-граммового кусочка хрена можно приравнять по эффективности к 20 граммам синтетических антибиотиков.

## Прополис

Спектр полезного действия прополиса широк: способствует скорейшему заживлению ран, поддерживает на должном уровне иммунитет и позволяет справиться едва ли не со всеми видами грибков, укрепляет стенки сосудов, оказывает обезболивающее действие.

## Чабрец

Ему присуще противовоспалительное, обезболивающее, отхаркивающее, бронхорасширяющее, спазмолитическое, слабое снотворное, противоглистное и многие другие свойства.

Помогает при гриппе, простуде, кашле и бронхите, тонзиллите и всех видах респираторных заболеваний, болезнях дёсен, воспалении почек и мочевого пузыря, при невралгии и различных неврозах. Женщинам полезно пить чай с чабрецом и делать из него ванночки при циститах и болезнях мочевой системы.

Так зачем же нам лечиться дорогостоящими покупными химическими таблетками, которые приносят больше вреда, чем пользы, и которые только лишь снимают симптомы, если у нас есть настоящая природная аптека, в которой есть все необходимые лекарства для нашего здоровья!

*Статья предназначена только для ознакомительных и образовательных целей и не заменяет профессиональные медицинские консультации, диагностику или лечение. Всегда консультируйтесь со своим врачом по любым вопросам, которые могут у вас возникнуть о состоянии здоровья.*

<https://vk.com/polza108>



## Польза свёклы для организма

Этот овощ имеет две особенности, которые обуславливают его широкое применение. Уникальный витаминно-минеральный и кислотный состав, не встречающийся ни у одного другого овоща. По своему воздействию на различные системы организма ни один из существующих овощей не имеет такого широкого спектра.

Примерно 90% компонентов, входящих в состав овоща, не разрушаются при термической обработке продукта. Это означает, что в большинстве случаев можно применять как сырой, так варёный, тушёный или маринованный продукт примерно с одинаковым терапевтическим эффектом.

Польза для здоровья красной свёклы обусловлена её химическим составом. Одним из полезных свойств овоща является его положительное влияние на перистальтику кишечника и регуляцию обменных процессов во всём организме. Такими свойствами овощ обладает благодаря входящим в его состав органическим кислотам и клетчатке. Последняя делает овощ просто незаменимым продуктом при борьбе с запорами. Польза свёклы натощак будет особенно актуальна в случае хронических форм этого заболевания.

В состав овоща входит и уникальное вещество бетаин, не содержащийся в таком количестве ни в каком другом продукте. Полезное воздействие этого вещества состоит в следующем:

- регуляция жирового обмена;
- поддержание процессов ожирения;
- защита печени;
- стабилизация кровяного давления.

Для организма человека польза свежей свёклы также заключается в регулировании работы кровяной системы. Люди, регулярно употребляющие её, никогда не страдают от малокровия.

Йод, содержащийся в овоще, благотворно влияет на функционирование щитовидной железы, укрепляя иммунную систему организма. Это особенно актуально для пожилых людей, а также тех, кто страдает от йодного дефицита.

Польза свекольной ботвы заключается в первую очередь в том, что при том же минеральном составе, что и корнеплод, она обладает гораздо меньшей калорийностью (почти в 3 раза), а белка содержится в ней более 40%.

Польза свёклы для сердца проявляется благодаря содержащемуся в ней магнию. Овощ рекомендуют применять при различных сердечных и сердечно-сосудистых заболеваниях: гипертонии, ишемии, атеросклерозе.

Польза свёклы в пожилом возрасте проявляется в первую очередь в качестве нормализации холестерина обмена. Кроме того, она помогает в процессах кроветворения. Замечена польза овоща в профилактике заболеваний нервной системы у пожилых.

Не последнюю роль играет и польза жмыха свёклы. Благодаря рекордной концентрации клетчатки (собственно, жмых и есть почти 100%-ная клетчатка), он является самым эффективным средством для очищения кишечника.

[https://vk.com/zdrava\\_predkov](https://vk.com/zdrava_predkov)

# О силе намерения



Каждая ваша мысль обладает энергией, которая делает вас сильнее или ослабляет. Конечно, было бы неплохо избавиться от ослабляющих мыслей, поскольку они мешают вам прийти в соответствие с универсальным, высшим Источником. Поразмышляйте над следующим наблюдением Энтони де Мелло из книги «Одноминутная мудрость» («One Minute Wisdom»):

*Почему здесь все, кроме меня, так счастливы? — «Потому что они научились видеть добродетель и красоту во всём», — сказал Мастер.*

*Почему же я не вижу добродетель и красоту во всём? «Потому что нельзя увидеть снаружи то, чего не можешь увидеть внутри себя».*

Вы проецируете во внешний мир то, что видите внутри себя, и если вы чего-то внутри себя не видите, не можете проецировать это вовне. Если бы вы знали, что являетесь выражением универсального Духа намерения, вы бы это и видели. Вы смогли бы повысить свою энергетику настолько, что уже ничто не смогло бы помешать вам соединиться с силой намерения. Только противоречия внутри вас, в ваших собственных чувствах, лишают вас возможности иметь все те блага, которые уготовила вам жизнь! Поняв эту простую истину, вы сможете преодолеть все преграды на пути к намерению.

Ваши мысли, чувства, тело обладают энергетическим действием. Чтобы вы могли воссоединиться с силой намерения, вам нужно увеличить частоту этой энергии. Это может показаться чрезмерно упрощённым подходом, но я надеюсь, вы всё же попытаетесь повысить свой энергетический уровень и тем самым преодолеть барьеры, не позволяющие вам ощутить и пережить совершенство, частью которого вы являетесь. Нельзя исцелить болезнь, проклиная её. Вы лишь добавляете деструктивную энергию к той, что уже привлекает всю вашу жизнь. Когда вы реагируете на низкую энергию окружающего мира такой же низкой энергией, вы лишь способствуете упрочению и расширению низкой энергии. Например, если кто-то поступает плохо по отношению к вам и вы отвечаете ему тем же, ненавидя его за то, что он ненавидит вас, вы участвуете в укреплении поля низкой энергии и негативно воздействуете на всех, кто попадает в это поле. Если вы озлоблены на окружающих за то, что они злы, вы пытаетесь вылечить болезнь, проклиная её.

Не используйте ослабляющую вас низкую энергию, которой пользуются окружающие. Они не смогут понизить вашу энергетику, если вы оперируете на высоких частотах. Почему? Да потому что более высокая и быстрая энергия сводит на нет и преобразует низкую, а не наоборот. Если вы чувствуете, как низкая энергия со стороны окружающих тянет вас вниз, это происходит потому, что ваша энергетика не выше, чем у них.

К примеру, вы твёрдо намерены быть стройным и здоро-

вым. Вы знаете, что универсальный всетворящий Дух оживил вас в микроскопической капле человеческой клеточной ткани не для того, чтобы вы болели, страдали от ожирения, были некрасивы. Он создал вас для того, чтобы вы дарили любовь, были добры и красивы. Таков был замысел силы намерения в отношении вас. А теперь поймите вот что: нельзя стать лучше, ненавидя себя таким, каким вы позволили себе стать. Почему? Потому что ненависть порождает ответную ненависть, которая сводит на нет все ваши усилия. Вот что пишет по этому поводу в своей книге «Энергия и сила» доктор Хокинс:

*«Простая доброта к себе и ко всему живущему является чрезвычайно мощной трансформирующей силой. Она действует безотказно, не имеет негативных побочных эффектов и никогда вас не разочарует. Она повышает вашу энергию, силу, власть, не предъявляя никакого счёта. Но чтобы достичь максимальной эффективности, эта доброта не должна знать исключений и не должна применяться в ожидании какой-то корыстной отдачи. Действие её настолько же мощно, насколько мало заметно».*

Отметим в скобках, что доброта является одним из семи ликов намерения. Далее автор добавляет: *«Вредоносное теряет способность вредить, когда выносятся на свет, и мы притягиваем к себе то, что излучаем».*

В плане преодоления низкоэнергетических преград урок ясен. Мы должны повысить уровень своей энергии, став тем светом, который ищем, став тем счастьем, о котором мечтаем, став тем неограниченным изобилием, к которому стремимся. Чем мы становимся, то и привлекаем в свою жизнь. Сетя же на отсутствие желаемого, мы увековечиваем это отсутствие.

Если вы живёте в бедности, отчаянии, депрессии, в отсутствии любви, не имея способности достичь того, чего желаете, вам нужно всерьёз задуматься о том, каким образом вы притягиваете все эти негативные обстоятельства в свою жизнь. Магнитом служит низкая энергия. Она проявляется в вашей жизни оттого, что вы сами излучаете её, пусть даже на подсознательном уровне. Она ваша, вы сами создаёте её. Но если вы сознательно нацелитесь на повышение своей энергетики, это поможет вам приблизиться к намерению и устранить все преграды, которые вы возвели перед собой сами.

## Мини-программа повышения энергетического уровня

Вот краткий список предложений по ускорению и повышению колебаний вашего энергетического поля. Следуя этим советам, вы убьёте сразу двух зайцев: устраните препятствия и позволите силе намерения работать с вами и через вас.

• **Осознавайте свои негативные мысли.** Каждая ваша мысль воздействует на вас. Ловя себя на мыслях, которые ослабляют вас, и переключаясь на мысли, делающие вас сильнее, вы повышаете частоту колебаний энергии и укрепляете себя и энергетическое поле, непосредственно окружающее вас. Например, когда я ловлю себя на том, что делаю выговор своей дочери, стремлюсь вызвать в ней чувство стыда за своё поведение, я немедленно останавливаюсь и напоминаю себе, что болезнь нельзя вылечить проклятиями. Вместо этого я проявляю любовь и понимание, спрашивая у дочери, какие чувства вызывает в ней её поступок и как бы она могла исправить положение. Это помогает повысить уровень энергии и ведёт к продуктивному диалогу.

Процесс повышения энергии до такого уровня, на котором мы воссоединяемся с силой намерения, занимает доли секунды. Этого времени достаточно, чтобы я осознал свои низкоэнергетические мысли и принял решение повысить их энергетику. Каждый из нас, осознавая свои негативные мысли, способен таким образом привлечь силу намерения на свою сторону.

• **Регулярно практикуйте медитацию.** Этим необходимо заниматься каждый день, хотя бы несколько мгновений, пока стоите на светофоре. Молчите и мысленно повторяйте как мантру имя Бога. Медитация позволяет вам установить сознательный контакт с Источником и вновь обрести силу намерения, развивая в вас отзывчивость, гармонирующую с созидательной силой.

• **Будьте разборчивы в еде.** Энергетический уровень продуктов питания также отличается. Пища, содержащая токсичные вещества, ослабляет вас, даже если вы не подозреваете о наличии этих веществ. Низкую энергетику имеют искусственные добавки вроде подсластителей. Как правило, продукты с высоким содержанием щёлочи, такие как фрукты, овощи, орехи, соя, бездрожжевой хлеб и оливковое масло холодно-

го отжима, занимают верхние позиции в энергетическом спектре и делают вас сильнее, а продукты с большим содержанием кислоты — мучные, молочные, мясные, сладкие — имеют низкую энергетику, ослабляющую вас. Это не абсолютная истина, ведь у каждого человека могут быть свои особенности, поэтому ориентируйтесь на своё самочувствие после употребления тех или иных продуктов. Если какой-то продукт вызывает чувство усталости, сонливости, слабости, можете быть уверены, что его употребление понижает ваш энергетический уровень, способствуя притоку низкой энергии в вашу жизнь.

• **Воздерживайтесь от низкоэнергетических веществ.**

Отказ от употребления алкоголя является абсолютно необходимым условием достижения того уровня сознания, к которому мы стремимся и который назначен судьбой. Алкоголь и наркотики, а также практически все искусственные лекарственные препараты снижают энергетику вашего тела и ослабляют вас. Кроме того, снижение энергетического уровня притягивает в вашу жизнь ещё больше ослабляющей вас энергии. Потребление низкоэнергетических веществ приводит к тому, что в вашей жизни регулярно появляются люди с таким же низким энергетическим полем. Они употребляют эти вещества вместе с вами с целью достижения кратковременного удовольствия и побуждают вас продолжать эту порочную практику.

• **Обращайте внимание на энергетику музыки, которую слушаете.** Жёсткие, тяжёлые музыкальные вибрации с повторяющимися громкими звуками снижают ваш уровень энергии и ослабляют вас и вашу способность к сознательному контакту с намерением. Аналогичным образом низкую энергетику несут слова песен, выражающие ненависть, боль, обиду, страх или насилие. Они проникают в ваше подсознание и притягивают в вашу жизнь такую же низкую энергию. Если вы хотите привлечь к себе умиротворение и любовь, слушайте такую му-

зыку и такие песни, которые отражают ваши высокие помыслы.

• **Проанализируйте энергетику вашей домашней обстановки.** Молитвенники, картины, хрусталь, статуэтки, духовные цитаты, книги, журналы, расцветка обоев и даже расположение мебели — всё это порождает энергию, в которую вы погружены по меньшей мере половину времени своей жизни. Если это кажется вам глупостью или абсурдом, настоятельно советуем отказаться от привычного мышления, которое вам навязали, и открыть свой разум неведомому. Пребывание в высокоэнергетической среде укрепляет дух и устраняет все барьеры на пути к намерению.

• **Не подвергайте себя воздействию коммерческого и кабельного телевидения с очень низкой энергетикой.**

Для телевизионных программ новостей характерен слишком большой перекоп в сторону зла, когда добро остаётся за рамками трансляций. В нашу жизнь вторгается мощнейший поток негативизма, притягивая ещё больше негатива. Насилие занимает слишком много места в телевизионных программах, перемежаясь рекламными роликами, где фармацевтические гиганты призывают вас искать счастье в таблетках! Зрителям твердят, что им не обойтись в борьбе со всеми известными психическими и физическими недугами.

На мой взгляд, большинство телепередач являются источником низкой энергии. Именно поэтому я уделяю много времени и сил поддержке некоммерческого общественного телевидения, стараясь привнести свою лепту в то, чтобы проявления негативизма, безнадёжности, насилия, невежества и неуважения на телеэкранах сменились проявлениями высших идеалов, гармонирующих с силой намерения.

• **Улучшайте своё энергетическое поле фотографиями.**

Возможно, вам трудно в это поверить, но фотография является формой воспроизведения



энергии, и каждый снимок обладает собственной энергетикой. Окружайте себя одухотворяющими фотографиями, снятыми в моменты проявления счастья, любви и отзывчивости, дома, на работе, в автомобиле, носите фотографии при себе в карманах и даже в бумажнике. Фотоснимки, на которых запечатлены природа, животные, проявления радости и любви, наполнят ваше сердце высокой энергией.

Повышайте энергетический уровень, находясь в энергетическом поле высокодуховных людей. Держитесь поближе к людям, которые способствуют вашему воссоединению с намерением, которые видят величие в вас, которые ощущают свою связь с Богом и самой своей жизнью, свидетельствуют о том, что Дух нашёл в них идеальных проводников силы намерения. Помните, что высокая энергия нейтрализует и преобразует низкую энергию, и старайтесь окружать себя людьми, связанными с Духом и живущими согласно своему предназначению. Оставляйте в их поле, и злора, ненависть, страх, отчаяние растворяются — преобразуются в высшие проявления силы намерения.

**• Следите за своим поведением.** Избегайте низкоэнергетических полей, порождаемых потреблением алкоголя, лекарственных препаратов и проявлениями насилия, общественных собраний, где внимание акцентируется на религиозной или этической исключительности той или иной группы людей, где правят бал предрассудки, предвзятость, предубежденность. Всё это мешает вам повышать энергетику и настраивает на низкую, ослабляющую вас энергию. Выезжайте на природу, ходите в походы, гуляйте в парках, купайтесь в море, откройте для себя всю красоту мироздания. Посещайте духовные лекции и семинары, монастыри и центры медитации, занятия по йоге, практикуйте массаж, занимайтесь благотворительностью, навещая стариков в домах престарелых или больных детей в клиниках. Любое занятие имеет свою энергетику. Старайтесь бывать в тех местах, где энергетические поля отражают семейных намерения.

**• Делайте добро, ничего не прося взамен.** Анонимно оказывайте финансовую поддержку нуждающимся и делайте это от всего сердца, не ожидая в ответ даже слов благодарности. Учитесь быть добрыми, оставляя своё эго, которое ждёт, не дожидаясь похвал в ваш адрес — за кадром. Это совершенно необходимо для соединения с намерением, потому что универсальный Дух отвечает на вашу доброту добром, спрашивая у вас: «Чем могу быть полезен?»

Подберите мусор, валяющийся под ногами, бросьте его в урну и не рассказывайте никому о своём поступке. А ещё лучше посвятите несколько часов уборке не вами созданного беспорядка. Я называю это одержимостью добротой. Любое проявление доброты к себе, к другим или к окружающей среде гармонизирует вас с добротой, присущей универсальной силе намерения. Добрая энергия, излучаемая вами, сторицей возвращается в вашу жизнь.

По материалам книги  
Уэйн У. Дайер «Сила Намерения»  
[https://vk.com/slavyanskaya\\_zdrava](https://vk.com/slavyanskaya_zdrava)

# Мозг не уходит на пенсию по возрасту

Основываясь на последних исследованиях в области нейронаук, геронтолог доктор Gene Cohen утверждает, что мозг пожилого человека гораздо более пластичен, чем принято считать. В течение жизни наш мозг кодирует мысли и воспоминания, формируя новые нейронные связи. Кроме того, более интегрированным становится взаимодействие правого и левого полушарий мозга, что расширяет наши творческие возможности.

Не такой быстрый, как в молодости, мозг здорового пожилого человека выигрывает в гибкости. Возможно, поэтому именно в зрелом возрасте мы делаем более точные выводы и принимаем мудрые решения. Кроме того, было обнаружено, что с возрастом наш мозг спокойнее реагирует на отрицательные эмоции.

Особенности работы мозга в среднем возрасте (60–70 лет):

- нейроны головного мозга не отмирают (полагали до 30%), а могут пропадать связи между ними в том случае, если человек не занимается серьёзным умственным трудом;

- с возрастом в головном мозге возрастает количество миелина (белое вещество мозга) и достигает максимума после 60 лет. Это вызывает ускорение прохождения сигналов от нейрона к нейрону, и интеллектуальная «мощь» возрастает в 30 раз;

- рассеянность и забывчивость — расплата за избыток информации в «оперативной» памяти;

- в среднем возрасте человек становится более устойчив к стрессам и может более эффективно работать в условиях сильной эмоциональной нагрузки;

- с 60 лет человек при решении проблем использует одновременно не одно полушарие, как у молодых, а оба (мозговая амбидекстрия);

- в среднем возрасте значительно возрастает интуиция;

- пик когнитивных функций находится в интервале 60–70 лет;

- при здоровом образе жизни интеллектуальная «мощь» не падает с возрастом, а только возрастает, достигая пика в 80, а иногда и в 90 лет.

Если вы хотите использовать силу вашего мозга по максимуму, придерживайтесь следующих советов:

- **Занимайтесь спортом**, всем, что вам подходит, в разумных пределах или разными системами оздоровления, например, йогой.

- **Следите за осанкой.** Осанка влияет на мыслительный процесс. Проверьте это на себе. Попытайтесь решить в уме любую математическую задачу, сидя неправильно и смотря в пол. Потом попробуйте сделать то же самое, только уже сидя с прямой спиной, смотря вверх или прямо перед собой. Вы заметите, что легче думать всё-таки во втором варианте.

- **Следите за кровообращением.** Плохое кровообращение не позволяет человеку полностью сконцентрироваться. Если вы долго находитесь в одном и том же положении, постарайтесь хотя бы в течение 1–2 минуты размять ноги. Это позволит восстановить циркуляцию крови. Лучший регулятор кровообращения — имбирь и трюфель.

- **Тренируйте мышление.**

Важны не только физические упражнения. Вы можете развивать различные области своего мозга, заставляя их работать. Пробуйте новые вкусы и запахи. Пробуйте делать что-нибудь левой рукой (если вы правша, и наоборот). Путешествуйте по новым местам. Занимайтесь искусством. Читайте произведения классиков.

- **Спрашивайте «Почему и зачем?»** Наш мозг предрасположен к любопытству. Лучший способ развивать любопытство — всё время задавать вопросы: почему и зачем? Пусть это будет новой привычкой. Вы будете поражены тем, сколько возможностей откроется перед вами в жизни и работе.

- **Избавьтесь от негативных мыслей.** Мысли, которые нас посещают, имеют большое значение для работы мозга. Счастливые, оптимистичные мысли оказывают успокаивающий эффект на мозг, в то время как негативные мысли приводят к депрессии и беспокойству. Лучше вообще не думать, чем думать негативно.

- **Больше смейтесь.** Учёные говорят, что громкий смех полезен для здоровья. В процессе громкого смеха вырабатываются

гигиенические загадки. Всё это очень хороший способ активизировать мозг и поддерживать его активность. Избегайте загадок, которые не можете разгадать.

- **Слушайте Моцарта.** Музыка Моцарта повышает способности мозга, потому что заставляет слушателей чувствовать себя лучше. Происходит одновременно расслабление и стимулирование организма.

- **Улучшайте навыки.** Обычные занятия, такие как вышивание, чтение, рисование и разгадывание кроссвордов, очень важны. Заставляйте себя выполнять всё это по-новому, находите оригинальные решения, чтобы улучшить свои навыки. Читайте новые книги, изучите новые способы рисования, разгадывайте более сложные кроссворды. Достижение более высоких результатов поможет вашему мозгу быть здоровым.

- **Играйте.** Выделите время на игры. Играйте в карты, в видеоигры, в настольные игры, даже в морской бой или крестики-нолики. Игра улучшит настроение и работу мозга. Это научит мозг думать стратегически, изобретательно.

мы особенно важны в возрасте 80 и более лет.

- **Играйте со страстью.** Когда в жизнь людей входит изучение и творчество, они отдают своей работе на 127% больше. Восхищайтесь сами и восхищайтесь миром. Помните, что вы любили делать, когда были ребёнком, и сделайте это, будучи взрослым. Это ключ к вашему гению. Не бойтесь «впасть в детство». Это происходит рано или поздно со всеми, но не все понимают пользу от этого.

- **Определите циклы сознания.** Определите то время, когда ваше сознание наиболее активно. Это может быть утро, вечер, ночь...

- **Пишите.** Вести личный дневник очень полезно. Это очень хорошая стимуляция мозга. Пишите письма неизвестным людям. Неполучение ответа не очень важно. Письма позволяют расширить возможности мозга. Найдите способы писать, чтобы вас смогли читать остальные. Это могут быть истории вашего детства, смешные или забавные случаи, которыми вы хотите поделиться с другими людьми. Заведите блог, чтобы вас могли читать как можно боль-



эндорфины, и это помогает снять напряжение.

- **Развивайте память.** Мозг — это машина памяти. Возьмите старый фотоальбом или школьный дневник и вспоминайте. Проведите время со своими воспоминаниями. Но вспоминайте только хорошее. Позитивные эмоции от воспоминаний помогут вам справиться с проблемами.

- **Отдыхайте.** Во время работы всегда делайте перерывы. Это поможет снять напряжение, которое появляется из-за того, что вы слишком долго сидите на одном месте.

- **Разговаривайте с воображаемым другом.** Разговаривая и получая советы от воображаемого собеседника, вы способны открыть доступ к информации, находящейся на подсознательном уровне. Лучше всего разговаривать вслух.

- **Разгадайте загадки.** Некоторые из нас любят мозаики, некоторые кроссворды, а кто-то ло-

- **Спите с ручкой и бумагой.** Просмотр ключевой информации перед сном улучшит её запоминание на 20–30%. Вы можете держать около кровати какую-нибудь книжку для чтения перед сном, если она не будет сильно утомлять вас. И обязательно держите ручку с блокнотом рядом с кроватью. Если появится какая-нибудь навязчивая мысль, она не даст уснуть, пока вы её не запишете. Не огорчайтесь, если утром она покажется глупой или нелепой. Главное, что мозг проделал работу.

- **Концентрируйтесь.** Концентрация может улучшить работу мозга. Учитесь замечать, когда вы отвлечены. Возьмите себе за привычку задумываться и спрашивать себя: «Какие мысли и почему сейчас у меня крутятся в голове?» Запишите с вечера крупными буквами, что вам нужно сделать завтра, и повесьте листок на видном месте. Это может избавить вас от этой мысли и поможет мыслить более ясно. Такие приё-

ше людей. Общайтесь!

- **Используйте ароматерапию** для активации мозга. Ароматы можно использовать для поднятия тонуса или расслабления. «Энергетики» включают в себя мяту, кипарис, лимон, сок эфирного кактуса. Для расслабления вам понадобится герань, роза или тибетский одуванчик. Предварительно удостоверьтесь, что у вас нет аллергии на масло.

- **Окружите себя вдохновителями.** Общайтесь с вдохновляющими вас людьми, как с современниками, так и из прошлого времени.

Независимо от того, сколько вам лет и чем вы занимаетесь, вашему мозгу просто необходима нагрузка. Это могут быть логические задачи, запоминание Шекспира или изучение китайского языка. Заставьте ваш мозг напряжённо трудиться, если вы не хотите, чтобы он заржавел, как автомобиль на свалке.

[https://vk.com/v\\_e\\_d\\_i](https://vk.com/v_e_d_i)

# Сочинение для родителей



**Ж**еня шла домой с апрельского родительского собрания и, преодолевая мысли о головной боли, которая вот-вот должна была начаться, думала.

Зоя Васильевна, классная руководительница её 12-летних близнецов Пети и Вани, всегда проводила родительские собрания, не просто перечисляя успехи и неудачи учеников, а с изюминкой.

Родителям на этих собраниях казалось, что они снова стали детьми, сели за школьные парты и с ними проводят воспитательные беседы. Зою Васильевну, учителя со стажем и многими званиями, уважали. На собрания ходили все, пропускать даже не думали.

— Перестаньте думать, что школа может всё! — кипятилась Зоя Васильевна. Она стала учителем по зову души и очень переживала за каждого своего ученика. — Вашим детям 12 лет! Они уже не маленькие, но ещё и не большие. Совершенно не большие! Они могут дерзить вам, но вы остаётесь для них главным авторитетом. Наиглавнейшим! Дети смотрят на вас, хотите вы этого или нет, замечаете вы это или нет.

Далее следовал рассказ о том, что Вася Булкин ходит в неглаженной одежде (родители уходят рано, приходят поздно, а к уюту не допускают). Марина Важнович решила сесть на диету с её 35 кг на весах и подбивает к тому же остальных девочек, из-за чего завтраки и обеды остаются нетронутыми, а Свету Васину вчера даже тошнило от голода. Причина была простой — мама Марины в очередной раз перешла на овощи и фрукты, почувствовав, что ей слегка жмёт юбка 44 размера.

Завершила собрание Зоя Васильевна, сообщив «самое ужасное». Лёша Кабанчиков вдруг во всеуслышание заявил, что школьное образование нужно не всем и лично ему вряд ли понадобится. По выходным он работает с родителями в их личном небольшом кондитерском цехе и не видит смысла в том, чтобы изучать такие предметы, как география и геометрия.

— Чему? Чему вы учите своих детей?! Какой пример показываете?! Чего добиваетесь?! — Зоя Васильевна схватила за голову, бегая перед доской. — Понимаете?! Школа может многое, но не всё! Кого растим?! Скажите, кого?!

Родители примолкли. Мама Васи Булкина вжала голову в плечи, отец Лёши Кабанчикова напряжённо смотрел в окно, боясь встретиться взглядом с классной.

— Ну что ж, я долго думала, но, видимо, выбора у меня нет, — вздохнула Зоя Васильевна и продолжила более уверенно: — Это никем не предписано, но я возьму ответственность на себя. Говорят, воспитание детей надо начинать с их родителей. Я дам вам задание, которое должен будет сделать каждый, кто желает добра своим детям.

Родители настожились.

— Если есть те, кто не готов, не

хочет, не имеет времени, скажите об этом сейчас, — оглядела класс Зоя Васильевна.

Поднятых рук не было.

— Хорошо, — удовлетворённо кивнула учительница. — Я прошу вас написать сочинение на тему «Какой мир я хочу оставить своим детям, и на что я ради этого готов». Только, пожалуйста, конкретней, поменьше общих слов про любовь, дружбу и мир во всём мире.

Полкласса охнуло.

— А что будет потом? — спросила за всех Женя.

— А потом будем действовать, дорогие родители, — со всей серьёзностью ответила Зоя Васильевна. — Будем действовать! Сочинения жду через неделю.

## Опытный наставник

Расходились молча. Женя жила неподалёку, но решила пройтись. Зоя Васильевна удивила всех. Ни Женя, ни другие родители никогда себе таких вопросов не задавали. Но авторитет учителя сомнению не подлежал. Попасть в класс Зои Васильевны считалось в городе небывалым везением. Причём учительница брала обычно трудных детей, а также тех, кто учился ниже среднего и даже серьёзно отставал в развитии.

Уже за первый год в её классе дети становились Коллективом с большой буквы и подтягивались по всем предметам. На следующий — начинали участвовать в олимпиадах, соревнованиях и конкурсах и неизменно брали призовые места. Ещё два года уходило на то, чтобы стать образцовым классом, который приводили в пример всем остальным.

Не всем педагогам это нравилось. Зоя Васильевна давно привыкла к зависти и палкам в колёсах, но с дистанции никогда не сходила. Силы ей давали молодые педагоги, которые когда-то уговорили её стать их наставником, и с тех пор она передавала молодёжи свой опыт и знания. Идея с сочинением пришла ей в голову прямо на том собрании, когда она увидела, как расслабились родители, решив переложить заботы о воспитании детей на её плечи. Теперь Зоя Васильевна не терпелась прочитать сочинения и узнать, о чём думают родители.

## Задача не из лёгких

Головная боль становилась сильнее. Женя думала о том, что приготовить на ужин, где купить две пары кроссовок и как найти деньги на летний спортивный ла-

герь. Она работала экскурсоводом в музее. Работу свою любила, хоть и платили немного. Муж Андрей зарабатывал, занимаясь грузоперевозками. На своей огромной фуре он возил машины с автозаводов в автосалоны. Дома бывал не часто, но семья была крепкой. Мальчишки отца любили и уважали. Вместе с Женей по вечерам они звонили отцу и рассказывали о том, как прошёл день. Андрей слушал, даже если очень хотел спать.

— Андрюш, — начала Женя, когда мальчики рассказали о своих делах и ушли в комнату. — Нам с тобой Зоя Васильевна задание дала. Сегодня собрание было. Надо за неделю сделать.

— Сделаем, Женя, не волнуйся, — улыбнулся муж и попросил. — Отправь мне по электронной почте, я потом прочту, хорошо? Ложиться пора. Меня сегодняшняя пробка измучила донельзя.

Женя легла, как обычно, поздно. Телевизор, под монотонное бурчание которого привыкла засыпать, включить не стала.

«Итак, какой мир я хочу оставить своим детям, и на что я ради этого готова... — задумалась она. — Звучит-то как!»

И засмеялась. Показалось ей, что будто она правитель мира и вершитель судеб. Разве не смешно? Экскурсовод в музее разве может что-то изменить? Ну, может, только в самом музее. Но там вроде всё было хорошо. Картины висели, программы составлялись, посетители каждый день заходили.

«Ну чего я хочу для своих детей? Вопрос простой же! — сама себя подбодрила Женя. — Мира хочу, доброты, радости, чистоты. Чтобы себя нашли, хочу. Чтобы счастливыми были, здоровыми, успешными. Все этого хотят для своих детей. Ничего в этом такого и нет!»

Женя включила ночник и записала свои пусть и неконкретные мысли. Оставалось ответить на вторую часть вопроса. На что она готова ради этого?

«Это уже интереснее, — улыбнулась Женя. — На что я готова? На всё? Но тогда что я должна делать? Или, может, я ни на что не готова? Пусть само всё как-то катится. Я же как-то выросла, и они вырастут... Ну и заданье вы задали нам, Зоя Васильевна!»

Женя усмехнулась, почувствовала, что головная боль стала затихать, и уснула.

## Идея пришла!

В школу бежали вместе. Вернее, по одной дороге, потому что Жене и мальчишкам надо было в одну сторону, просто мальчишки

раньше сворачивали в школьный двор, а Женя летела дальше, на остановку и в музей.

С сочинением Женя затынула. Сдавать надо было уже сегодня вечером, а она ещё никак не могла решить, чего конкретно она хочет и что будет делать. Идея пришла сама собой, когда около музея Женя снова увидела валяющийся мусорный мешок. Кто-то снова не донёс свой мусор до урны.

«Чистый мир — вот что я хочу для своих детей. Красивый, чистый мир, — подумала Женя. — А что? В подъезде у нас постоянно бумажки валяются, перила оторваны, почтовые ящики открытые стоят. Во дворе тоже ветер пакеты носит. Лужайка какая-то вытоптанная. А ведь можно такую красоту устроить!»

Женя загорелась, всё в ней забурило от идеи и мыслей. Сочинение она быстро написала, даже по пунктам расписала, что делать будет, и отправила по электронной почте Зое Васильевне.

Ответ от учительницы пришёл этим же вечером. Зоя Васильевна писала сразу всем родителям о том, что они большие молодцы, что отлично поработали и прислали хорошие сочинения. Только часть из них подумали не о том и потому должны переписать.

«Когда я говорила про тему сочинения, — писала Зоя Васильевна, — то не имела в виду, что нужно оставлять детям квартиры, машины и кондитерский цех. Не заведение пишите! Тот, кто понял, что я о нём сейчас говорю, жду ваши новые сочинения к следующему вечеру».

Далее учительница давала всем месяц на то, чтобы начать действовать. В конце учебного года родители должны были выступить с презентацией перед своими детьми, но пока Зоя Васильевна просила ни о чём им не говорить.

## Время действовать

Женя трудилась по выходным. Взятая она за дело с энтузиазмом. Первым делом отмыла подъезд, все пять этажей. Две соседки её поддержали: «Давно хотелось чистоты, да казалось, никому это не нужно», — сказали они и принялись отмыкать всякие надписи со стен.

С перилами помог дядя Саша с первого этажа. «Посторонись, не женское это дело», — проворчал он, увидев Женю с молотком и гвоздями. Сосед сначала все перила снял, на день забрал на работу, у него рядом столярный цех был, а потом принёс новые перильца. Вернее, старые, но выглядели они, как новые — гладкие, покра-

шенные весёлой голубой краской. Дядя Саша и ящики почтовые поправил.

Женя за это время окна помыла и вынесла пару цветков на подоконники. Уютнее стало! Совсем подъезд преобразился, когда Женя принесла репродукции художников. У них в музее как-то проект художественный был, а потом репродукции на склад отправили за ненадобностью. Женя подошла к директору, объяснила, чем занимается, и попросила отдать несколько. Директор отдал всё, сказав, что идея хорошая.

Затем пришло время лужайки под окнами, благо уже начался май. Погода стояла хорошая. Женя прибралась, убрала все старые растения, обрезала кусты и посадила цветы. С рассадой две бабушки помогли со второго и четвёртого этажей. Они для дачи выращивали. А тут не только ростками поделились, но и пообещали ухаживать, как за своими.

Останавливаться Женя не стала. Заодно на детской площадке прибралась. Молодые родители, чьи дети каждый день сюда играть приходили, помогли. Скамейки починили, песочницу повыше сколотили, территорию, где дети бегали, небольшим заборчиком огородили.

Андрей, вернувшись из командировки, повесил баскетбольное кольцо и смастерил футбольные ворота. Для большого поля места не было, но ребята и так придумали, как играть.

За месяц двор похорошел, да и соседи передружились, пока вместе работали.

## Итоги

В конце учебного года Зоя Васильевна пригласила всех учеников и родителей на открытое родительское собрание. В этот раз оно проходило в актовом зале. На сцене стоял большой экран, к нему был подключен проектор. Дети сидели на стульях, а родители, волнуясь, толпились за сценой. Каждый из них подготовил презентацию, в которой должен был за одну минуту дать ответ на тот самый вопрос: «Какой мир я хочу оставить своим детям, и на что я ради этого готов?».

— Дорогие ребята, — открыла собрание Зоя Васильевна. — Должно быть, вы заметили, что ваши родители последний месяц много трудились. Все вы им помогали, хотя порой и не понимали, что происходит и почему. Сейчас ваши родители вам всё объяснят.

И на сцену стали по очереди выходить взрослые и рассказывать, что и зачем они делали. Так, родители Васи Булкина месяц назад собрали всех мальчишек класса и научили их правильно гладить брюки, пиджаки и рубашки, а также показали, как обращаться с электроприборами. Папа Васи так увлёкся, что даже разобрал утюг и показал мальчишкам, как он работает и что нужно делать, если вдруг перестал. Встреча оказалась такой интересной, что с тех пор по выходным все мальчишки стали собираться у Васи, а его папа каждый раз разбирал на части новый электроприбор. И всегда собирал его правильно.

Мама Марины Важнович поправилась ещё на пару килограммов, а заодно рассказала девочкам в классе, как одеваться так, чтобы подчёркивать свои достоинства и скрывать недостатки. А ещё она научила шестиклассниц готовить вкусные, а главное — некалорийные пироги и десерты.



Родители Лёши Кабанчикова тоже не остались в стороне. Они организовали экскурсии в свой цех, на которых наглядно показывали школьникам, какие знания им пригодятся, если те захотят заняться своим делом. И выходило, что и география, и геометрия им точно пригодятся.

Последними выступали Жена с Андреем. Они рассказали, что очень хотели бы, чтобы не только их мальчишки, но и все дети жили в чистом и красивом мире. И показали фотографии того, что сделали.

— Мам, пап, неужели это всё ради нас? — заволновались их сыновья. — Все вот эти лавочки, и новые перила, и цветы на подоконниках?

— Ради вас, — сквозь слёзы ответила Жена. — Мы с папой вас очень любим.

Мальчишки не выдержали и бросились к родителям, чтобы обнять и сказать спасибо. А когда они оглянулись, то увидели, что все дети обнимают своих родителей. И только Зоя Васильевна стоит одна и плачет.

— Нет, нет, нет, не обращайтесь внимания, — повторяла и повторяла учительница, — это я от радости!

И тогда дети подошли обнять свою учительницу, а родители принесли из-за сцены огромный букет роз, который специально для Зои Васильевны подготовили заранее.

## Ради любви и уважения

Открытое родительское собрание завершилось. Жена и Андрей шли с сыновьями домой.

— Мама и папа, спасибо вам, — снова начал Ваня срывающимся голосом. — Знаете, это лучший подарок, который вы могли сделать нам. В подъезде красиво и уютно, во дворе все улыбаются, под окнами у нас теперь цветы. Я... Мы... Ну, такого же не бывает, да? Чтобы вот так — ради своих детей?

— Конечно, бывает, сынок, — усмехнулся Андрей, тоже еле сдерживая слёзы. — Мы же любим вас.

— Мы тоже будем действовать, — продолжил Петя. — Мы теперь поняли, чего хотим. Ваня будет придумывать и рисовать самые необыкновенные детские площадки, а я буду их строить. И не только для своих детей, но и вообще для всех. Там даже горка для родителей будет и огромные качели.

Жена с Андреем рассмеялись и открыли дверь в подъезд. Уже дома они поставили чайник и достали из холодильника торт. До позднего вечера дети и родители пили чай и обсуждали, что ещё они обязательно сделают для своих будущих детей, внуков и даже правнуков.

И было ясно, что отныне в этой семье отношения всегда будут полны любви и уважения, цели у них будут общие, и трудиться они будут с радостью. Невероятное, полное и абсолютное счастье пришло в их дом, чтобы поселиться здесь навсегда.

Эксперимент Зои Васильевны уже на следующий год стали проводить в каждой школе. Говорят, не было таких родителей, кто отказывался, и поэтому с каждым годом город расцветал и становился лучше и лучше. Слышали мы и то, что в нашем городе со следующего года тоже будут внедрять этот проект. Поддержим?

Мария ПАШИННИНА

<https://vk.com/vasilisanrav>

Как человек, защищающий вторую диссертацию по педагогике, я знаю, что на деле выводы в конце диссертации нужно проверять как минимум лет через 10. И вот уже во взрослом возрасте, состоявшись, могу сказать, что дало мне обучение дома, и покажу, как это происходило.

Я училась на семейном образовании (СО), это официальный термин в российской системе образования, с третьего класса параллельно с учёбой — в музыкальной школе.

У меня было очень много концертов, а времени «ходить в школу», где преподавание большинства предметов давно уже отстаёт от жизни, не было. Зато всегда находилось время на чтение. Поэтому прочитать и «сдать» учебник (все-го одна книжка по каждому предмету, пусть и не самая интересная) мне понятнее и разумнее, чем слушать его растянутый пересказ, сидя за партой, и писать сто контрольных вместо одной короткой аттестации.

Наша общеобразовательная школа, кстати, в основном не даёт знания, она их только постоянно проверяет. Не замечали? На это она и настроена.

К тому же не было и речи, чтобы просто сдать меня в детохранилище, пока родители на работе: я помню, как мама между работой и домашними делами тащила меня по снегу в 6 утра на музыку, и не помню ни одной жалобы на этот счёт.

Мы с мамой честно, как все, попробовали «отходить» в школу, и я помню свои эмоции от ощущения бесполезного времяпрепровождения, абсолютно неинтересного общения (я всегда любила общение и отношения с общими интересами, а оно возможно только в соответствующих сообществах) и к тому же непонятную мне необходимость ранних вставаний.

Да, я «сова», и для меня встать раньше определённого времени — значит испортить себе настроение и продуктивность на весь день. На репетицию или концерт я всегда готова, а чтобы куда-то «сходить» без весомой причины — не вижу смысла. В общем, после полугодия таких мучений начала почти постоянно болеть и всё равно большую часть времени школу пропускала.

Решение уйти из школы в ответ на мамино предложение было простым и непростым одновременно, где-то внутри всё же немного переживала за свою «социализацию», ну и мальчик был, который мне нравился. Но я очень сильно чувствовала себя не в своей тарелке, и мне катастрофически не хватало времени на себя, на свои концерты, на свои «подумать».

Ребёнок на СО более продуктивен (моё мнение). Я успевала и позаниматься, и погулять, и в музыкальную школу сходить, и вечером с родителями пообщаться, и любимые книжки почитать, и фильмы посмотреть (видеомагнитофон и планшет родители никогда не запрещали).

Я продуктивна во второй половине дня, ранние вставания для меня — гарантия плохого сна, плохого настроения на весь день и плохого рабочего состояния. Я ничего не соображаю, быстро устаю.

Не задумывались, сколько таких детей? А сами любите «ходить в офис» к 9 утра? Или мечтаете работать так, как вам удобно? А ребёнок, привыкший выбирать себе удобный режим и способ работы, взрослым так и поступит: выберет себе дело по душе с подходящим режимом и оплатой труда.



# Семейное обучение

## позволило мне быть собой...

На домашку на самом деле уходит 1–2 часа в день. Вы удивитесь, но это уходит «на домашку без школы», то есть прочитать учебник или другой материал, вникнуть в тему, выполнить задание по теме. Когда захотел, тогда и переключился.

Мы не роботы, наш мозг, тем более мозг ребёнка, нуждается в переключении деятельности (вот это типичное «он(а) у вас отвлекается!»).

И правильно делает, что «отвлекается», ведь 45 минут одинаковой деятельности, одинаковым голосом, в одинаковой позе ни один нормальный ребёнок выдержать не может.

Заходит тема — можно освоить и всю сразу, а не как в школе, где всё по кусочкам: и простое, и сложное.

Многие дети приходят в школу умеющими читать и переписываются с родителями в гаджетах. Представьте, какая скуотища им «изучать» слог и писать в прописях!

А зазубривание таблицы умножения чуть не целый год вместо нормального счёта или интонационного счёта вообще способно вогнать в эмоциональный и мозговой анабиоз. Чувствую, именно это и вызывает у многих детей защитную реакцию в виде разных болезней (чаще всего психосоматическую), а у родителей соответственно уверенность, что с ребёнком что-то не так, раз он постоянно болеет.

Зато читать, играть (собирать конструктор, рисовать, расставлять солдатиков, гонять в футбол) или, как я, музицировать человек может часами. Почему? Потому что выбирает сам. Потому что увлечён. Потому что растёт вместе со своим увлечением и там реализуется. А в школьной системе — «отрабатывает».

А как же быть с дисциплиной и организованностью, которые якобы воспитывает школа и которые чуть ли не важнее полученных там знаний? И с тем, что «вдруг ребёнок чего-то не поймёт?»

Удивительный для многих родителей факт: программу школы, особенно «трудную» для старших классов, «расслабленные и недисциплинированные домашники» проходят в два раза быстрее, это стандарт. То есть примерно за полгода — годовой курс.

Можно за год пройти и сдать два класса, но это уже сложнее, примерно как «упахиваться» в школе (я пробовала). По учебникам и с дополнительными материалами. Не напрягаясь, без нервов

и постоянных оценок. Без многократного выслушивания, как на вопросы по кругу отвечают другие.

Потому что «домашники» настроены не на процесс, а на результат. Кто побыстрее сдаст и избавится от обязательной рутины, а кто освободит себе побольше времени на любимое дело. Интересные им самим предметы и процессы такие дети изучают в гораздо большем объёме, чем средний школьник.

Теперь пару слов о пресловутой социализации. Мамы детей на СО считают «школьных» дикими — те орут и носятся на переменах, не слушают друг друга, не умеют разговаривать и договариваться, занять себя сами, не задумываются и не осознают ни материал, ни свои поступки, ни их последствия. Отсюда же и отсутствие мотивации.

Настоящая, качественная социализация возможна в коллективах и сообществах с общими интересами: когда люди работают над одной задачей, одним проектом, на одну цель, увлечены общей деятельностью и интересами (кружки и секции, игры, обмен эмоциями — и желательно не токсичными, — знаниями или информацией).

И, наконец, главный вопрос, который мне обычно задают как педагогу и как взрослому «домашнику»: как же заставить ребёнка заниматься, если он на домашнем обучении (да и вообще учиться)?

Первое — прекратите ребёнка заставлять и прислушайтесь к нему. Помогите ему определиться со сферой интересов и соответствующим кругом знаний, а дальше — выстроить систему самообразования и планирования, основанную на положительной мотивации: час (два) «обязаловки» — и свободен для своих занятий (пусть скажет или напишет, каких, планирование — наше всё, с ним действительно легче).

А второе — домашнее образование даёт возможность учиться самостоятельно.

Каждый день я учусь и продолжаю это делать. И в детстве мудрая мама дала мне возможность выбирать самой, что мне нравится, формировать свой день, учиться планированию и развиваться.

Не поверите: любой ребёнок понимает, что он не может не закончить школу, и это необходимо, с которой мы все живём. Я совершенно не потерялась, не заленилась, не сникла.

Семейное обучение позволило мне быть собой, наслаждаться жизнью и каждой свободной минуткой и формировать профессию

нальные навыки, чтобы к 14 годам быть готовой продолжать заниматься тем, чем всегда мечтала, — музыкой.

Я с лёгкостью планирую день. Чем больше вкладываю в бизнес, тем больше его отдача, и успеваю с удовольствием почитать, а сейчас с огромным воодушевлением делаю свой очередной музыкальный альбом. Раз в неделю — культурный выход, ещё разок — мероприятие. Сами понимаете, никто за меня не планирует и не заставляет — ни начальник в офисе, ни бог, ни царь, ни президент. Я уважаю свой труд.

Уважение — такая сложная и важная штука, что если уважаешь себя, то точно уважаешь и других или к этому стремишься.

Я всё четко планирую и в то же время готова к неожиданностям. Мой день всегда расписан по минутам, и одновременно монитору количество сил, а главное — своих собственных желаний.

И если, проснувшись с утра, понимаю, что чего-то не хочу, то я не хочу и не буду это делать сейчас. Я всегда отвечаю за все свои решения. Не могу скинуть что-то на маму, папу, школу, общество. Я сама решала, куда поступать, сама поступала, сама сдавала экзамены, искала работу, сама работала, потому что, будучи на СО, сама ставила в план экзамены и сама к ним готовилась.

Конечно, поддержка и помощь очень важны, но если людям непонятно, что поддерживать и за чем, потому что вы не знаете, чего хотите и что собой представляете, — считайте, эта прекрасная возможность для вас закрыта.

Я жадна до знаний. Когда ты за каждый день отвечаешь сам и понимаешь, что можешь узнать и выучить всё, что ты хочешь, твой мозг радостно ищет возможности учиться. Я всегда в ресурсе, потому что сама определяю, что делать и когда это у меня получится лучше всего. И я счастлива.

Советовала бы я учиться дома? Никогда не агитирую. Есть дети, которым в школе хорошо, почему нет? Есть дети, которым всё равно. Это всегда диалог и решение ваше с ребёнком! Детям, не увлечённым ничем, действительно подходит школа, где всё по чужому расписанию, а общение какое есть — бери, что дают. Хотя я таких неприятных детей не встречала ни в детстве, ни в своей педагогической работе.

Галина АЛЬТМАН,

композитор, основатель и эксперт проекта AltAcademia  
[https://vk.com/co\\_izhevsk](https://vk.com/co_izhevsk)

# Пять языков любви

Применение знаний о пяти языках любви поможет наладить отношения в семье и даже спасти уже разрушающийся союз. Важно также использовать эти знания, чтобы лучше понимать своих детей и для выражения любви детям. Гери Чепмен подробно рассказывает о каждом языке и показывает, как определить, на каком из них говорит ваш спутник жизни.

## 1. Слова одобрения

Дети с этим языком любви рано научатся делать хорошие комплименты, не забудут без напоминания мамы сказать «спасибо». Для них важно будет слышать от родителей, что они любят и гордятся ими. Они будут приносить разные грамоты, первым делом рассказывать о пятёрке в школе и ждать заслуженной похвалы.

Марк Твен однажды сказал: «На хорошем комплименте я могу прожить два месяца». Для людей «слова одобрения» важнее всего слышать, что вы рады тому, что они сделали, что им благодарны. Поддержать таких людей очень просто, нужно лишь действительно проговаривать все положительные моменты, даже самые незначительные.

Ошибочное отношение: добиться от таких людей чего-либо угрозами, попреки и тыканьем носом в их ошибки практически невозможно. Вместо этого постарайтесь ласково просить их и, даже если они не выполнят просьбу, хвалить их за другие дела.

Лучшее отношение — хвалите партнёра. Похвала доставляет человеку радость. Научитесь замечать всё, что делает для вас или для вашего дома любимый человек, и хвалите его за это. Благодарите за помощь в чём-либо. Делайте ему комплименты. Говорите ободряющие слова (например, «Я с тобой», «Я тебя понимаю», «Как тебе помочь?»). Часто человеку не хватает смелости на какое-то дей-



ствие, а слова близкого человека могут послужить стимулом. Говорите добрым, приветливым тоном. Для людей с таким основным языком любви большое значение имеют слова извинения. Попросите прощения, если были несправедливы к любимому человеку, он очень ждёт этих слов и обязательно вас простит, потому что увидит, что вы его любите. Запомните фразы «Ты готовишь это блюдо лучше всех!», «Мне очень приятно, что ты вымыл посуду», «Спасибо, для меня важно, что ты это делаешь».

## 2. Качественное время

Люди, у которых главный язык любви — качественное время, чувствуют, что их любят, когда с ними проводят достаточно времени.

Этот язык очень хорошо виден с самого раннего возраста. После работы папе не дадут почитать газету, проказник заберётся на колени, сомнёт страницы и потребует пойти в его комнату. С таким ребёнком нужно сосредоточенно играть в кубики, а когда на мобильный позвонят, взять трубку и сказать: «Извините, я сейчас очень занят и не могу говорить, перезвоню вам через час».



Взрослые люди с языком любви «качественное время» вполне могут плюнуть на подготовку к важному экзамену и пойти гулять с любимой, если она попросит о встрече.

Ошибочное отношение: не понимающие языка «качественное время» подсчитывают всё время, проведённое с партнёром. Время совместного просмотра телевизора не считается, а вот время обсуждения фильма вполне можно считать качественным. Только нужно выключить телевизор, сесть напротив партнёра, взять его за руку и внимательно смотреть в глаза.

Лучшее отношение: для того, кто говорит на этом языке любви, очень важно быть вместе с супругом. Для этого человека важно услышать не только слова, но и увидеть чувства, которые скрываются за ними. Быть вместе — не значит находиться в одной комнате, где один смотрит фильм, а другой, сидя рядом, ведёт переписку в социальных сетях. Быть вместе — значит уделять внимание друг другу.

## 3. Подарки

Ребёнок языком подарков будет усердно дарить вам роскошные куличи из грязи, в рассказе о своих игрушках упомянет, что эта вот от бабушки, а эту друг подарил.

Взрослый человек, конечно, может себе купить эти вещи, но если его язык любви — подарки, то сосуд любви будет наполняться, лишь если ему будут дарить. Вооб-

ще чем больше подарков, тем лучше. Распознать такого человека можно по подаркам, которые он любовно выбирает и радостно дарит окружающим.

Ошибочное отношение: основная ошибка людей, плохо понимающих этот язык, переводить всё в плоскость денег. Часто можно услышать жалобу: «Мои родители не уделяли мне внимания, а пытались откупиться подарками».

Лучшее отношение: если язык вашего близкого человека — подарки, то постарайтесь вкладывать больше усилий, чтобы сделать памятные подарки со смыслом. Подмечайте в беседе желанные вещи и преподнесите их как неожиданные сюрпризы. Не помешает в серые будни, покупая 3 кг картошки, попросить у продавца один большой апельсин для любимой или забежать после работы за шоколадкой. Чем больше подарков, тем лучше. Дар — основа любви. Если ваш основной язык любви «подарки», то вы будете гордиться подарками от своего супруга. Любимый человек, оказавшийся рядом с вами, в трудную минуту, сам становится подарком.

## 4. Служение (забота)

Детям с языком любви «служение» особенно нужна заботливая мама, ведь они чувствуют любовь, когда стирают их вещи, готовят им обед. Они усердно стараются помочь.

Взрослые люди с этим языком любви выбирают заботливую па-

ру. Муж чувствует любовь жены через полный шкаф выглаженных рубашек, чистый дом, опрятных детей. Жена придёт в восторг, если супруг свозит её машину на балансировку, приготовит завтрак в постель или приедет дома все гвозди, прежде чем она успеет об этом попросить...

Этот язык любви показывается делами, поэтому подумайте, какой сюрприз можете сделать в отсутствие любимого человека: выполнить часть его обязанностей по дому, заботливо решить проблему с поломанными вещами, техникой. Помогать — значит делать то, что нужно вашему партнёру. Внимание к просьбам — это и есть проявление любви. Спросите, чем вы можете помочь, и выполните просьбу.

## 5. Прикосновения

Ребёнок с языком любви «прикосновения» первым делом побегит обнимать пришедшего с работы папу. Вздершит ему на голове волосы. Он как бы говорит: «Потрогай меня!»

Вырастая, такие люди не меньше нуждаются в тактильном контакте, поглаживании, чтобы чувствовать себя любимыми и защищёнными.

Прикосновения выражают любовь. Для человека, у которого этот язык «родной», физическая измена — это огромная трагедия. Его внутренний сосуд любви не пуст, а разбит. Свою любовь на этом языке можно выразить не только поцелуем, но и простым лёгким прикосновением. В трудную минуту нам хочется, чтобы кто-то протянул нам руку, обнял. Не важно, что вы скажете, ваш партнёр почувствует любовь только тогда, когда вы обнимете его.

Помните: в трудные минуты необходимо выражать любовь, это запоминается навсегда! Приказы убивают любовь. Обращаясь за помощью, не требуйте, а просите. Просьбы оставляют право выбора, и человек чувствует, что он свободен. Если в отношениях человек чувствует себя свободным, значит, он по-настоящему любим.

А на каком языке любви говорите вы? Следующие рекомендации также помогут определить язык любви партнёра.

Есть три простых способа узнать свой язык любви:

1. Подумайте, что вас ранит больше всего. Если критика партнёра мучительна, тогда ваш язык — слова поощрения. Когда ваш родной язык используют вам во вред, это всё равно, что ножом по сердцу.

Поймите, что вас обижает. Противоположное этому — ваш язык. Если вы часто говорите: «Он не помогает мне...», значит, ваш язык — помощь. Если «Он не дарит подарки...», значит — подарки. «Он уделяет мне мало внимания», то основной язык — время.

2. Вспомните, о чём вы чаще всего просили своего спутника. Ваши просьбы имеют отношение к вашему «родному» языку. Хотя партнёр может воспринимать это как капризы, а вы просите о любви.

3. Проанализируйте, как вы сами выражаете любовь. Если чаще хвалите, то ваш язык — слова поощрения. Чаще стараетесь помочь — помощь. Просим заметить, что данный способ является прилизительным, так как выражать чувства тем или иным образом человек мог просто научиться у родителей, но это не значит, что его язык именно этот.

## Мечта — встретить единомышленника

Мне скоро будет 70 лет. Моя мечта — встретить единомышленника. Я создаю поместье Родники в полутора километрах от места проживания. Сажаю тихонько лес, много растёт кедров и яблонек. Яблоки начали плодиться разными по вкусу яблочками. Несколько лет назад поняла, что это бывшее Родовое поместье, так как сохранились трудовища — целый каскад — и открылись родники.

Моя мечта — создать крепкую, дружную, счастливую семью и жить в Пространстве Любви и Радости.

Лидия  
Адрес: 427284, Удмуртская Республика, Селтинский район, с. Халды, ул. Школьная, д. 18.  
Тел. 8-904-830-5715



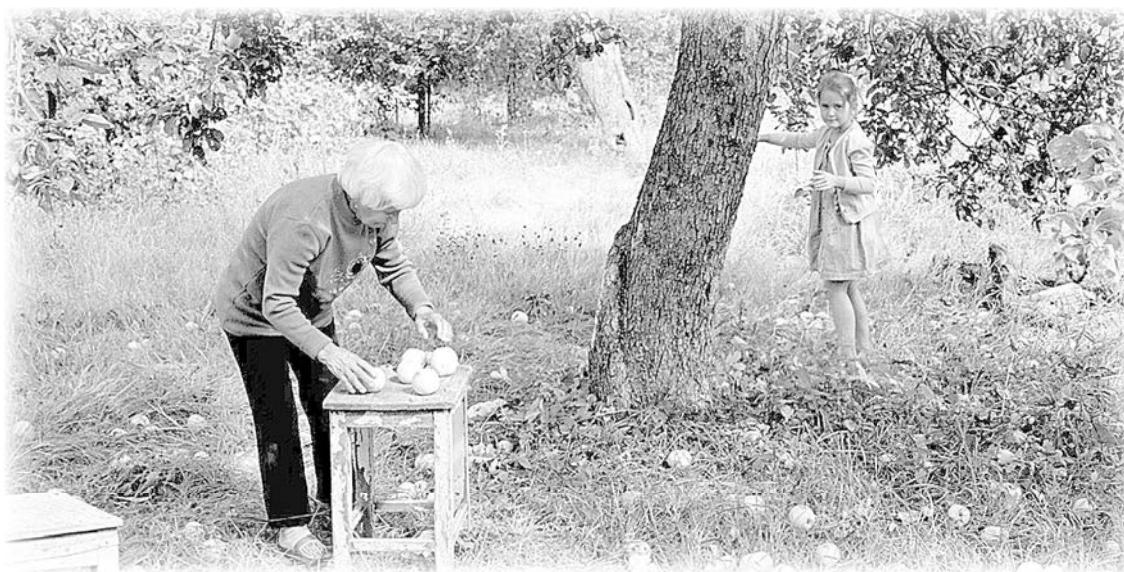




**М**оим детям повезло. У них аж четыре бабушки — две бабушки и две прабабушки. И когда слышу, что дети должны видеть разные стороны жизни, чтобы потом, когда вырастут, не пугаться непривычного, быть снисходительными и терпимыми к людям, я спокойна за своих — от каждой бабушки они получают представление о многообразии жизни.

Бабушка номер один — курочка-наседка. Никогда не работала. Всю себя посвящала мужу и детям, а теперь — внукам. Обед из трёх блюд. Вымытые окна. Сложенные правильной стопочкой, идеально выглаженные пододеяльники. Эта бабушка всегда дома. У неё всегда есть время помогать и участвовать в жизни близких. Она смотрит сериалы и ток-шоу, из рекламы знает, каким шампунем лучше мыть голову и какое средство для мытья посуды полностью оттирает жир. Именно от этой бабушки мы узнаём, кто из звёзд женился или развёлся, какие проблемы есть у какой-то там семьи в далёкой тамбовской деревне, почему этот политик хороший, а вот тот — плохой...

Дом бабушки номер один — это музей прошлого. Семидесятые и восьмидесятые прекрасно живут в её двухкомнатной квартире в центре современной Москвы. Именно в доме бабушки номер один внуки-подростки узнали слова, которые никогда не употребляют их сверстники: фуажеры, сервант, хельга... В прихожей висит пальто, которое бабушка надевала ещё поверх своего свадебного платья. Туфли, которые были куплены в легендарном магазине «Ганг» (магазин-мечта для советских граждан), до сих пор носит: «Таких удобных и качественных теперь не производят». «Пригодится», — одно из правил бабушкиной жизни, которое, кстати, часто выручало. Благодаря тому, что бабушка сохранила альбомы с марками своего старшего сына, внучка решила тоже их коллекционировать и очень дорожила именно этими, старыми, собранными отцом в конце 1970-х. Нужны материалы для поделок к шко-



## Четыре бабушки, одно счастье

ле? В бабушкиных шкафах есть и нитки, и пуговицы, и отрезки тканей, и бисер, и ленты — всё, что душе угодно! В школе задали прочитать произведение, которого нет в библиотеке? В бабушкином книжном шкафу нужная книга найдётся обязательно, возможно, даже в нескольких экземплярах.

Консервативных взглядов бабушка номер один умиляется почти до слёз, когда внук не сидит «в этом своём интернете», а читает книгу. И засыпает внучку комплиментами, когда видит её в платье, а не в рваных джинсах... А внучка еле сдерживается, чтобы не сообщить: рваные джинсы и вот те, с черепами, и вот те, с пятнами краски, и даже те, у которых одна штанина специально в два раза короче другой, — это всё подарки бабушки номер два.

Бабушка номер два живёт в ногу со временем. Движение — жизнь. Это она усвоила настольно, что застать её дома — огромная удача. Из музея в театр, из тренажёрного зала в кино, из бассейна на массаж. Именно эта бабушка — единственная из наших бабушек, которая освоила интернет и активно ведёт соцсети. Она и фотограф, и путешественник, и

блогер. А какая модница! По распродажам с внучкой — любимое её времяпровождение. Не бояться перемен, экспериментировать с внешностью — это тоже про неё.

— Но они же зелёные! — вздыхает бабушка номер один, увидев, что внучка покрасила волосы в ядовитый цвет.

— У бабушки вообще синие, — успокаивает её внучка, имея в виду бабушку номер два.

Да, синие. Но были и розовые, и жёлтые пряди. И когда слышу от друзей, что грядёт поколение татуированных бабушек, то скептически заявляю: «Почему грядёт? Наша бабушка уже задала тенденцию». У неё татуировка-надпись на запястье и цветочек на спине.

Бабушка номер два не будет помогать с уроками. Она за разделение обязанностей. Вылила сок на юбку? Иди и сама застирай. Хочешь научиться кататься на велосипеде? Кто тебе мешает? Велик в коридоре, двор у дома, упадёшь много-много раз, надоеет разбивать колёнки — и точно научишься! Бабушка номер два — про «Болит горло? Пройдёт!», «Порезался? Заживёт!», «Поссорились? Помиритесь!». И пока бабушка номер один

размешивает мёд в тёплом молоке, чтобы лечить внучку, бабушка номер два предлагает закаливаться или просто не обращать внимания. «Поболит и перестанет!» — у бабушки номер два не бывает сомнений на этот счёт. Как нет у неё сомнений, что возраст — не помеха.

Её маме, нашей бабушке номер три, давно за 80. Но кто это там спрятался в шкафу? Это прабабушка играет с внуками в прятки! Кто рисует с ними собственную игру-ходилку? Конечно, бабушка номер три! Кто рассказывает истории из своей жизни увлекательнее любого психолога и коуча? Бабушка номер три! Это она — наш семейный кладёзь мудрости, знаний и опыта. Добавьте сюда отменное чувство юмора, и вы получите самый оптимистичный задел на будущее. Бабушка номер три никогда не говорит про старость. Она строит планы, словно собирается жить 100 лет. А фраза: «Ничего, и это пройдёт» — наш спасительный круг.

— Уволили с работы? Ничего, и это пройдёт!

— Плохо учится? Ничего, и это пройдёт!

— Решила отрезать косу? Ни-

чего, и это пройдёт!

И правда, проходит. Наступает новая полоса. Спокойная. Стабильная. Без резких перемен. Такая, как наша бабушка номер четыре.

Мы шутим, что она — Арина Родионовна наших дней. Тихонечко зайдёт к засыпающим подросткам, не включая свет, сядет на край кровати и почти шёпотом произнесёт своё заклинание. «Береги вас Бог» — это часть заклинания. «Молось за вас» — тоже из него. И перекрестит в темноте. И выйдет, под нос произнося что-то про счастье и благодарность, никогда нельзя разобрать её слова полностью... Но зато тепло тут же заполняет пространство. Мы все, независимо от возраста, цвета волос и образа жизни, становимся чуть лучше. Словно бежали-бежали-бежали и вот останавливаемся, чтобы рассмотреть того, кто рядом. Чтобы сказать то, что в суте не успели. Чтобы подумать о главном, о чём не думаешь, когда ты спешишь, занят, устал...

Бабушка номер четыре — маленькая и незаметная, словно не она воспитала пятерых детей одна, без трагически умершего мужа. Словно не она работала на трёх работах, чтобы прокормить большую семью. Словно не она в свободное от работы время несла на спине на рынок пару мешков огурцов, чтобы заработать и купить дочерям платье.

Не передать, какое чудо, когда все наши четыре бабушки собираются за одним столом. Бабушка номер два поднимает бокал и произносит тост:

— Главное — не унывать, — объявляет она.

— И чтобы все были здоровы... — добавляет в тост важное бабушка номер один.

— А плохое обязательно пройдёт, — нотка оптимизма от бабушки номер три.

— Конечно, пройдёт, — соглашается бабушка номер четыре и добавляет: — Только об этом и молю Бога. И Он слышит...

**Проект «Наши дети»**

<https://www.nashideti.site>

## Моя пуповина спать не собирается

«**Г**лавное — вовремя обрезать пуповину», — очень правильный совет всем мамам. Я и сама часто даю его подругам, которые слишком волнуются и чересчур тревожатся. Но при этом не говорю, что даже когда пуповина будет решительно обрезана раз и навсегда, она продолжит болеть, пульсировать, кровотоцитить и ныть тупой болью. Как сросшаяся после перелома кость становится более чувствительной к переменам погоды и к физическим нагрузкам, так и обрезанная пуповина матери неожиданно напоминает о себе. Например, когда... недовольная продавщица гаркает через прилавок моему пятилетнему сыну:

— Что ты там мямлишь? Повтори!

У сына на глазах слёзы. Он впервые, «как взрослый», пришёл за хлебом. Ему нужна половинка чёрного и батон. Но он забыл, как чёрный хлеб называется «официально», дома мы называем его «кирпичик», но строгая продавщица точно не поймёт...

Сын извиняется и выходит из магазина без хлеба.

— Мама, купи сама, — он возвращает мне деньги и злится, что не прошёл это важное испытание на самостоятельность. Я обнимаю его за плечи. Пуповина начинает пульсировать. Сын успокаивается, и мы покупаем хлеб в другой булочной. В ней работает продавщица, которая проснулась в прекрасном настроении и не скрывает, что влюблена в этот день: она улыбается, называет моего сына «мой хороший» и тоже, как будто наша родственница, называет «Украинский» хлеб «кирпичиком».

Моя пуповина расслабляется и вспоминает, что она давно обрезана, но тут же забывает об этом снова.

На детской площадке сын спотыкается во время игры в салки и разбивает коленку об асфальт. Дети обступают его и начинают сочувствовать. Но среди них находится тот самый вредный, жестокий мальчик, который радуется чужому горю. Для него упавший на асфальт вада салок — это выигрывает, ведь игра закончилась, а он бежит, как ни в чём не бывало. Пока сын мужественно жмурится,

чтобы не разрыдаться, мальчик скачет рядом и дразнится: «Не догонишь! Теперь точно не догонишь!».

Моя пуповина, которая начала побаливать, ещё когда сын упал, реагирует на этого мальчика острой болью. Мне хочется кинуться на него коршуном, украв мягкими лебединым крыльями своего сына... Сына, который встаёт, отряхивает шорты и... «осаливает» этого вредного мальчика. Пуповина успокаивается. Отвлекается на закат, окрашивший летнее небо в розовый цвет. Думает о том, что на ужин овощной салат для разнообразия надо заправить домашней сметаной...

Уже дома, пока готовлю салат, сын решает нарисовать портрет папы. Мол, папа придёт с работы, удивится и обрадуется. И будет ему так приятно и хорошо! Папа на портрете нарядный, в галстуке. Острые уши немножко напоминают рожки. Глаза такие огромные и такие голубые, что в них ни за что не угадываются папины карие. Корочка, папа на портрете очень красивый, просится в рам-

ку или на обложку журнала. Такого папу рассматривать и рассматривать. Хвалить и хвалить. Удивляться его красоте и восхищаться мастерством юного художника...

— Разве это я? — только и говорит муж, рассматривая картину. И добавляет: — Как же я устал!

Картина оставлена прямо на тумбочке в коридоре. Моя пуповина тянется к ней, положить аккуратнее, чтобы не помять, и находит утешительные слова для сына: «Папа выспится и посмотрит на портрет другими глазами. Уставший человек ну ничегошеньки не понимает в искусстве, хоть ты тресни!». Сын соглашается подождать, пока папа выспится, и мы идём читать книгу перед сном.

Главная героиня книги — собака. Она очень привязана к хозяйке, и 10 страниц любят его всем сердцем, и мы — по эту сторону книги — тоже любим собаку всем сердцем. Но на 11-й странице собака попадает под машину... Моя пуповина обнимает сына, но он не сразу чувствует. Сын ни за что не согласен с тем, что такая чудесная собака умерла. Ему хочется запретить машину ездить по до-

рогам, раз они такие убийцы. Он плачет. И долго не может уснуть, жалея собаку и придумывая своё продолжение истории, в которой собака жива, улыбается своей зубастой пастью и играет в резиновый мячик...

Когда сын наконец засыпает, я смотрю на него и чувствую, что моя пуповина спать не собирается. Ни сейчас. Ни через час. Ни через день... Я обрезала её, будьте спокойны. Но как человек, потерявший ногу, ощущает её на прежнем месте, так и я знаю: пуповина всегда при мне. Невидимой нитью она соединяла меня сперва с новорождённым сыном, теперь с уже пятилетним мальчиком и когда-нибудь соединит с уже взрослым мужчиной, отцом семейства, возможно, даже с бабушкой... Моя пуповина тянется через расстояния и годы. Она — и крылья, и забор, и объятия, и подушка в зависимости от трудностей на пути у ребёнка. Он никогда не увидит её и даже не всякий случай, чтобы убедиться, что её нет, сто миллионов раз произнесёт: «Я сам!» Не зная, конечно, что это «Я сам!» тоже сложено из пуповины...

**Проект «Наши дети»**

[www.nashideti.site](https://www.nashideti.site)

# Голубчик дедушка

В середине 80-х я трудилась переводчиком на строительстве металлургического завода в Индии. Советский Союз строил в «развивающихся» странах плотины, заводы, морские причалы и другие полезные объекты. Советские специалисты жили недалеко от завода в посёлке. В нашем посёлке работало несколько лавочек, где индусы торговали хлебом, резиновыми шлёпанцами, книгами, тибетскими лекарствами...

В обмен на местные блага русская колония предлагала пищу духовную. В здании, которое называли «Русский клуб», были библиотека, курсы русского языка, по воскресеньям показывали фильмы. Каждому переводчику вменялось в обязанность преподавать на курсах. Это была общественная нагрузка. Денег за неё не платили, но контроль со стороны руководства осуществлялся самый жёсткий. Переводчики тайно надеялись, что индусы, заблудившись в дебрях непостоянной русской грамматики, потеряют интерес к «великому» языку. Но среди местного населения любознательных и трудолюбивых было на удивление много, в основном учащихся местных медицинского и политехнического колледжей. Подозреваю, что в Марафари других доступных и, главное, бесплатных культурных развлечений для молодёжи не было.

На завод я приехала в декабре. Желающих изучать русский язык давно распределили по группам, оставалось ждать нового учебного года. «Это будет ещё не скоро», — легкомысленно подумала я. И напрасно! Вскоре старший переводчик сообщил, что одного из наших коллег переводят на работу в Дели, его учебную нагрузку решено передать мне.

— Не переживай, — успокоила меня заведующая курсами, — в этой группе остался всего один студент, почти пенсионер — чиновник местной администрации. Говорят, большой чудак...

После заводской смены я пошла в библиотеку, чтобы подготовиться к уроку. Я нашла несколько брошюрок под названием «Русский язык для начинающих», тетрадку прописей и напечатанную крупным шрифтом сказку «Маша и медведи». Сунув книги под мышку, отправилась искать своего первого в жизни ученика.

...На лавочке перед клубом сидел старичок в белых штанах и просторной рубашке. По-мальчишески болтая ногами в резиновых тапках, он был поглощён чтением газеты «Индиан таймс». «Слава богу, дед, кажется, знает английский», — обрадовалась я. По отзывам коллег-переводчиков, заниматься со студентами, владеющими только хинди или каким-то таинственным местным наречием, было очень трудно. Увидев меня, старик неторопливо сложил газету, встал и церемонно поклонился:

— Вечер добрый, мадам! Вы моя новая учительница?

Приветствие было произнесено на безукоризненном русском

языке с едва уловимым акцентом. Признаться, я очень удивилась такому неожиданному началу урока, но тут же успокоила себя: дед, скорее всего, просто заучил несколько общих фраз, чтобы произвести на меня впечатление. В аудитории выложила на стол перед индусом свои библиотечные находки. Старик взял в руки сказку и несколько минут с явным удовольствием рассматривал картинки. Наконец отложил

шинально спросила:

— Кто ваш любимый поэт?

— Много любимых, — застенчиво улыбнулся Дэнис. — Пушкин, Блок, но самый-самый — Сергей Есенин!

— А можете почитать что-нибудь из Есенина?

Кроме блестящих лингвистических способностей у старика оказался ещё и несомненный актёрский талант. Такого трогательного и душевного исполнения

работает. Тогда мы с женой читаем «Анну Каренину» — это мой любимый роман Толстого...

— Скажите, ваша жена, она тоже ... учит русский язык?

— Нет, — весело рассмеялся Дэнис, — моя жена, кроме тамильского, никакого языка не знает...

— Насколько мне известно, Толстого на тамильский язык не переводили!

— К сожалению, — огорчён-



книгу и спохватился:

— Простите, я забыл представиться! Меня зовут Дэнис, а фамилия — Перейро...

Я в очередной раз удивилась. Странная фамилия, совсем не индийская. Если мне не изменяет память, так звали одного из героев Жюль Верна. Может, это псевдоним? Прочитав в моём взгляде недоумение, старик охотно пояснил:

— Я родом из штата Керала. Моим далёким предком был португальский моряк, который приплыл в Индию вместе с Васко да Гама...

В ходе разговора выяснилось, что Дэнис кроме английского свободно владеет хинди (учил в школе), урду (это родной язык мужа его старшей дочери), понимает китайский, но, к большому сожалению, рисовать иероглифы не научился.

— Скажите, Дэнис, — осторожно поинтересовалась я, — зачем вам ещё и русский язык?

— Я уже не молод, — принялся объяснять индус, — стал таким рассеянным и забывчивым! А мой племянник преподаёт в медицинском колледже. Он посоветовал учить какой-нибудь сложный язык. Классическую латынь, например, или русский. Я вот начал учить русский и так увлёкся...

— Что вас особенно увлекло?

— Лев Толстой! Мечтал прочитать его произведения в подлиннике. И ещё русская поэзия...

Я незаметно сунула «Машу с медведями» в ящик стола и ма-

эсенинских строк, да ещё от иностранца, признаюсь, не ожидала!

— Покинул я родимое жилище.

Голубчик! Дедушка! Я вновь к тебе пишу,

У нас под окнами теперь метели свищут,

И в дымовой трубе протяжный вой и шум...

— Скажите, вы, наверное, давно учите русский язык?

— Давненько, — покачал головой старик, — месяцев восемь уже...

Это прелестное русское слово «давненько» меня поразило окончательно! Выходило, что старик не только освоил премудрости грамматики, но и сумел овладеть тонкими, почти неуловимыми для большинства иностранцев оттенками значения русских слов. Одним прилежанием этого не достичь. Не поможет и хорошая память. Тут требуется невероятное чувство языка. Кстати, им не всегда владеют некоторые отечественные литераторы.

Дэнис тем временем вынул из кармана своих белых штанов небольшую стопку скреплённых канцелярской скрепкой бумажек, аккуратно разложил передо мной на столе и принялся объяснять:

— У меня хобби есть, я садовод-любитель. Когда ковыряешься в земле, заняты только руки. Голова совершенно свободна. Вот я и придумал учить в это время новые слова или стихи. Очень удобно! Но, когда начинается мансун, в саду долго не по-

подтвердил дед, — поэтому мне приходится переводить прямо из книжки. Но это совсем несложно...

Дэнис сосредоточенно зашлепел своими бумажками.

— А вы и тамильский знаете!? На следующий день в офисе я с восторгом рассказала про своего необычного ученика. Как оказалось, подобные таланты здесь в порядке вещей.

— Ты ещё не слышала, как индусы поют! — сказал один из наших инженеров. — У меня один электрик работает! Недавно концерт нам устроили. Я словно в Большом театре побывал. Говоришь, старик четыре языка знает? Эка невидаль!

— Шесть, — поправила я, — дед свободно владеет шестью языками!

...У нас с Дэнисом начались регулярные занятия. Скоро я с удивлением обнаружила, что с нетерпением жду встречи с ним. Кроме невероятно живого для своего возраста ума и редкой доброжелательности к окружающим мой ученик обладал огромным зарядом здорового оптимизма и совершенно непривычным для меня взглядом на окружающий мир.

В нашем Марафари податься в выходной день было абсолютно некуда. Лишь немногие богатые горожане могли позволить себе ездить развлекаться в Калькутту. Поэтому я с удовольствием приняла приглашение Дэниса и одним воскресным утром от-

правилась к нему в гости. Пришлось идти пешком. Общественного транспорта в нашей провинции не было. Роль «такси» выполняли традиционные для Индии рикши. Но советским специалистам было категорически запрещено пользоваться услугами этого экзотического средства передвижения. Считалось, что такая эксплуатация человека человеком абсолютно неприемлема для граждан социалистического государства. Напрасно наш старший переводчик пытался доказать на самом высоком уровне, что скудный заработок рикши, быть может, это единственный шанс для несчастного труженика не умереть от голода.

...Чтобы сократить дорогу, я пошла по тропинке через пустырь. Этот пустырь был неиссякаемым источником предвыборных обещаний для депутатов местного муниципалитета. Сюда из Марафари и соседних посёлков вывозили строительный мусор. Слева к пустырю примыкали заводские охладительные пруды — две огромные грязные лужи с земляным валом вместо берега. Окрестный пейзаж эти пруды не украшали.

Домик Дэниса я нашла без труда, его садик произвёл на меня неизгладимое впечатление. В саду было всё — и розы необыкновенного вишнёвого цвета с узорчатой золотистой каймой по краю лепестка, и кадки с жасмином и магнолиями, и кусты тибетской сирени. А посреди лужайки стоял... зелёный олень с закинутыми за спину рогами. В немом восторге я обошла вокруг оленя. Такого понятия, как «ландшафтный дизайн», тогда в СССР не существовало, этот ботанический шедевр привёл меня в восторг.

— Потрясающе! Как это сделано?

— Ничего сложного, — пожал плечами Дэнис. — Сначала нужно сделать каркас из проволоки, затем вкопать конструкцию в землю, посадить внутрь какое-нибудь вьющееся вечнозелёное растение и ухаживать — поливать, удобрять... Если всё сделать правильно, то лет через пять-шесть на лужайке появится роскошный зелёный куст в форме двугорбого верблюда или сидящего на задних лапах тигра, всё зависит от воображения садовода.

Меня провели на крохотную веранду и угостили чаем. Дэнис стал рассказывать про свою заветную мечту. Оказывается, он давно задумал разбить на месте пустыря «Сити-парк» — городской парк — и подарить его родному Марафари. Старик быстро разложил передо мной на столе какие-то листы с чертежами и схемами:

— Вот здесь будет розарий, а здесь, — он ткнул пальцем в очередной рисунок, — я планирую соорудить несколько альпийских горок. Слева от охладительных прудов будет большая английская лужайка. А здесь — поле для крикета. Правда, здорово?

Парк на пустыре? Я попыталась тактично отговорить старика:

— Дэнис, это же огромная территория! Чтобы только убрать и вывезти с пустыря мусор, вам потребуются грузовик и не один десяток рабочих. А где вы возьмёте деньги на саженцы, удобрения и рассаду?

— Деньги — не проблема! — простодушно заверил меня дед. — Я скоро ухожу на пенсию, поэтому деньги будут...



— Это же копейки! Неужели вы не хотите просто отдохнуть на старости лет? Заняться своим садиком, возиться с внуками...

Но мой ученик загадочно улыбнулся и произнёс фразу, смысл которой я поняла лишь через много лет:

— Человек не должен недооценивать своего места на этой Земле, мадам!

Дед принялся подробно рассказывать про пенсионную программу, по которой он, как госслужащий, может отказаться от ежемесячного пособия по старости, но при этом получить определённую и довольно солидную сумму сразу. На полученные рубли индийские пенсионеры открывают мелкий бизнес, помогают детям с образованием, ну и так далее. Выслушав внимательно все доводы, я предприняла последнюю попытку вразумить моего легкомысленного ученика:

— Когда вы станете совсем старым, истратите все деньги или (не дай бог!) заболите, на что жить будете?

— У меня три сына и две дочери, — со спокойным достоинством ответил старик. — Мне много не нужно: чашка чая да немного риса...

Дэнис проводил меня до ворот «русской колонии». Мы попрощались, и он ушёл, шлёпая своими резиновыми тапками. А я долго смотрела ему вслед.

С того дня Дэнис принимался неутомимо обивать пороги разных бюрократических инстанций, пытаясь заручиться поддержкой чиновников городского муниципалитета, руководства завода и жителей нашего городка. Окружающие относились к идее создания парка по-разному. Кто-то обещал помощь, у некоторых энтузиазм старика вызывал раздражение. Нашлось и немало противников, которые смотрели на Дэниса как на сумасшедшего. Положа руку на сердце, я мало верила в эту затею. Мой деликатный ученик плохо подходил на роль руководителя такого обширного проекта.

Однако потому что португальского морехода упорства было не занимать!

Через пару дней секретарь директора сообщила мне:

— Твой дед вчера приходил, полдня в приёмной сидел...

— Что хотел?

— Просил отдать лом огнеупорных кирпичей, которые остались после строительства доменной печи...

Я сочувственно вздохнула. Наш директор принадлежал к той категории руководителей, у которых, что называется, снега зимой не допросишься.

Увы, узнать, чем закончилась история с Сити-парком, мне не довелось. Сначала меня отправили в командировку на другой строительный объект в соседний штат, а потом и вовсе перевели в Дели. Но, покидая «русскую колонию», я успела попрощаться с Дэнисом.

— Счастливой дороги, мадам! — сказал старик, пожимая мне руку. — Обязательно возвращайтесь сюда лет через шесть. Здесь будет красиво!

Я промолчала. Мне было грустно и неловко за своё неверие...

...Прошло 20 лет. Судьба снова привела меня в Индию. Я приехала в Калькутту с мужем. Образовалась свободная неделя. Мы решили воспользоваться предложением гостеприимных партнёров, взяли офисный автомобиль и поехали из Калькутты на

запад. Я давно мечтала побывать в Варанаси. Этот город, больше известный на Западе как Бенарес, индуисты и буддисты всего мира считают своей идейной столицей. Мы успели проехать почти 300 миль, когда на дорожном указателе рядом со стрелкой «Марафари — 100 миль» я прочитала надпись большими зелёными буквами: «Добро пожаловать в Сити-парк Дэниса!»

— Поворачивай! — заорала я мужу. — Едем в Марафари!

...Увидев двух иностранцев, смотритель согласился устроить нам небольшую экскурсию. Мне приходилось задерживать дыхание, потому что всё, что я увидел, было именно так, как задумал Дэнис: розарий и заросли жасмина, и благоухающие кусты тибетской сирени. А на краю английской лужайки стоял очаровательный слонёнок с большими ушами — зелёная скульптура, плод многолетнего труда умелого садовода. Мы дошли до живописного озера (неужели это бывший охладительный пруд?), в зеркальной глади которого отражались плывшие высоко в небе курчавые облака.

— Какие большие кувшинки! — удивился мой муж.

— Это священный цветок Индии — благородный лотос, — сказал смотритель. — Посмотреть на него к нам приезжают экскурсии из Дели!

Дорожка вдоль берега была аккуратно посыпана серыми камешками (это же битые огнеупорные кирпичи!). Вдруг на дорожку неторопливо вышла изящная белая птица с хохолком на голове. Она неожиданно остановилась, несколько мгновений внимательно разглядывала нас и вдруг с тихим шорохом развернула свой огромный белоснежный веер-хвост, состоявший, казалось, из тончайших кружевных лепестков. Мы ахнули от восторга.

— Когда-то на этом месте был ужасный пустырь, — сказал смотритель.

— А в охладительных прудах водились ужасные лягушки, — с улыбкой подхватила я.

— Откуда вы знаете? — смотритель удивлённо поднял брови.

— Много лет назад я работала здесь на заводе...

— Тогда вы должны были знать господина Дэниса Перейро! — заволновался индус.

Я молча кивнула.

— Дэнис был удивительным человеком, хотя многие считали его чудачком, — с грустью сказал смотритель. — Знаете, он любил повторять фразу: «Бог всякому из нас даёт вместе с жизнью тот или иной талант и возлагает на нас священный долг не зарывать его в землю...». Думаю, это сказал кто-то из китайских философов...

— Нет, это слова замечательного русского писателя Ивана Бунина!

Я почувствовала, как к горлу неожиданно подкатил тугой ком слёз.

— Простите, мадам, — индус внимательно посмотрел на меня, — вы сказали, что были знакомы с господином Перейро. Он был вашим другом?

С трудом сглотнув тугой ком, я тихо ответила:

— Он был моим Учителем. Я невероятно горжусь этим!

**Галина КОРОТКОВА**  
Одесса

Публикуется в сокращении.  
<https://kstati.net>

# Русские слова, которые невозможно перевести на английский

В английском языке больше миллиона слов. Тем не менее, часто возникают непреодолимые трудности при попытке перевести на этот язык некоторые слова, смысл которых вполне очевиден для русского человека. Особенно когда эти слова имеют отношение к феномену «загадочной русской души».

## Пошлость / Poshlost

Писатель Владимир Набоков, преподавая славистику американским студентам, признался, что не может перевести это слово, которое легко понимает каждый русский.

Набоков пытался донести до слушателей суть этого понятия на примерах:

«Откройте любой журнал, и вы наверняка увидите что-то подобное: семья только что купила радио (автомобиль, холодильник, столовое серебро — не важно), и мать хлопает в ладоши вне себя от радости, дети собрались вокруг неё с раскрывшимися ртами, младенец и собака тянутся к столу, на который водружён новехонький идол для поклонения... А немного в стороне гордо стоит отец — кормилец семейства. «Пошлость» такой сцены состоит даже не в ложном преувеличении ценности столового серебра, а в самом предположении, можно ли купить такую бурную радость и что такая покупка облагораживает покупателя».

Профессор Гарвардского Университета Светлана Бойм добавила позже: «Это слово одновременно означает тривиальность, вульгарность, сексуальную распущенность и бездушие».

## Надрыв / Nadryv

В немецкой Википедии есть целая статья, посвящённая слову «надрыв». Это понятие прочно вошло в обиход благодаря романам Достоевского и принадлежит к числу наиболее ёмких, выразительных, укоренённых в русской культуре и потому плохо поддающихся переводу. В слове «надрыв» помимо идеи напряжения всех сил есть и некое мазохистское самолюбование, и истерическая исповедальность, а также неконтролируемый эмоциональный всплеск, когда человек высвобождает интимные, глубоко скрытые чувства.

Более того, надрыв Достоевского подразумевает ситуацию, в которой герой лелеет надежду найти в своей душе нечто, чего вообще не существует. Четвёртая книга второй части романа «Братья Карамазовы» так и называется — «Надрывы».

## Хамство / Khamstvo

Этот феномен хорошо описал советский писатель Сергей Довлатов, утверждавший, что «хамство — это не что иное, как грубость, высокомерие и наглость, помноженные на безнаказанность».

Бороться с хамством невоз-

можно, с ним можно только смириться, полагал писатель, добавляя, что хамство просто напросто убивает в человеке всё человеческое.

## Стушеваться / Stushevatsya

Достоевский гордился авторством этого слова, которое он впервые использовал в повести «Двойник». В его употреблении «стушеваться» означало стремление стать незаметным, отойти на второй план, уйти со сцены, а позже приобрело значение «смутиться», «запутаться в неловкой или неожиданной ситуации».

## Тоска / Toska

Это слово может быть переведено на английский как «эмоциональная боль» или «меланхолия» (emotional pain, melancholy), но это не передаёт всю его глубину. Владимир Набоков писал, что «ни одно слово на английском языке не может передать все нюансы тоски. Это чувство духовного страдания без какой-либо особой причины. Это неясная боль души, смутное беспокойство, ностальгия, любовная тоска».

## Бытие / Bytie

Это слово происходит от русского быть (существовать). В русско-английских словарях эта философская категория переводится словом being. Однако бытие — это не просто жизнь, но существование объективной реальности, которая не зависит от человеческого сознания (космос, природа, материя).

## Безпредел / Bespredel

Элиот Боренштейн, профессор-славист в Нью-Йоркском университете, объясняет, что безпре-

дел буквально означает «отсутствие ограничений». Переводчики часто используют «беззаконие» для передачи его значения. Однако на русском языке значение безпредела гораздо шире и относится к поведению человека, который нарушает не только закон, но социальные и моральные нормы.

## Авошь / Avos'

Объяснить значение этого слова людям других национальностей просто невозможно. Интересно, что многие считают, что «авось» — это чуть ли не главная национальная черта русского человека. «Надеяться на авось» означает делать что-то без планирования, не прилагая особых усилий, рассчитывая при этом на успех.

## Юродивый / Yurodivy

Юродивыми в Древней Руси называли людей, которые добровольно отказались от земных удовольствий во имя Бога. Они были похожи на сумасшедших и вели образ жизни скитальцев, чтобы обрести внутренний покой и искоренить страсти. Их почитали как близких к Богу, верили их пророчествам, а иногда даже боялись.

## Подвиг / Podvig

Это слово часто переводится на английский язык как feat или achievement, но его значение гораздо шире. Подвиг — это не только результат или достижение, а смелый и героический поступок, действие, совершаемое в сложных обстоятельствах. В русской литературе часто упоминаются военные, гражданские и даже научные подвиги. Более того, это слово является синонимом безкорыстных деяний, например, «подвиг во имя любви».

<https://vk.com/polza108>





# Игры Королей: Пандемия нам поможет!

**В** одном из залов живописного готического замка, расположенного на южной оконечности скального утёса, собрались те, кто считает себя властелинами мира, хозяевами денег.

Иван Иванович — король телевидения, главный специалист по взлому человеческой психики, ликвидации критического мышления и насаждению деструктивных ценностей. Василий Васильевич — глава алкогольных корпораций, специалист по превращению людей в идиотов с их последующей ускоренной утилизацией. Фёдор Фёдорович — глава фармацевтических корпораций, который давно понял, что здоровые граждане не увеличат прибыль с миллионов аптечных точек по всему миру. Николай Николаевич — король индустрии профессионального спорта, которому хорошо известна технология «пива и зрелищ», доводящая людей до дикого психоза и скотского состояния, а его прибыль — до огромных размеров. Дядя Миша — повелитель пищевой промышленности, не раз доказавший, что через желудок легко управлять неосознанными людьми, извлекать огромные прибыли и помогать фармацевтическому бизнесу. Алекс Готман — король игровой компьютерной индустрии, фанат цифрового контроля и искусственного интеллекта, который, по его искреннему убеждению, в скором времени должен заменить утилизированных людей.

— Надеюсь, мне не стоит напоминать вам, друзья, — начал экстренное совещание восседающий во главе круглого стола на огромном позолоченном троне в чёрном фраке некий мистер Джи, — что без нашего всезудущего контроля и управления человечество быстро размножится и, если пойдёт по пути развития человечности, разрушит наше капиталистическое могущество.

— Мы ни на минуту не забываем об этом, господин, — вступил в диалог король фармкомпаний Фёдор Фёдорович, — поэтому регулирование человеческой популяции является нашей главной целью, к которой мы стремимся путём выполнения множества задач.

Мистер Джи удовлетворительно кивнул, деловито закручивая длинные тараканы усики, и продолжил:

— Тем не менее сегодня мы собрались с вами по очень срочному делу. Все наши ухищрения по оскотиниванию людей и сокращению их популяции для последующего цифрового контроля оставшихся дают слабые результаты. Многие стали пробуждаться, замечать манипуляции, придумали вести трезвый образ жизни. Вы заметили, Василий Васильевич, как у вас сократилась прибыль?

— Да-а-а, мои маркетинговые ночи не спят, придумывая всяче-



ские приманки для увеличения прибыли с моей промышленности, но продажи стремительно падают, — с грустью констатировал король алкогольных корпораций. — Мало того, играть в компьютерные игры стали намного меньше, — задумчиво проговорил король игровой индустрии Алекс Готман, — ничего не понимаю, такое разнообразие мы предлагаем им на этом рынке... А каких человекоподобных роботов мы уже производим! Но вместо кого они будут функционировать, если процесс утилизации живого поголовья застопорился?

— Так, друзья, этак мы совсем скоро обнищаем, потеряем управление над безконтрольно размножающимся стадом. Необходимы кардинальные меры! — заключил мистер Джи и торжественно продолжил: — В связи с этим хочу обсудить с вами один уникальный и хитрый план, который решит многие наши проблемы, увеличит наши прибыли, сократит лишнее население, совершает жёсткий контроль над оставшимися. А дальше в свои права вступит искусственный интеллект, и все ваши самые смелые футуристические разработки, Алекс, — чипы для низших слоёв населения, продвинутые программные технологии для избранных, роботы, которым не надо платить зарплату и углекислый газ они не вырабатывают. Меньше народу — больше кислорода, так сказать! — зловеще улыбнулся господин.

— Что же это за план такой удивительный? Посвящайте нас скорее, — с нетерпением затараторил король телевидения.

— Мы объявим, что по всему миру начал распространяться смертоносный вирус. Вы, Иван Иванович, через свои СМИ будете каждый день по всем каналам на-

гнетать страх на зрителей безоглядными сводками об огромном количестве заражённых и умерших, показывать больниц, в которых не хватает коек для заболевших, можно гробы какие-нибудь провести через город — спектакль такой организовать... Слово «эпидемия»... — мистер Джи на секунду задумался, — нет! «пандемия» будет звучать из каждого утюга, нагнетая ужас по всему миру. Страх — самое главное наше оружие! Закроем границы, детей отправим на дистанционное обучение. Родители будут даже рады этому — безопасность превыше всего!

— Bravo! — раздался возглас короля СМИ Ивана Ивановича, недоверчивое лицо которого медленно менялось на восхищённое по мере рассказа господина. — Осуществить этот план нам помогут уже отработанные схемы и технологии. Мы распиарим этого божка так же, как раскручиваем непопулярные вещи, явления, политиков, всяких фриков. Наши опытные маркетологи сформируют нужный образ любой гадости. Но нет ли риска в том, что распространение вируса выйдет из-под нашего контроля и станет лавинообразным?

— Не переживайте, Иван Иванович, этот вирус, а точнее, та болезнь, которую мы запустим, будет не намного страшнее сезонной простуды, а смертность от неё будет сопоставима с обычным гриппом. Просто течение болезни будет несколько затянутым и с некоторыми особенностями для более яркого эффекта на массы. И по поводу распространения не сомневайтесь, всё будет гладко: мы контролируем большинство биологических лабораторий по всему миру, поэтому вспышки будут возникать там, где нужно и когда нужно.

— А давайте назовём нашего нового помощника «Стирателем» или «Сокращателем», чтобы толпары сразу на уровне подсознания готовились к тому, что их ждёт, — выступил с предложением компьютерный гений Алекс Готман.

— Готман, вы бы ещё новую инфекцию «Барановирусом» предложили назвать, чтобы сразу все всё поняли. Надо же уважать своих подопечных. Поэтому мы назовём вирус как-нибудь броско, помпезно, по-королевски! — мистер Джи метнул взгляд на изображение золотой короны на креслах восседающих. — Чтобы на подсознание людям закладывалось его могущество над всем человечеством! Покажем по телевизору пугающую картинку его компьютерной модели, а дальше страх возьмёт ситуацию в свои руки, у него, как известно, глаза велики!

— Нужно учесть все ошибки обломившихся пандемий свиного и птичьего гриппа, коллеги! — напомнил события 10-летней давности Фёдор Фёдорович.

— Именно! — кивнул мистер Джи и продолжил: — Действия по раскрутке вируса должны быть очень жёсткими, рассусоливать у нас нет времени. Мы запустим по всему миру экстренные меры на снижение иммунитета, меры, которые помогали бы заболеть: запретим людям выходить на улицу, гулять в парках, дышать свежим воздухом, общаться, заставим носить перчатки и маски-намордники, эти парнички для микробов. Но подавать всё это, конечно, будем как заботу о населении.

— Гениально! — захолопал в ладоши король пищевой промышленности дядя Миша. — Мы столько лет убиваем их химической едой, алкогольными ядами,

нищетой и лекарствами, а теперь после всего этого в глазах стада мы станем заботливыми благодетелями! И нашим опекаемым будет невдомёк, что именно при общении, на прогулках и формируется стадный, извините, коллективный иммунитет. Что именно на солнце и воздухе организм крепнет и становится невосприимчивым к большинству инфекций.

— Кстати, для пущего устрашения закроем спортзалы, магазины, кафе, парикмахерские! — глава собрания довольно зашевелил усами. — Продаваться будут только товары первой необходимости, чтобы сильно пошатнулся весь мелкий и средний бизнес в угоду нашим крупным корпорациям. Угроза разорения будет выглядеть действительно страшно.

На лице алкогольного магната Василия Васильевича отразился панический ужас.

— Ну что вы, голубчик, — разгадал причину его страха мистер Джи, — как мы можем оставить вас без доходов в столь трудный час! Пивбары и алкомаркеты закрывать, конечно же, не будем, к тому же спиртное продаётся у нас вместе с продуктами питания, так что проблем с алкожадом у напуганного и оказавшегося не у дел населения не будет. Вдобавок мы распространим миф о том, что алкоголь убивает этот вирус. Запустим серию баек наподобие «Ванга предсказала в XXI веке страшную эпидемию, но спасёт всех огненная вода!» Стаду невдомёк, что алкоголь сильно подавляет иммунитет, а ослабленный иммунитет — это ещё большее инфицирование, поэтому пусть хоть зальётся!

Николай Николаевич облегчённо выдохнул, а Василий Васильевич достал платок и вытер со лба пот.

— И ни слова об укреплении естественного иммунитета: о трезвости, о пагубности курения, о закаливании, о физкультуре, о правильном питании, о позитивных эмоциях! Наоборот, под видом борьбы за безопасность мы лишим их вообще каких-либо светлых эмоций: закроем театры, музеи, детские секции, запретим все общественные мероприятия. Это будет выглядеть исключительно как забота о здоровье. Это же наш знакомый и излюбленный метод, господа. Сколько мы развязали войн под лозунгом демократии! Сколько всего продвигаем под прикрытием прав человека... Благими намерениями, как говорится, — мистер Джи ехидно ухмыльнулся, — мы спустим свои протоколы лечения, которые будут только усугублять течение инфекции, давать много побочки, чтобы вирус действительно выглядел очень зловещим, запретим врачам действовать самостоятельно, станем доплачивать им за каждого заразившегося...

— А если мы с вами сами заразимся этим новым вирусом или наши детки подхватят его случайно? — испуганно спросил дядя Миша. — Что нам тогда делать?

— Вы невнимательно слушаете, любезный мой друг, вирус не опасен тем, кто не боится и ведёт здоровый образ жизни. А если всё-таки заболеем, то ничего страшного, на это у нас с вами есть иммунитет — наш крепкий щит, о котором мы с вами заботимся всю жизнь, не то что наше поголовье. Мы не будем запускать в мир ничего опасного, зачем же создавать угрозу себе и своим близким? Вот если бы изобрести действительно что-то очень страшное и смертельное для населения и антитод для нас с вами... — мистер Джи



мечтательно закатил глаза, — процесс отсекается от будущего большего числа населения пошёл бы намного быстрее!

— Детей будут учить через компьютеры. О, это моя давняя мечта по возвращению биороботов! — вдруг фанатично произнёс король цифровизации Алекс Готман. — Мы развернём такой глобальный цифровой контроль, что ни один смутьян не скроется от него. Наконец-то пришло время широкой апробации моих изобретений: QR-кодов, беспилотников, систем слежки в виде приложений на смартфоне! Мы устроим мировую перезагрузку! — зловеще сверкнул глазами Готман.

— Да, мой друг, вы, как всегда, очень прозорливы и догадливы, что вирус — это средство для глобального передела собственности, для макросоциальной революции с целью сокращения потребления и ужесточения социального контроля, — объяснил мистер Джи главную суть намечаемых действий и продолжил: — А дальше, если людей долго пугать, они охотно пойдут за тем, кто обещает им спасение. Догадываешься, о чём это я?

— Ну, конечно! — восхищённо проговорил король фармацевтической промышленности Фёдор Фёдорович. — Ваша мысль проследивалась с самого начала — это вакцинация, о которой мы так давно грезим и возлагаем на неё все наши надежды в будущем! Вакцинация — это ли не самое надёжное средство управления стадом, контроля численности популяции и колоссального увеличения нашей прибыли!

— Мы сделаем вакцинацию исключительно добровольной, — одобрительно кивнул мистер Джи, — не хотите — не колитесь, но вас не пустят на работу, в кафе, на курорт. Никуда не пойдёте! Вы останетесь без средств к существованию! Поэтому, по сути, это выбор без выбора, о свободном волеизъявлении не будет идти речи. Всё ради безопасности!

— Снова bravo! Это уже не медицина, а ветеринария! — захохотал Фёдор Фёдорович.

— Всё верно, мой друг, медицина — это для нас с вами, а для скота что? Исключительно ветеринария! — улыбнулся мистер Джи. — А дальше протоколы лечения будут диктовать уже наши производители вакцин. Стадо должно хорошо управляться и не иметь своего мнения и права! Потом, когда мы сломили волю большинства, возьмёмся за их детей, — господин потёр руки.

— Нам-то с вами известно, что вакцины бессмысленны против быстро мутирующего вируса, — продолжил глава бигфармы. — А начали мы с вами уже давно, напомню, что вакцины от гриппа — наша хитрая находка, мистификация XX века! Такие вакцины только разрушают естественный иммунитет. А когда мы подсадим чернь на искусственный, то можно сделать вакцины платными, — плутовато улыбнулся Фёдор Фёдорович.

У вдохновлённого Ивана Ивановича разыгралась фантазия: — Я запущу в СМИ серию но-

востей типа «один невакцинированный заразил 1500 человек!», «учёные выявили, что у вакцинированных мужчин повышается потенция», «у женщины после прививки начала расти грудь». Будем разыгрывать среди вакцинированных квартиры, машины, телефоны, чтобы страсть к халативе и лёгкому обогащению затмила критическое мышление. В общем, снова сыграем на их низменных страстях!

Мистер Джи поощрительно кивнул, но тут же его глаза округлились от ярости:

— А правителей, не захотевших принять новый медицинский порядок, мы вообще уничтожим! Они скончаются от этого же вируса! — но, заметив удивлённые лица коллег, председатель смягчился: — Ну или пригуглим для начала каким-нибудь неожиданным майданом.

— Какое у нас появилось хорошее средство для расправы с неугодными нам политиками и активистами! — воодушевлённо произнёс Готман. — Мы заставим весь мир покориться и помалкивать в тряпочку.

— Надо немедленно организовать какой-нибудь форум, — с суетливым азартом, широко раскрыв глаза, снова затараторил Иван Иванович, — потом учения, обсудить наши планы со всеми нижестоящими инстанциями, дело не терпит промедлений!

— Кстати, появляются те, что будут всё видеть своими глазами, не верить СМИ и понимать, что происходит. Они будут подрывать у большинства веру в наш замысел. Что будем с ними делать? — спросил Василий Васильевич, всё это время задумчиво слушая выступающего господина.

— А-а-а... этих осознанных мы будем блокировать и цензурировать в интернете по нашей привычной схеме, сталкивать лбами с противоположным лагерем, всячески высмеивать, называя антипрививочниками, антиваксерами, опасными для общества, несознательными, из-за которых умирают бабушки, предателями, сторонниками конспирологии, теории заговора, — вальжно и с улыбкой на уставшем лице проговорил мистер Джи.

— Но стаду невдомёк, что на самом деле всё, что происходит на мировой арене, это давно уже не теория, а практика! — уверенно добавил дядя Миша.

И все короли, откинувшись на спинки своих мягких кресел, дружно захохотали.

Солнце клонилось к закату. Долго, до самого утра, то ехидно улыбаясь, то зловеще хохоча, короли согласовывали детали своего плана всемирной перезагрузки, узкого окна возможностей для перекодирования человечества. Никто из них не мог быть уверен в успехе этого предприятия, потому что окно возможностей, действительно, было очень узким...

**Рассказ написан соратниками проекта «Научи хорошему» (Подражание рассказам Славы Ветра)**

<https://vk.com/@whatisgood2-igry-korolei-plandemiya>

# Пушкин в оригинале, не изменённый РПЦ

Русские народные сказки, любимые всеми нами, являющиеся уникальными произведениями национального фольклора, а также достоянием мировой культуры, отражающие самобытность русского народа, РПЦ рассматривает как дьявольщину. Фактически русским народным сказкам объявлена война. Их доля в общем объёме книг для детей медленно, но уверенно приближается к нулю.

В 1860 году знаменитый исследователь русского народного творчества А. Н. Афанасьев издал очередной сборник народных сказок. Обер-прокурор Святейшего Синода граф А. П. Толстой направил письмо министру Народного просвещения:

«По поводу изданной (т. е. пропущенной цензором Наумовым) книги господина Афанасьева под заглавием «Русские народные легенды» высокопросвещённый митрополит Филарет обратился ко мне с письмом, в котором изъяснил, что... к имени Христа Спасителя и святых в сей книге прибавлены сказки, оскорбляющие благочестивые чувства, нравственность и приличие, и что необходимо отыскать средство к охранению религии и нравственности от печатного кощунства и поругания».

В результате распоряжением Главного управления цензуры было предписано запретить к перепечатыванию новые издания книги «Народные русские легенды, собранные Афанасьевым», а 5000 уже отпечатанных экземпляров были уничтожены.

Необходимо отметить, что в русских народных сказках до нас дошли языческие образы наших предков, а также были переданы их архетипы. Последователями православной инквизиции за тысячу лет были уничтожены почти все памятники старины, связанные с народными верованиями на территории России. Такая политика сравнима с уничтожением талибами буддистского памятника Юнеско в Афганистане. Не останавливаются на достигнутом РПЦ и сегодня.

Настоятель храма святой мученицы Татианы при Московском государственном университете им. М. В. Ломоносова Владимир Вигилянский заявил, что переиздание сказки А. С. Пушкина о балде в цензурированном виде, где поп заменён на купца, —

это вклад в изучение и популяризацию наследия великого русского поэта.

Небольшая справка. «Сказка о купце Кузьме Остолопе и работнике его Балде» — пушкинская сказка впервые увидела свет в 1840 году в журнале «Сын Отечества».

При этом замена попа на купца была произведена Василием Жуковским, «который понимал, что без этих изменений произведение просто не будет опубликовано» церковной цензурой. Авторский вариант собственно «Сказки о попе...» (автограф «болдинской осени» 1830 года ныне хранится в Пушкинском доме РАН) увидел свет лишь в 1882 году. Также увидел свет и рисунок поэта к этой сказке, где рукой А. С. Пушкина написано: Балда, Бъсенюк, Попъ талаконный лобъ, Старый бѣсъ.

В церкви очень часто говорят о том, что классическая русская литература содержит большой антиклерикальный элемент. Церковная цензура — давно уже реальность нашего времени. Внутри РПЦ МП она существует в виде института грифа, который издательский совет ставит на все вновь издающиеся книги. И если на какой-то книге, изданной для распространения в церковных лавках либо магазинах, нет такого грифа, то она к продаже не допускается, считается вредной, антицерковной. Конечно, всё это пока не удаётся распространить на светское книгоиздание, хотя отчасти, конечно, в отдельных регионах, где особенно сильны позиции архиереев, такое практикуется: издатели по указанию властей как бы консультируются с архиереем.

Но цензура произведений Пушкина была и раньше. Так, если мы начнём читать сказку «О царе Салтане», то увидим, что ещё 100

лет назад весь мир не был крещёным в сказке (смотри рисунок). Также можно увидеть, что орёл был вскормлен на воле, а не в неволе (смотри рисунок).

Думаем, что произведения писателей надо читать в оригинале без цензуры, чтоб понять весь смысл слов, которые они пытались донести до нас. Поэтому предлагаем прижизненные публикации А. С. Пушкина и первое посмертное издание Собрания сочинений:

«Руслан и Людмила» (1820), «Кавказский пленник» (1822), «Бахчисарайский фонтан» (1824), «Кавказский пленник» (1824), «Евгений Онегин. Глава первая» (1825), «Стихотворения» (1826), «Евгений Онегин. Глава вторая» (1826), «Цыганы» (1827), «Братья-разбойники» (1827), «Братья-разбойники», 2-е изд. (1827), «Евгений Онегин. Глава третья» (1827), «Бахчисарайский фонтан», 2-е изд. (1827), «Евгений Онегин. Главы четвёртая и пятая» (1828), «Евгений Онегин. Глава шестая» (1828), «Граф Нулин» (1827/28), «Евгений Онегин. Глава первая», 2-е изд. (1829), «Полтава» (1829), «Стихотворения. Часть первая» (1829), «Евгений Онегин. Глава седьмая» (1830), «Борис Годунов» (1831), «На взятие Варшавы» (1831), «Повести покойного Ивана Петровича Белкина» (1831), «Евгений Онегин. Глава восьмая» (1832),

«Стихотворения. (Из «Северных цветов» 1832 года)» (1832), «Стихотворения. Часть третья» (1832), «Повести» (1834), «История пугачёвского бунта» (1834), «Поэмы и повести», части первая и вторая (1835), «Стихотворения. Часть четвёртая» (1835), «Евгений Онегин» (1837).

[https://vk.com/v\\_e\\_d\\_i](https://vk.com/v_e_d_i)

Три девицы под окном  
Пряли поздно вечерком.  
«Кабы я была царица, -  
Говорит одна девица, -  
То на весь крещённый мир  
Приготовила б я пир».  
«Кабы я была царица, -  
Говорит её сестрица, -  
То на весь бы мир одна  
Наткала я полотна».  
«Кабы я была царица, -  
Третья молвила сестрица, -  
Я б для батюшки-царя  
Родила богатыря».

Три дѣвицы подъ окномъ  
Пряли поздно вечеркомъ.  
Кабы я была цѣрвица,  
Говорятъ одна дѣвица,  
То сама на весь-бы мѣръ  
Приготовила я пиръ.  
Кабы я была царица,  
Говоритъ ея сестрица,  
То на весь-бы мѣръ одна  
Наткала я полотно.  
Кабы я была царица,  
Третья молвила сестрица,  
Я-бъ для батюшки-царя  
Родила богатыря.

## Узник

Снизу за решеткой в темнице сырой.  
Вскормленный в неволе орел молодой,  
Мой грустный товарищ, махая крылом,  
Кровавую пищу клюет под окном,

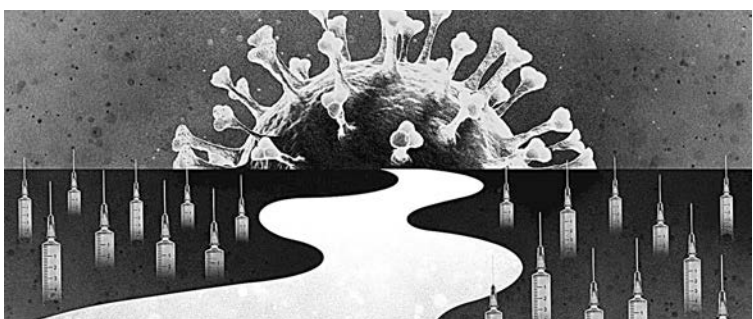
Клюет, и бросает, и смотрит в окно,  
Как будто со мною задумал одно.  
Зовет меня взглядом и криком своим  
И вымолвить хочет: «Давай улетим!»

Мы вольные птицы; пора, брат, пора!  
Туда, где за тучей белеет гора,  
Туда, где синют морские края,  
Туда, где гуляем лишь ветер... да я!...»

## Узникъ.

(1822 г.)

Снизу за рѣшеткой въ темницѣ сырой.  
Вскормленный на волѣ орелъ молодой,  
Мой грустный товарищъ, махая крыломъ,  
Кровавую пищу клюетъ подъ окномъ.  
Клюетъ и бросаетъ, и смотритъ въ окно,  
Какъ будто со мною задумалъ одно;  
Зоветъ меня взглядомъ и крикомъ своимъ,  
И вымолвить хочетъ: „давай улетимъ!“  
„Мы вольныя птицы; пора, братъ, пора!  
Туда, гдѣ за тучей бѣлѣетъ гора,  
Туда, гдѣ синѣютъ морскіе края,  
Туда, гдѣ гуляемъ... лишь вѣтеръ да я!“







# Сказочный фестиваль в Светогорье

Семейный сказочный фестиваль «Собери свою матрёшку» вот уже восьмой раз подарил участникам 10 волшебных дней. Он проходил в клубном образовательном пространстве Светогорье, на земле Псковской, близ Изборска, с 31 июля по 9 августа этого года. Это самое настоящее сказочное образование на лоне родной Природы!

Почти все люди в наше время чувствуют себя в какой-то степени потерянными, потому что мы живём на стыке двух Эпох — Лисы и Волка, когда по-старому не хотим, а по-новому не можем. Поэтому в наше время нужно понять своё место на Пути Жизни и своё Предназначение, запустить хоровод Тела-Души-Духа, стать здоровыми, живыми, целостными людьми, то есть собрать свою Матрёшку — стать устойчивыми в это непростое, но интересное время великих перемен! Это помогает создавать или укреплять свои семьи, образовывать устойчивые сообщества будущего и всем ми-

молодцами и красными девицами;

- радостно и сообща изучать русскую народную культуру;
- постигать сказки и родной язык под могучим дубом;
- изучать целебные травы и учиться питаться со скатерти-самобранки;
- играть в народные и в настоящие сказочные игры;
- прокачивать мужественность в богатырских забавах и раскры-



теводного камня, чтобы встать на Златый путь Восхождения.

На фестивале каждый день был посвящён изучению одного из тел Матрёшки-человека с учётом Путеводного клубочка и событий настоящего времени!

**Ведущие и сотворцы фестиваля:**

- **Иван Царевич (Георгий Левшунов)**, <https://vk.com/ivanzar> — весёлый сказочный герой Сказочной Руси, вдохновитель, организатор и сотворец Сказочного фестиваля, ведущий уроков по сказкам, танцам, играм и хороводам;

- **Светозар и группа «Аурамира»**. Светозар Евдокимов проводил уроки по живописи для всех участников фестиваля, а вечером все водили хороводы и ручейки под песни Светоносного певца;

- **Дубыня-богатырь Роман Головин** — соорганизатор Сказочных фестивалей на Северо-Западе, надёжный предводитель богатырской команды, на все руки мастер, информационная поддержка Сказочного радио Гамаюн, соорганизатор Светогорья;

- **Василиса** ([vk.com/olgaaton](https://vk.com/olgaaton)) — счастливая женщина, соорганизатор и сотворец фестиваля, автор книг и пособий по Буквице, сказок о Златой цепи образов русского языка, вдохновительница сказочных событий, соорганизатор Светогорья, ведущая эфиров на Народном Славянском радио и в школе саморазвития «Славянский мир» и другие замечательные творцы.

Благодарим всех друзей: круг ведущих, круг помощников и круг гостей, деток и взрослых, за сотворение Праздника Жизни!

Будем рады встрече на летнем Сказочном фестивале 2022. Приезжайте в сказку! Открыта предварительная запись: [vk.com/topic-113163395\\_48105236](https://vk.com/topic-113163395_48105236).



ром делать шаги в новую волшебную реальность...

Мы рождены, чтоб сказку сделать былью! И мы делали это на фестивале вместе с народной культурой! УРА!

Сказочные герои — взрослые и дети — из разных мест Руси-Матушки и краёв дальних собрались вместе под сенью могучего дуба, чтобы

- почувствовать себя добрыми

вать женственность в женских кругах;

- танцевать парные и круговые танцы;
- водить хороводы под песни Светозара и петь добрые песни;
- раскрывать свои таланты в народном сказочном театре;
- оздоравливать Тело-Разум-Душу в русских здравках и ладках;
- растягиваться и прокачивать семижильную силу на правило;

- постигать банные здравы и париться в баньке до седьмого пота;
- душевно общаться и учиться друг у друга;

- радоваться жизни на лоне прекрасной Природы, соединяясь с Землёй-Матушкой, чистым небом, ясным солнышком и водицей;
- становиться волшебниками Эпохи Волка;
- а главное — с помощью всего этого открывать волшебными ключиками Глубинную Книгу Мудрости Русского Народа, вспоминать себя, объединяться, делиться Добром и Светом, обретать свой путь у Пу-

