

Родовая Земля

ПЕРВАЯ
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 7 (168), июль 2018 г.

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

Наша
деревенская
жизнь

Центр
пермакультуры
Биная Кумара

КДВ —
затратно, но
перспективно

Без
оправданий:
бегом марш!

Опыт
семейного
образования

Энергетика
Лесо-
Кяфари

Хороводы Мира в Москве



11 и 12 июня 2018 года на фестивале русского гостеприимства «Самоварфест» на Поклонной горе впервые в Москве состоялись Хороводы Мира. Два дня подряд, с утра и до вечера, несмотря на переменчивую погоду, люди абсолютно разных национальностей и вероисповедания, взявшись за руки, вставали в хороводы и, словно дети, с огромной радостью и весельем участвовали в празднике, посвящённом Дню России.

Как же здорово было наблюдать, как на празднике люди раскрепощались, искренне улыбались и смеялись, по-доброму смотрели друг другу в глаза, наполнялись энергией счастья и любви и самое главное — открывали свои сердца, начинали светиться и дарить своё душевное тепло всем вокруг!

По коже шли мурашки, когда несколько сотен человек, обнявшись в хороводе, как родные люди, с великой гордостью и любовью пели гимн России! Всего за пару часов участники настолько сплотились, что в конце праздника никто не хотел расходиться. Это было потрясающе!

От всей души благодарим каждого, кто принял участие в сотворении этого незабываемого праздника!

стр. 17

С любовью,
московская команда ведущих проекта «Хороводы Мира»



В Москве 6–7 июня 2018 г. на экономическом факультете МГУ им. М. В. Ломоносова состоялась III-я Международная междисциплинарная научно-практическая конференция «Состояние и социально-экономические перспективы Родовых поместий».

В конференции приняли участие создатели Родовых поместий, учёные, предприниматели, аспиранты, студенты, работники средств массовой информации, граждане России и зарубежных стран.

На повестку заранее были вынесены важнейшие вопросы:

- Как обеспечить легальное получение и оформление земли для Родового поместья?

- Как обеспечить привлекательный имидж Родового поместья и расширить круг последователей?

- Как создать неповторимый облик Родового поместья и сформировать своё Пространство Любви?

- Как эффективно и рационально обустроить Родовое поместье?

- Какие виды деятельности и как их целесообразно развивать в Родовом поместье?

- Как обеспечить устойчивость Родовых поместий?

- Как лучше выстраивать взаимоотношения в поселениях, состоящих из Родовых поместий?

- Что могут производить и предлагать Родовые поместья?

- Как и в чём могут кооперироваться и сотрудничать Родовые поместья?

- Как Родовые поместья способствуют развитию науки?

Конференция совмещала практически ориентированные, проблемные, постановочные и научно обсуждаемые мероприятия.

Каждому пленарному заседанию нового дня предшествовали организованные оргкомитетом экскурсии в Ботанический сад МГУ.

Заседания проходили в дискуссионной, деловой и живой обстановке с перерывами на дружеское чаепитие.

Всем желающим была предоставлена возможность высказаться, выразить своё мнение по обсуждаемым вопросам, выступая в прениях. Обсуждения были очень интересными и увлекательными и заканчивались поздно вечером.

Нужно отметить, что каждый год повышается уровень проведения таких научно-практических мероприятий по форме, содержанию и массовости.

Я в четвёртый раз посетил мероприятие на базе экономического факультета МГУ им. М. В. Ломоносова. Первый раз присутствовал на круглом столе, организованном в рамках «МЭФ-2016». Три раза был участником научно-практических конференций по Родовым поместьям.

Нынешняя конференция стала более продвинутой по качеству, подготовке, проведению и обсуждению. Здесь были хорошо представлены реальные практики движения, добившиеся положительных результатов в решении проблем и обустройстве Родовых поместий; присутствовали учёные, осознающие это явление и увлечённые проблемами Родовых поместий; были представители средств массовой информации, аспиранты, студенты, сподвижники и заинтересованные различные специалисты и слушатели.

Тон конференции задавал ведущий доцент кафедры агроэкономики экономического факультета МГУ им. М. В. Ломоносова **Ни-**

Настоящая жизнь

открывается на земле...

III-я Международная междисциплинарная научно-практическая конференция «Состояние и социально-экономические перспективы Родовых поместий»

Николай Тихонович Хожаинов. В своей речи он заострил внимание участников на новой философии и новом мировоззрении, которое несут Родовые поместья, что в дальнейшем активно обсуждалось в выступлениях. Он отметил, что многие из учёных пока ещё не вошли в суть этого явления и пытаются провести параллели с возрождением родовых усадеб и имений, но возрастает научный интерес к изучению этого перспективного движения, пробуждённого идеями, воспринятыми людьми из книг В. Мегре. Подчеркнул, что теперь Родовые поместья начинают восприниматься как перспективная, творческая, созидательная среда обитания человека в гармонии с природой. Николай Тихонович сказал, что Родовые поместья представляют совершенно новый образ жизни человека как созидателя природы, обогащая природу. Это способствует развитию семьи и укреплению социального согласия в сообществах людей в поселениях Родовых поместий.

Интересные сообщения сделал доцент кафедры политической экономики Михаил Юрьевич Павлов, посвятив собравшихся в суть препятствий, которые пришлось преодолеть учёному экономическому факультету, чтобы столь значимые вопросы для России начали рассматриваться на научной площадке университета.

На конференции выслушали 60 докладчиков. Представили лишь несколько фрагментов из выступлений участников.

Василий Петрович Колесов, доктор экономических наук, профессор, президент экономического факультета МГУ:

«Это новый тип поселений. Название ещё не прижилось, возможно, появится другое... Это не потребительское поселение как коттеджный посёлок... Появилась альтернатива — пространственная экономика. Большие мегаполисы неэффективны, они очень проблематичны... В новых поселениях идёт процесс созидания, налаживается правильное воспитание детей и настоящее отношение к земле...».

Михаил Юрьевич Павлов, кандидат экономических наук, доцент кафедры политической экономики экономического факультета МГУ зачитал приветствие губернатора Белгородской области Евгения Степановича Савченко. Ознакомил с письмом главного редактора «Философского журнала» Х. И. Мариносына, выразившего готовность освещать тему Родовых поместий на страницах своего издания.

Павлов отметил, что «сложившаяся тенденция вытеснения человеческого труда путём роботизации становится опасной... Авто-

матизация — это западный путь, но не российский... Нужно улучшить рекламную деятельность по продвижению продукции Родовых поместий... Есть миф, что существующая цивилизация — это комфорт, но это укрепление лени. С развитием агломераций усложняются поездки на работу и обратно... Поездки дискомфортны и утомительны... В таких условиях растут риски физической и психической деградации человека... В современных условиях вместо натуральной продукции человек всё чаще получает «неживую», ненатуральную пищу...»

Мы будем ездить в поселения, изучать быт и жизнь людей, живущих там, рекламировать их. Приглашайте нас.

Родовые поместья создают комфорт...»

Гусман Валеевич Минленбаев, основатель поместья Малая Волжская Булгария (Республика Татарстан) поделился своим опытом оформления земли под Родовое поместье, рассказал о больших возможностях при разведении редких растений и получении доходов.

Николай Никифорович Дорошенко, пенсионер, житель Родового поместья (Тверская область):

«Не вижу смысла рассматривать Родовые поместья без поселений... Здесь нужна поддержка государства. Не везде есть электричество, дороги, вода и т. д. В этом кроются основные проблемы.»

Без активной помощи государства тяжело создавать поселения.»

Вадим Николаевич Демченко, ПРП Светодар (Тульская область):

«У нас установлены хорошие взаимоотношения с местными властями. Подготовили рекламный проспект. 15 человек вложили 300 000 рублей в электроснабжение, в обустройство дорог владельцы потратили 10% своих де-

нег, а 90% — внесла местная администрация.»

Николай Степанович Харитонов, доцент кафедры агроэкономики экономического факультета МГУ:

«Во-первых, если мы в этом году не сдвинем вопрос о совместном сотрудничестве, то дела будут продвигаться медленно. О чём идёт речь? Как только будет создана Ассоциация «Родовые поместья» по особой форме, то дела пойдут быстрее...»

Во-вторых, вопрос с землёй не решён, он самый скандальный. У фермеров тоже проблемы есть, были и будут. Но вряд ли мы эти вопросы пробьём в Государственной Думе. Мы ищем пути, как это решить... Нужно создать рабочую группу с представителями от Родовых поместий и учёными.

В-третьих, термин «Родовые поместья» не принимается людьми. Может, надо использовать какой-то другой?»

В-четвёртых, где взять землю? Земли поселений и сельскохозяйственные выкупать сложно. А земля нужна в собственность. Если комплексно подходить, тогда другой вопрос. Тогда на землях деревень можно создавать Родовые поместья.

Готов участвовать в разработке проекта закона «О Родовых поместьях». Нужно составлять планы развития. С удовольствием участвую в этом.»

Дмитрий Владимирович Орлов (ПРП Ладное, Владимирская область) рассказал о совместной работе «Родной партии» с ОНФ в подготовке законопроектов «Родовые поместья» и «Родовые поместья — экологическая безопасность страны»...

Иван Викторович Пшеницын, доктор экономических наук, профессор кафедры политической экономики и истории экономической науки РЭУ им. Г. В. Плеханова, действительный член Академии философии хозяйства, действительный член философско-

экономического учёного собрания (г. Москва):

«Через Родовые поместья мы хотим восстановить человека в человеке.»

У государства подход экономических, а у Родовых поместий — хозяйственный. В экономике идёт отторжение от природы, а в Родовых поместьях — соединение с природой...»

Мир экономики, мир потребления противостоит миру Родовых поместий...»

Труд и работа — совершенно разные вещи. Труд позволяет видеть процесс в движении. Этот процесс созидательный. Благодаря труду человек развивается. Когда становишься придатком машины, то это работа. В экономике все работают, а не трудятся...»

Предлагаю жителям Родовых поместий и тем, кому близка эта тема, начать вести активный диалог с учёными. Время наступило! Учёные стали понимать и осознавать, насколько необходимо не только изучать новый феномен, который идёт по пути саморазвития, но и самим вживаться в пространство создания Родовых поместий.

Свои предложения можно отправлять Николаю Тихоновичу Хожаинову на эл. адрес: hozhainovnik@gmail.com, а также на эл. адрес: rp@econ.msu.ru.

В дальнейшем выстроится иная связь, а сейчас не стесняйтесь найти существенную опору в лице учёных экономического факультета МГУ.

Покупайте домик в деревне, а лучше получайте (приобретайте) гектар земли для создания Родового поместья и сохранения своего Рода. Настоящая жизнь открывается на земле, а не в городе.

Горожане, делайте свой выбор!

С уважением,

Анатолий МАТВЕЕВ

г. Анапа, Краснодарский край
matveev555@inbox.ru



Конференция 2017 г. в Москве, экономический факультет МГУ им. М. В. Ломоносова



Кто не хочет Дальневосточный гектар, получите Вологодский!

Правительство Вологодской области одобрило законопроект о введении в оборот почти 500 тыс. га пустующих земель сельскохозяйственного назначения путём выдачи гражданам и предпринимателям для ведения сельского хозяйства по 1 га на каждого, сообщил губернатор области Олег Кувшинников.

Проект «Вологодский гектар» организован по примеру «Дальневосточного гектара», поскольку в Вологодской области пустующих земель также хватает. Здесь сейчас проживает почти 1,2 млн человек, средняя плотность населения — восемь человек на 1 кв. км, в среднем по России — чуть больше девяти человек.

— Почти 500 тыс. га пустующих земель сельскохозяйственного назначения будет бесплатно передано по 1 га всем желающим из любого конца Российской Федерации, а также из стран ближнего и дальнего зарубежья, конечно, прежде всего вологжанам, которые хотели бы заняться сельским хозяйством. Эти земли будут переданы в собственность для организации сель-

хозпроизводства, животноводства, для крестьянских фермерских хозяйств, сенокосения и выпаса скота, — сообщил Кувшинников на оперативном заседании правительства и глав муниципалитетов Вологодской области.

Как уточнил губернатор, в перечень земель под «Вологодский гектар» включены 468 тыс. га ранее мелиорированных, но в настоящее время пустующих, местами заросших селухоземель в 14 отдалённых районах области. На остальные 12 районов действие законопроекта пока не распространяется, потому что они плотно заселены, земли там уже зарезервированы под крупные инвестиционные проекты или под выращивание льна — по поручению губернатора в регионе намерены увеличить площадь под посевы льна более чем вдвое с нынешних 4,5 тыс. га до 10 тыс. га.

— Данный проект закона утверждаем на заседании правительства (затем законопроект будет направлен на утверждение Вологодского заксобрания). С этого момента в органах местного са-

моуправления принимаются заявления от всех желающих стать собственниками 1 га вологодской земли для занятий сельским хозяйством. Приглашаю всех желающих. Надеюсь, что так мы вернём в сельскохозяйственный оборот почти 500 тыс. гектаров, — сказал губернатор.

Программа «Дальневосточный гектар» предоставляет гражданам России право на безплатное получение земельного участка площадью до 1 га на Дальнем Востоке. С 1 июня 2016 года программа вступила в действие для жителей Дальнего Востока, а с 1 февраля 2017 года — для жителей остальной территории России. Оформить участок можно на интернет-портале «На Дальний Восток». В течение первого года заявителю необходимо определиться с видом использования участка, через три года задекларировать освоение, после пяти лет безвозмездного пользования участок можно оформить в собственность или длительную аренду.

<http://tass.ru/ekonomika/5301431>

Налог на недвижимость по фотографии

Федеральная налоговая служба заявила, что уклоняться от уплаты налогов на бани, гаражи и прочие постройки на участках не получится. Оказывается, налоги будут начисляться исходя из фотографий, сделанных в воздушном пространстве спутником или беспилотным летающим объектом.

По словам ФНС, зарегистрировать объект в Едином Государственном Реестре недвижимости больше не составит труда. Теперь это можно сделать, используя лишь предоставленные снимки даже без уведомления хозяев. Правда, если незаконная недвижимость всё-таки обнаружится, их владельцу должно прийти письмо с просьбой о необходимости поставить её на кадастровый учёт.

Суть данной кампании предельно проста: беспилотные летающие объекты будут выявлять незаконную недвижимость (в данном случае незарегистрированные хозяйственные постройки) на дачных участках. Далее будет проходить её постановка на учёт в ЕГРН и начисление налогов владельцам.

Подобная программа затронет не менее чем 40 тысяч хозяйственных объектов по всей России. Например, она будет проходить в республиках Башкортостан, Тыва и Мордовия; Вологодской и Псковской областях.

Юрист приводит подробную аргументацию в отношении данного вопроса.

Правомерность уплаты налога

Согласно законодательству, налог на имущество физических лиц, начисленный в текущем году, должен быть уплачен не позднее 1-го декабря 2019 года. Новые же, которые должны будут прийти осенью этого года, будут за прошедший 2017 год. Получается, что денежные выплаты будут проводиться не за положенный период



времени. Напрашивается вопрос: «А правильно ли это? За что будут платить собственники?»

Цель программы

Федеральная налоговая служба, запуская операцию по постановке незаконных объектов недвижимости на кадастровый учёт, сообщила, что это эксперимент. Он затронет всего 40 тысяч хозяйственных объектов в разных регионах Российской Федерации. Однако не стоит забывать, что, согласно статистике, в нашей стране находится 125–145 миллионов незарегистрированных хозяйственных объектов. Разница в общем количестве недвижимости и обозначенной в эксперименте, конечно, заметна сразу. Получается, что при наиболее благоприятном исходе данной кампании на учёт в Единый Государственный Реестр недвижимости встанет меньшая часть незарегистрированных объектов. Эксперимент всё ещё длится и пока неизвестно, чем всё закончится.

Парадокс данной ситуации

Как известно, чтобы поставить недвижимость на кадастровый

учёт по собственной инициативе граждан, необходимо воспользоваться услугами опытных землемеров. Услуги кадастровых инженеров стоят вовсе не дёшево. Нередко приходится вызывать и других мастеров в этой сфере. Кто знает, может, это и к лучшему, что государство хочет за свой счёт поставить хозяйственные постройки на кадастровый учёт?

Спорные моменты

При постановке хозяйственной недвижимости на учёт в Единый Государственный Реестр недвижимости необходимо знать её точную стоимость. Её собственники нередко по собственной инициативе спорят с государственными органами об её оценке. В нашей же ситуации эти цифры будут браться буквально из ниоткуда, поэтому не избежать недоразумений и судебных прецедентов. К тому же, чтобы произвести постановку недвижимости на учёт, государство должно знать точные данные об её владельце, что возможно далеко не всегда.

В общем, данная ситуация неоднозначна, но посмотрим, что будет дальше.

<https://centro-pol.ru>

Приглашаем в поселение

Тверская область

В Спировском районе Тверской области образуется Родовое поселение Радостное. Основное стремление и намерение поселенцев — жить в радости. Только с радостью вести все обсуждения, принимать решения, воплощать задуманное.

Приглашаем в наше поселе-

ние людей, прочитавших все книги В.Н. Мегре, всей Душой принявших написанное, устремлённых жить вольно и в радости.

Мы находимся в 150 км от Твери, рядом лес, небольшая речка.

Контакты: 8-965-720-9028 — Александр, 8-920-192-8820 — Наталья.

Желающим получить землю под Родовое поместье

Мы рады, что получено письмо из Департамента сельского хозяйства Орловской области, где сообщается, что ряд руководителей районов и сельских поселений готовы помочь в рамках существующего законодательства с получением земли под проект «Родовые поместья Орловской области».

Создаются инициативные группы по созданию поселений, а также отдельных Родовых поместий на базе заброшенных и малонаселённых деревень. Людям из

других областей также можно воспользоваться этой возможностью в соответствии с существующим законодательством.

Обращайтесь по телефону 8-960-676-4031 — Александр, Троснянский район. По другим районам и сельским поселениям — напрямую к главам, ссылаясь на данное письмо.

Александр и Надежда КУДИНОВЫ

Орловская область, Троснянский район, дер. Высокое



ДЕПАРТАМЕНТ
СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА
ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ул. Красная, д. 7, г. Орёл, 302001
телефон 59-69-79, факс 75-01-31
e-mail: oshu@gras.orel.ru
http://orel-region.ru

Кудинову А. В.

с. Высокое, д. 34,
Троснянский район
Орловская область, 303462

28.05.2018 № К-3114

На № _____ от _____

Уважаемый Александр Викторович!

Департаментом сельского хозяйства Орловской области в рамках компетенции рассмотрено Ваше обращение, поступившее в ходе личного приема Депутата Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации Н. Г. Земцова в Орловской региональной общественной приемной Председателя ВПП «Единая Россия» Д. А. Медведева, по вопросу реализации проекта «Родовые поместья Орловской области».

Департаментом сельского хозяйства Орловской области в адрес глав муниципальных образований Орловской области были направлены письма о предоставлении информации по возможности выделения земельных участков, заинтересованности районов в реализации проекта «Родовые поместья Орловской области», а также о малонаселённых сельских территориях.

Согласно полученным сведениям осуществление проекта «Родовые поместья Орловской области» возможно в следующих районах Орловской области:

1. Болховский — сельские поселения Герасимовское, Медведковское, земельные участки площадью 2600 га (частная собственность);
2. Верховский — сельские поселения Коньшинское (27 га), Песоченское (8 га), Корсунское (45 га);
3. Колпнянский — сельские поселения Ахтырское, Белоколодезское, Знаменское, Карловское, Краснянское, Крутовское, Тимирязевское, Ушаковское, Ярищенское, (малонаселённые сельские территории);
4. Краснозорецкий — сельское поселение Покровское, земельный участок площадью 70 га;
5. Орловский — сельские поселения Моховицкое, Спасское, Масловское, Голохвастовское, (малонаселённые сельские территории);
6. Троснянский — сельское поселение Пенновское, (малонаселённые сельские территории);
7. Хотыньский — сельское поселение Алехинское, земельный участок площадью 1000 га (частная собственность).

Заинтересованные лица могут обратиться в администрации вышеуказанных районов или сельских поселений.

Контактная информация имеется в открытом доступе в государственной специализированной информационной системе «Портал Орловской области — публичный информационный центр» (<http://orel-region.ru>) в разделе «Орловская область».

Член Правительства Орловской области-руководитель Департамента сельского хозяйства Орловской области С. П. Борзенков

Владимир, отзовись!

Здравствуйте, уважаемые Творцы! Через нашу газету несколько лет назад познакомилась с Владимиром. Переписывались, общались. Так вышло, что я уехала из родных мест. Сейчас вспомнила о Владимире. Хочу узнать, как он поживает и обращаюсь к нему: «Владимир, доброго здравия тебе! С благо-

дарностью и уважением пишет тебе Елена из Иркутской области Зиминского района, уч. Урункуй. Думаю, вспомнил, если прочитал обращение. Верю, что у тебя всё благополучно! Позвони, буду очень рада тебя услышать! Тел. 8-921-400-4198».

Елена.



Как министр потребительский патриотизм развивал



В Башкирии к запуску готовится проект поддержки местных производителей продуктов питания и стимулирования внутреннего спроса

Сильшатов Фазрахмановым мы знакомы давно: пару лет назад, тогда ещё в статусе главы администрации Давлекановского района РБ, он участвовал в ноябрьской конференции «Э-У». Мне, модератору площадки по человеческому капиталу, запомнились его высказывания о необходимости развивать небольшие города. Эта точка зрения отличалась от убеждений некоторых московских экспертов: мол, людские ресурсы нужно сосредотачивать в мегаполисах, удел малых — стагнация.

В конце 2016 года Фазрахманова назначили министром сельского хозяйства республики, а в ноябре прошлого года — вице-премьером. Мы сидим у него в кабинете и говорим о тех же малых городах. У министра идея фикс — продвижение муниципальных территорий (пока только в пределах РБ): жители должны знать, что эти территории собой представляют, чем известны и уникальны, а самое главное — какую производственную продукцию производят. Задача — не только познакомить население с локальными производителями и поддержать их, но и стимулировать потребительский спрос на местные продукты. Встреча с вице-премьером проходит не в формате «тет-а-тет». Времени у него в обрез, поэтому разговор совмещаем с творческим совещанием по обсуждению проекта «Имею право! Сделано в Башкортостане». Почему творческим? Потому что вместе со специалистами министерства идеи генерируют люди разных профессий: личной выгоды никакой, но для общего результата вклад безценный, чем разнообразнее состав присутствующих, тем оригинальнее подходы к решению вопросов. Например, руководитель утренней линейки программы «Салям» на БСТ Альфия Юсупова, по сути, креативный директор проекта, предлагает организовывать на территории региона дегустационные ярмарки. Она буквально горит идеей доступности фермерских продуктов для рядовых потребителей:

— Потребительский патриотизм толкает всю экономику на Западе, а у нас он на слуху только два года. Потребителю должна быть доступна экологически чи-

стая местная продукция. Он имеет на это право. А производитель таких товаров имеет право быть представленным в любом формате. Дегустационные ярмарки эти задачи решают.

— **И всё исключительно натуральное и экологически чистое? Вопрос доверия к производителю как будете решать?**

— Во-первых, там будет работать передвижная лаборатория. Эта открытая проверка продуктов питания. Во-вторых, мы будем людей приглашать на производства. Пожалуйста, приезжайте, смотрите, как огурцы — «Алексеевском» (аграрно-промышленное предприятие, общая земельная площадь — 20 тыс. га, объём реализации за 2016 год — 1,6 млрд рублей) растут. Одновременно и агротуризм будем развивать. Можно и в интернете будет посмотреть производственные циклы, состав продуктов. Наша задача — завлечь на ярмарки население, в том числе с помощью грамотной подачи информации о производителях. У каждого из них своя история успеха, свои задачи и проблемы.

— **Проблема у всех одна — дешёвых денег не хватает.**

— Поверьте, не всем нужны дешёвые кредиты. Кому-то необходимы налоговые льготы, маркетинговая поддержка, постоянно действующие ярмарочные площадки, покупатель. Ярмарки выходного дня будем создавать во всех крупных городах республики — Уфе, Стерлитамаке, Ишимбае, Октябрьске, Нефтекамске и т. д. За прилавками — фермеры, сельхозкооперативы, а не перекупщики. Но самое главное — это разработка и воплощение индивидуальной стратегии успеха с демонстрационной поддержкой на местах.

Бренд, привязанный к территории

Фазрахманов с гордостью поглядывает на подопечных — проект начинался с инициативы, а сейчас оброс дорожными картами и конкретными решениями.

— Самое главное — организовывать людей и упаковывать идею. Не просто сели за стол и накидали мыслей, а сделали проект. В Минсельхозе работает типичная проектная система управления. У каждого начальника отдела должен быть свой проект — глобальный, отраслевой. Человек, который сделал свой проект, уже ничего не боится, где бы он ни работал! Он способен создать что угодно. То есть не просто чиновник

взял бумажку, подписал и отправил её дальше. Нет: именно проект создал, то есть организовал специалистов, собрал и проанализировал все данные, оформил документ. Чиновник в этой конструкции — необходимый элемент: без него никто не сможет разобраться в бюрократии в хорошем смысле этого слова. И чиновник становится соавтором этого проекта, он видит и момент зарождения проекта, и его результат.

— **«Имею право» на какой стадии находится?**

— Готовим расчёты и обоснование. Потом на заседании президиума правительства руководитель проекта и кураторы будут доказывать его состоятельность.

С вице-премьерами, министрами согласовываются детали, смета — и запускаем. Появится распоряжение правительства — и через 44-ФЗ в работу. Начнём формировать систему региональной идентификации, способствовать появлению новых брендов, привязанных к определённым районам, населённым пунктам.

— **В России и за её пределами хорошо знают бренд «башкирский мёд». «Естественный бренд, устоявшийся десятилетиями», — сказал про него глава республики Рустэм Хамитов. Разве могут с ним конкурировать какие-то другие бренды — районные, муниципальные?**

— Это бессмысленно. Разве можно тягаться с вологодским маслом, Краснодарским вином, башкирским мёдом? Эти бренды работают на внешнюю среду. Их надо продвигать на международном уровне. Но и закидывать на чём-то одном нельзя. Есть белебеевский сыр, башкирские гусь, чак-чак, деликатесы из конины, кумыс. Почему я про «М...» (министр называет мясной бренд из другого региона) знаю? Я его не хочу знать, но я его знаю! Потому что мне красиво его показали. Они взяли простую технологию: сделали красивую историю и пошли в массы. Здесь не надо ничего нового придумывать, инструментарий есть. Мы тоже такие истории должны создавать, только уже с географической идентификацией. У нас 54 муниципальных района, в каждом есть что-то особенное.

Кооперативный лоббизм

— **Во всём мире натуральная продукция — это дорого, выбор обеспеченных людей. Почему вы думаете, что даже без**

наценки торговых сетей, напрямую через платформу в интернете она будет доступной для большинства?

— Мы готовы снижать себестоимость этой продукции за счёт развития сельской кооперации. Она даст синергетический эффект. Нужно создавать экосистемы. Отдельно взятый фермер, хозяйство не способны создать полный цикл агропромышленного производства, включая помимо производства переработку с маркетингом. Кооперация позволит снизить себестоимость и конечные цены на товары. Например, в складчину фермеры могут приобрести оборудование для переработки молока.

В 2017 году в одном из ведущих сельхозпредприятий республики — совхозе «Алексеевском» — введена вторая очередь тепличного комплекса. Урожайность составила 100 кг на 1 кв. м. Благодаря расширению тепличного хозяйства к 2021 году производство овощей планируется довести с нынешних 15 тысяч до 34 тыс. тонн в год.

— **И всё равно органическая продукция за рубежом стоит дорого.**

— У нас вся продукция органическая. Химикаты практически не используем, они дорогие (смеётся). Если серьёзно, в будущем Россия может занять 10–25% мирового рынка органической продукции. Мировой рынок органических продуктов за последние 15 лет вырос почти в пять раз, до 100 млрд долларов, и составляет 10% от общего объёма мирового рынка продовольствия. Отсутствие регулирования в области органического сельского хозяйства пока не позволяет России выступать полноценным участником на международном рынке такой продукции. У нас очень хорошие перспективы, это и выставка в Нюрнберге показала, в которой мы в феврале принимали участие. Нам нужна система сертификации продуктов. До конца года, надеюсь, мы примем республиканский закон об органике.

Не хобби, а промышленное пчеловодство

— **Вы первые в России по количеству маточного поголовья гусей и уток, на базе племптицезавода «Благоварский» организован селекционно-генетический центр РФ по разведению водоплавающей птицы, фун-**

кционировать всероссийская научно-производственная система, через которую реализуется свыше 20 млн штук племенных яиц и более 10 млн голов молодняка птицы. Но при этом нельзя сказать, что мы успешно конкурируем с западными и азиатскими производителями.

— У нас много конкурентов — Китай, Канада, Новая Зеландия, Австралия, Бразилия, Европа. Все они продвигают экономические интересы своих производителей. И у нас есть постоянные покупатели, но работу с ними и поиск новых рынков сбыта ещё предстоит систематизировать. Нужны долгосрочные контракты. Мы не можем жить эпизодами. Это сельское хозяйство, нужна поддержка государства, чтобы, опять-таки, снизить себестоимость производства за счёт субсидирования. Иначе конкурировать будет сложно.

— **Можно назвать башкирское пчеловодство индустриальным?**

— Нет. Это хобби-фарминг, которым занимаются отдельные люди, по сути, в свободное время. Нравится — занимаюсь, разонравилось — не занимаюсь. Рынка как такового нет. Поэтому в основном башкирский мёд уходит по знакомству. Мы пытаемся выйти на новый уровень — промышленное пчеловодство. Разрабатываем программу «Пчеловодство 2.0». Сейчас один человек может держать не больше ста ульев. В промышленном пчеловодстве двое держат по тысяче ульев благодаря специальной технике.

— **Есть добровольцы-предприниматели?**

— Больше двухсот. Предлагаем им кооперироваться для покупки оборудования, будем помогать с подъёмниками, машинами. Главное, чтобы пчеловоды поняли: сообщать работать выгодно.

— **Республика Башкирия — это в основном липовый мёд?**

— Липу как основной мёдонос для лесных пчёл в Европе давно потеряли. В России леса с преобладанием липы составляют всего 0,4% от площади всего массива и сосредоточены в основном в Башкирии, преимущественно в Бурзянском районе. Они являются главными поставщиками липового мёда. Это наш бренд. Не подсолнечный, не гречишный, а липовый. Но пока его мало, не более 10 тыс. тонн.

Артём КОВАЛЕНКО

«Эксперт Урал», № 9 (758)

Печатается в сокращении.

<http://expert.ru/ural>



О нашем поселении Емельяновке и как мы принимаем решения

Наше поселение не очень большое, нас 18 семей. Для Украины это совсем и немало. В России есть много поселений численностью 60, 80 или ещё больше семей. Для нас это просто космос! На Украине самое большое поселение насчитывает около 60 семей.

Наша Емельяновка доросла до 18 семей и пока на этом и завила. Но даже таким небольшим составом не всегда просто договариваться и принимать решения, особенно единогласно. В связи с этим мы почти все решения принимаем большинством голосов, за исключением вопроса о принятии новых соседей. Здесь у нас всегда должно быть единогласие и, что самое важное, — единодушие. Важно, чтобы новая семья была всем по душе.

У нас дружный коллектив и хочется сохранить эту атмосферу. Поэтому к новым соседям мы относимся крайне подозрительно (шутка).

Основным принципом приёма новых соседей является прочтение книг В. Мегре и желание создать своё Родовое поместье. Не

эко-усадьбу, не дачу, не просто домик на природе, где вокруг «хорошие люди» живут, а именно Родовое поместье.

У нас в поселении все соседи «в теме». Но есть и пара семей где, например, муж не читал зелёных книг и, на мой скромный взгляд, им немного сложнее в некоторых моментах. Приходится объяснять, что такое живая изгородь и зачем она нужна. И договариваться в таком случае гораздо сложнее.

Мы очень гостеприимные. К нам часто в поселение приезжают гости, мы собираемся вместе для общения, готовим что-то вкусненькое, поём песни у костра. Хотя для таких встреч приезд гостей



не обязателен. Достаточно кому-то свиснуть, и все прибегают, нет — прилетят на запах плова на костре! Да, вкусно покушать емельяновцы любят...

У нас в поселении есть три участка общей земли. На одном будет строиться Дом творчества. Пока там только подвели электричество и выкопали небольшую прудик. Второе общее место мы называем «У Лукоморья», там растёт красавец-дуб и некоторые поговаривают, что видели на нём русалку...

Третья общая территория — наша праздничная поляна. Здесь мы бываем чаще всего. На поляне

есть все удобства: столы и лавки под навесом, небольшая летняя кухня, кострище для приготовления еды, место для общего костра, волейбольное поле и детская площадка (требует доработки).

Но что мне очень нравится, так это общие посадки на полянке. Мы сделали клумбу, высадили живую изгородь, сделали также клумбы из хвойников и декоративных кустарников. Скоро вся эта красота вырастет до внушительных размеров, и тогда будет ну о-о-очень красиво!

Украина, Житомирская область
<https://vk.com/emelyanovka>



VII-й фестиваль экотехнологий 16–19 августа 2018 года

Калужская область, Родовое поселение Милёнки

Главенствующей темой является Со-Творчество вместе, кооперация.

Главная идея — возвращение Любви в семью.

В этом году у нас 7 практических площадок — в честь VII-го фестиваля экотехнологий. Параллельно площадкам запускаем 7 интерактивных игр.

На площадках фестиваля мы создали среду — модель новой цивилизации. Покажем, какая она, какие в ней люди, каково качество общения, командообразование, образование всех возрастов, как мы к этому пришли, что нам надо делать и как соответствовать, чтобы эта модель стала разрастаться, вдохновлять и заражать своей силой и Любовью.

На фестивале вы сможете:

- услышать из первых уст, потрогать руками и потренироваться в применении реальных экотехнологий;
- узнать секреты плодородия,

основы органического земледелия, научиться создавать почву;

- использовать разные формы обмена, в том числе натуральный обмен и внутренние валюты;

- понять, как локальная экономика вашего сообщества может быть интегрирована в развитие других поселений и экономику рыночного социума;

- обрести технологии, которые сегодня становятся базовыми составляющими поселений;

- научиться отдыхать всей семьёй (днём — обучение и развитие, вечером — развлекательная программа: песни, хороводы, душевные разговоры у костра).

Фестиваль экотехнологий — праздник, создающийся общими усилиями людей и сообществ: самоорганизующийся и некоммерческий, без чёткой границы между организаторами и участниками. Мероприятия фестиваля проходят в формах занятий, лекций, мастер-классов, концертов, дис-

скуссий, кинопросмотров, выставок и в других — спонтанных или запланированных.

На наш фестиваль приезжают:

- эксперты-практики, владеющие экологичными технологиями и желающие делиться своими знаниями и навыками;

- городские жители — сторонники экологичного образа жизни, которые делают свою жизнь в мегаполисе чище, проще и разумнее;
- поселенцы, переехавшие на землю и ведущие здоровый образ жизни;

- дачники, а также жители загородных посёлков и экокластеров, активно интересующиеся простыми технологиями, применяемыми в домашнем хозяйстве;

- потенциальные поселенцы — кто хочет и готов переселиться за город, приобрести/арендовать/построить жильё в поселении, развивать разные отрасли экологической жизни: пчеловодство, питомник, сельскохозяйст-

венную промышленность, ремесло и т. д.;

- профессионалы экоотрасли, популяризаторы успешных практик, изобретатели, ищущие тех, кто их понимает;

- экотуристы, ориентированные на экологичный образ жизни и интересный досуг;

- предприниматели в сфере экотуризма, владельцы online и offline-экомагазинов, производители экопродукции и услуг;

- администрации территорий, жилищных объектов (управляющие экопосёлков, экопоселений, фермерских хозяйств, пр.), представители СМИ;

- любители русской народной культуры, которые шьют народные костюмы, играют на различных народных инструментах, изучают различные виды ремёсел.

Семейные пары, готовые к переезду на землю, найдут ответ на вопросы: как зарабатывать, с кем общаться и что делать.

Отдельно мы подумали об одиноких молодых людях и девушках, мечтающих создать свои семьи и переехать на землю. Для них организаторы подготовили интересные и приятные мероприятия, способствующие душевному общению: волонтерские команды, песни у костра, игры на эмоциональное раскрытие и сближение, хороводы, народные забавы. Подготовьте, пожалуйста, соответствующий наряд.

Вас ждут:

- вкусное вегетарианское питание, а также кафе, где можно приобрести сыроедческие и несъедобные сладости и вкусности, возможность поддержать поселенцев и производителей экопродукции;
- детская площадка;
- возможность помочь поселению своим трудом и поучаствовать в посадке деревьев.

Добро пожаловать на Фестиваль экотехнологий 7.0!

<http://milenki.ru>

<http://ecofest.gen-russia.ru>



От бабушки нам в наследство достался дом с участком. Вернее, дом был не дом, а избушка 1937 года выпуска, а участок был не участок, а болото доисторического времени создания.

Мы поохали, поахали и принялись за благоустройство.

Игорь возил землю, песок и торф «камазами». Если всё подсчитать, то явно хватило бы на пирамиду Хеопса. Но наш участок упрямо проглатывал все дары и подниматься особо не спешил.

Между делом были выкопаны канавы, проложены дорожки, разбиты клумбы, сооружена детская площадка для дочки и всякие другие мелкие и немелкие нужности и полезности.

Мы перешли к постройкам. Для начала одолели баню. Это был самый первый эксперимент моего супруга в рубке из кругляка. Эксперимент удался. Мы парили свои телеса, покрывали, розовели, здоровели и балдели.

Когда безпризорно шастающие коровы сожрали весь наш с таким трудом возвращенный урожай капусты, мы поняли нашу тактическую ошибку. В России любое строительство надо начинать с забора. Перед домом мне захотелось забор из досок с орнаментом и всяческими там загорулинами. Я тут же изобразила на бумаге макет шедевра, остальную часть создания благосклонно предоставив второй половине. К концу лета вокруг участка красовался замечательный забор. Коровы, осенью пришедшие по старой памяти за капустой, были вынуждены безславно отступить.

На следующее лето перешли к строительству хлева. Игорь сделал чертёж хорошего строения размером 4х6 м и собирался приступить к работам. Я заглянула в проект и пририсовала с каждой стороны ещё по несколько метров, получилось 5х9 м. Супруг сначала протестовал, заявив, что я страдаю гигантоманией. Я привела кучу самых разумных доводов в пользу того, что большой хлев нам нужнее, что мы, может быть, заведём много разной скотинки, что я буду самой лучшей фермершей на свете... И муж не смог устоять после таких убеждений, согласился.

Супруг отгрохал совершенно потрясающий хлев, в котором и самому жить не стыдно. Хлев сиял свежей покраской внутри и снаружи (между прочим, внутри белила его я, после чего меня отмывали в десяти водах). Надо было заселять строение.

Памятью о моих припадках гигантомании, Игорь непреклонно заявил: «Возьмём только поросёнка и пару кур. Мы оба работаем, ухаживать за большим количеством зверья просто сил не хватит». Конечно же, я согласилась, прикидывая про себя, сколько на самом деле зверюг смогу запихать в это чудесное сооружение.

Первыми поселенцами были куры. Мы приобрели на рынке пять молодок, которым, по заверениям продавца, было около пяти месяцев и которые вот-вот должны были начать нестись, и притащили их домой. Куры, вылипавшиеся в инкубаторе, а потом выращенные в клетке без солнца и свежего воздуха, абсолютно обалдели от количества свободы и зелени. Они разгуливали по огромному загому, вохтали, лапали травку, глотали камешки и тащились.

Первую неделю они никак не могли сообразить, как подняться по лесенке и зайти в специальное окошечко. Приходилось мне работать куриным лифтом и кури-

ным дрессировщиком по совместительству.

Прошло дней десять, а птички не жаждали начать исполнять своё прямое предназначение, т. е. откладывать яйца. Пришлось пригрозить им, что если они, такие сякие, не начнут работать, я им всем головёнки пооткручиваю и скормлю своему барбосу. Доводам разума куры вяли и принялись нестись. Так мы получили первые дивиденды с хозяйства.

У соседки тем временем ку-

Но я не опомнилась. Потопала к доброй знакомой тётке Вале, которая держала коров всю жизнь и попросила помощи в моём рискованном предприятии. Объединившись в преступную (с точки зрения моего любимого) группировку, мы осмотрели несколько выставленных на продажу животин и выбрали достойную кандидатуру.

Кандидатуру звали Марта (почему-то у нас всех коров называют Мартами), было ей семь лет от роду, характер она имела норди-

опасной близости от копыт) и стала надраивать вымя. Марта повернула башку размером с собакой конурой и задумчиво посмотрела на меня. Первый раз в жизни доила минут сорок. Как Мартышка это выдержала, не представляю, но я поняла, что купила не корову, а ангела.

Когда я с ведром молока и ведром, преисполненным небывалой, просто нечеловеческой гордости выплыла из дверей хлева, супруг был повергнут ниц.

К вечеру она чуток приутихла, была доставлена к кавалеру по имени Тимоша и получила всё, что положено Матушкой-Природой. Пополнение мы ждали к весне.

Самое смешное, что где-то через месяц после покупки Мартышки я застала Игорюшу в хлеву, где он начёсывал коровью морду, которая в ответ жмурилась и похрюкивала не хуже Тольки с Томкой. На мой ехидный выпад: что ты, мол, тут делаешь, супруг смутился, замаялся и, пробормотав:



Как мы стали деревенскими жителями

рица высидела 11 цыплят. Я бистренько прикупила их вместе с мамашей и поставила супруга перед фактом. Он даже не высказался, хотя я чувствовала — хочет, и пошёл строить клеточку — выгул и домик для малолетних кур. Так как делать спустя рукава он ничего не умеет, то домик получился похожим на теремок из сказки.

Куриное племя всё выросло, и им потребовался вожак, то бишь петух. Петуха мы купили у той же соседки. Он оказался очаровательным молодым петухом. Трогательно ухаживал за своими жёнушками и замечательно орал песни. Кстати, если вы думаете, что петухи поют только по утрам, то ошибаетесь. Свои рулады они выводят несколько раз на дню, причём очень красиво и мелодично.

Затем последовала покупка поросят. На рынке мы выбрали самого толстого молоденького хрячка. Но у меня же гигантомания... В той же машине были ещё поросёнок и пара кур. Мы оба работаем, ухаживать за большим количеством зверья просто сил не хватит». Конечно же, я согласилась, прикидывая про себя, сколько на самом деле зверюг смогу запихать в это чудесное сооружение.

Милый плюнул и согласился. Так в сарае поселились Толька и Томка. Теперь, когда слышу фразу «растут не по дням, а по часам», знаю — это про наших свинок.

Итак, программа минимума была выполнена, мы за всеми трепетно ухаживали, зверинец подрастал, и я загрузилась. Душа моя требовала развернуться. Гигантомания, что подделаешь.

В моих розовых мечтах забродила коровка. Хорошенькая такая, пятнистая, с рожками и копытцами. Молочные реки моего воображения лились рекой.

Стала просить мужа купить коровушку. Муж сказал: «Куда тебе корова? Ты в жизни к ней ближе чем на десять метров не подходила. А её же доить надо. Опомнись, пока не поздно».

ческий и доилась обалденно вкусным молоком. Тётя Валя лихо накрутила ей верёвку на рога и повела на наш двор. Я семеняла сзади и подумывала про себя, не поторопилась ли с таким скоропалительным решением. Завтра ведь тётки Вали не будет, и мы останемся с коровятиной один на один. А размеры у неё устрашающие, рожки огромные и вид серьёзный. Но что сделано, то сделано, отступать не собиралась даже просто из своей природной вредности.

Тётя Валя поставила приобретение в стойло и отправилась домой, дав мне напоследок кучу советов, народных присказок и поговорок. Я сунула Марте ведро с пошкой и смылась на квартиру перечитывать гору познавательной литературы по правильному ведению хозяйственной деятельности.

Утром корову надо было доить. Муж встал вместе со мной и сказал, что не пропустит такого зрелища, как моя кончина на рогах у взбесившейся коровы (на самом деле он жутко переживал, вредитель, но старался виду не показывать). Мы прикатили в хлев в шесть утра. Половине я важно заявила, чтобы он держался подальше от МОЕЙ коровы и не нервировал нас своим хамским обращением, зашла к пятнистой красавице и... тут мне стало настолько страшно. Я смотрела на её рога, на каждом из которых могу поместиться полностью, на её копыта, одним ударом которых можно было вышибить дух из такого самоуверенного, ничемного и нахального существа, как я, и холодела. Что я натворила? Дура нормальная!

Но корову надо было кормить и доить. Если с кормёжкой проблем не возникло, то с дойкой... Эх, была-не была! Помирать, так гордо и с музыкой. Налила тёплой воды, взяла кусок мыла и полотенце, села на табуреточку (в очень

Через несколько дней повела корову в стадо. Нацепив верёвку на рога моей Мартышки, вышагивала вдоль обочины. Все встреченные по пути знакомые падали и «сами в штабеля складывались». Так что, девушки, хотите срывать всех наповал? Нет ничего проще. Записывайте рецепт: покупаете корову, цепляешь ей на рога верёвку...

Было ещё много всяких забавных ситуаций с моей покупкой. Например, тщательно изучив сельскохозяйственную литературу, выяснила, что из коровы должно извергаться (прошу прощения за интимные подробности) около 30 кг навоза. Из моей почему-то извергалось раза в два больше. Рассмотрев её со всех возможных углов зрения, так и не выяснила, куда она прячет вторую корову. Поэтому просто переименовала её из Марты в Мартину Наворотилу. Ест она тоже гораздо больше всех, установленных раз и навсегда умными людьми норм. Ну да ладно, пусть лопают, молоко у неё просто язык проглотить.

Затем меня очень мучил вопрос: как же я узнаю, когда моя корова загуляет и её надо будет вести в гости к быку? У них там такая сложная физиология: пропустишь отведённый природой день — и каюк, жди потом ещё месяц. Всё оказалось очень просто. Придя как-то встречать её вечером из стада, получила не мою нежную и добрую Мартину, а совершенно неуправляемый рогатый танк, который, задрал хвост, горланил и пытался куда-то унести в неведомые дали. Унести мы ей с подхваченными по пути бабульками не дали, а объединёнными усилиями затолкали в хлев (что было довольно проблематично, так как она трубила, как паровоз, падала на асфальт и всячески показывала, что ей нужен не хлев, а нечто гораздо более приятное).

«Да я так, ничего. Погулять вышел», смылся из сарая. Через пару дней он, отводя глазки в сторону, промямлил:

— Ну... Как бы... Может... Может, научишь меня доить Мартину? А? Тебе ведь одной тяжело-вато? Да... И привык я к ней чего-то... В общем...

— Как бы научу. Но корову нежностями не портить! Кормить строго по графику и отчитываться за каждый проделанный в сарае шаг!

Теперь на свободной от командировок неделе муж обрягается лучше меня. Только балует девицу немилосердно. На «моей» неделе она, как пограничный пёс Альби, знает все команды, вплоть до «поднять левую заднюю ногу». А после недели общения с Игорем забывает всё напрочь и в ответ на все мои требования сует мне в руки рогатую будку с вымогательством почёсывания и требованием хлебной буханки. Вот такое безалаберное воспитание. А когда муж звонит по телефону с вахты, после пожеланий мне всего самого наилучшего и заверений в любви, он непременно осведомляется о состоянии здоровья «его девочки» и умоляет не забывать чесать ей за рогами.

В моей неугомонной голове клубятся новые грандиозные планы: появившееся пополнение от Марты обязательно оставлю на пополнение рядов; ещё, пожалуй, надо Томку скрестить с хрячком (наш Толька, к сожалению, лишён всех мужских достоинств), будут поросятки, а насчёт гусей и индеек у меня уже договорилась...

Мой любимый ещё не посвящён в мои наполеоновские замыслы и, конечно же, будет топтать ногами и выносить мне диагнозы, но ведь и против Мартышки он возражал. А теперь какая любовь...



Надежды Шевелева

24-летний менеджер-горожанин создал фермерское хозяйство в глубинке

Несмотря на то, что фермерское хозяйство «Шевелев А.С.» организовано всего лишь около года назад, в Коньшевском районе оно сегодня на слуху. И хотя Александру Шевелеву начинать пришлось, считай, с нуля, уже не только чётко определились основные направления этого многоотраслевого хозяйства, но и результаты есть.

Создано хозяйство в границах колхоза «Россия», некогда слышавшего крепким. В нём кроме растениеводства было две с половиной тысячи голов крупного рогатого скота, овцеводство. Но к моменту прихода сюда А. Шевелева о животноводстве напоминали разве что полуразрушенные коровники и телятники. У них, считай, не было даже крыш, а местами и стен. Два таких строения фермер за короткое время восстановил. Потом закупил сто телок. Многие из них к настоящему времени уже отелились.

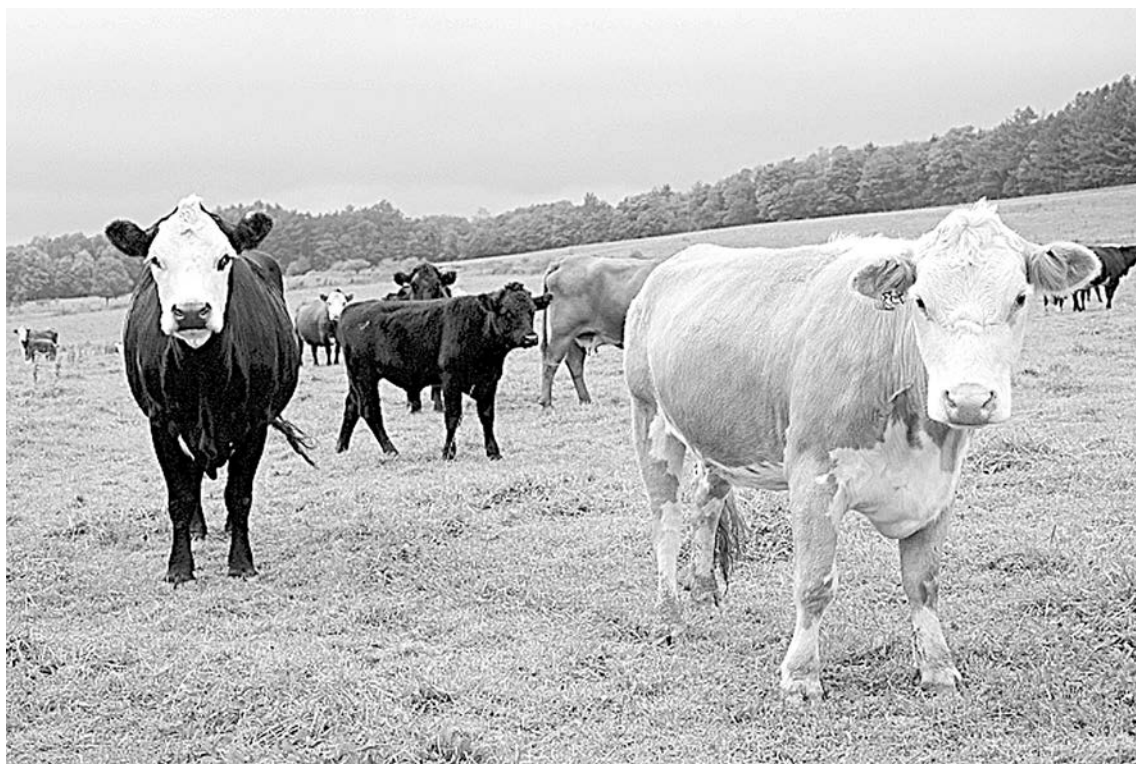
В фермерском хозяйстве 1000 га земли, это 127 долей. Часть земельных участков арендуется, но большинство — куплено. С приобретения земли, собственно, и начинали, потому как без неё развивать животноводство немислимо. Это лишний раз подтверждает и печальный опыт одного из сельхозпредприятий на территории того же Коньшевского района: содержали скот лишь на покупных кормах, и предприятие разорилось вчистую. А в планах молодого фермера — довести поголовье коров пока что до 300, а овец — до 3000 (сейчас их около 700) голов.

На первых порах зерно для приготовления концентратов ему приходилось покупать. Но в ближайшей перспективе, по расчётам Александра, животноводческая отрасль хозяйства будет полностью обеспечена зерном собственного производства. Прошлой осенью было посеяно 200 га озимых. В самую горячую пору, весеннюю страду, посеяли 500 га ранних яровых зерновых культур.

В общем, там, где ещё недавно была разруха, жизнь налаживается. И у местных жителей, которые в связи с банкротством хозяйства оказались не у дел, снова появились работа и стабильный заработок.

В представлении многих поднять такое большое дело под силу лишь умудрённому жизнью и опытом аграрию. Каково же было моё удивление, когда я узнал, что Александр Сергеевич — горожанин, что от роду ему всего 24 года и что до этого с сельским хозяйством он и связан-то никогда не был. Поэтому при первой нашей встрече, увидев довольно высокого, подтянутого, коротко стриженного молодого человека в спортивного покроя свитерке и джинсах, я даже усомнился, с главой ли фермерского хозяйства разговариваю. Думал, вот сейчас подойдёт хозяин и... Видимо, поняв мои мимолётные сомнения, Александр чуть заметно усмехнулся.

Согласитесь, что мои сомнения понять можно. В его-то возрасте многие молодые люди ещё рассчитывают на помощь и поддер-



жку папы с мамой, а иные недоросли лет до 30 ходят с наушниками, слушая попсу, беззаботно потягивают пиво из банок и хвалятся друг перед другом «навороченными» мобильными телефонами и крутыми компьютерными играми. А тут парень такое взвалил на себя! Поэтому первые мои вопросы были отнюдь не о буднях и ставновлении фермерского хозяйства, а о том, как же Александр, коренной горожанин, оказался здесь, в сельской глубинке; что побудило его заняться фермерством; не скучает ли, в конце концов, он по благам городской цивилизации, к которым с детства привык.

— Нет, не скучаю, — скупно улыбнувшись, ответил Александр. — Скучать некогда — работы много. Ухожу из дома затемно и возвращаюсь иной раз тоже затемно. Тем не менее, сельская жизнь мне больше по душе. Нет суеты, которая утомляет в городе.

Не рискуи Александр попробовать свои силы в сельском хозяйстве, он продолжал бы весьма благополучно жить в городе. Отец у него, Сергей Яковлевич, предприниматель, занимается оптовой торговлей. Сын, когда подрос, пошёл по стопам отца. Окончив вуз, стал менеджером по продажам. Дело ладилось. Казалось бы, чего же ещё-то?

— Можно было остаться на том же месте и спокойно работать, — кивнул Александр, как бы отвечая на мой невысказанный вопрос.

Мысль о том, чтобы, заработав деньги в городе, попробовать себя в сельском бизнесе, заронил коллега Александра, хорошо знающий сельскую глубинку. Он рассказал, что в Коньшевском районе появились свободные земли. Вообще-то до недавних пор они обрабатывались агрофирмой, которой управляет одна курская инвестиционная компания. Но не так давно она отказалась от обработки части полей. Так почему бы не воспользоваться моментом и не обратиться в администрацию района с просьбой помочь в организации фермерского хозяйства?

Понятно, такие решения с бухты-барухты не принимаются. Александр десять раз всё взвешивал. С отцом они не раз говорили о том, возможен ли в принципе успешный сельский бизнес. Вникали в проблемы сельского хозяйства, взвешивали все плюсы и минусы. Безусловно, работа в аграрном секторе связана с риском. Но, в конце концов, где его нет? Этот бизнес, по убеждению Александра, может и должен быть выгодным, если правильно подойти к делу. Например, некоторые хозяйства сетуют на то, что закупочные цены на молоко довольно низкие. Но кто сказал, что молоку только один путь — на маслозавод, который скупится на настоящую цену? Можно ведь распорядиться продукцией иначе, если подойти к делу с умом. Точно так же и с зер-

ном. Зачем ждать, пока кто-то даст за него достойную цену? Грамотные хозяева получают свою прибыль, откармливая скот и в конечном итоге реализуя мясо, которое всегда в цене.

Отец поддержал сына. В селе Рыжковке приход молодого фермера восприняли по-разному. Одни с надеждой, что у земли наконец-то появится настоящий хозяин, другие с недоверием, дескать, побудет горожанин здесь месяца три и уедет. Ведь опыта в сельском хозяйстве у него, считай, никакого да и очень уж молод. Вот одумается и, что называется, повернёт оглобли назад. Тем более, что житье у него в Курске было неплохое, есть работа. Да и молодая жена в городе пока что проживает и видится он с ней только в редкий выходной день... Третьи на-

мекали на то, что предприниматель привлекает главным образом земля, цены на которую растут и в будущем на её продаже можно нажиться.

Вот такие были пересуды. Но скоро и завзятые скептики смогли убедиться, что молодой фермер, похоже, решил обосноваться в сельской глубинке всерьёз. И это укрепляет в людях надежду: раз уж такой головастый парень уверен в успехе своего дела, значит, у сельского хозяйства, несмотря на все трудности и проблемы, действительно есть перспективы.

А пока ближайшие планы у Александра такие. В будущем году он планирует восстановить комплекс на 250 голов КРС, подготовить помещения для расширения поголовья овец.

Чего-чего, а деловой смекалки, расчётливости Александру не занимать. А вот нехватку специальных сельскохозяйственных знаний он ощущает очень явно. И решил, что будет поступать на заочное отделение Курской сельхозакадемии, чтобы получить специальность агронома.

В общем, он весь в заботах. И не скрывает, что к вечеру сильно устает. Но зато так приятно видеть, как растёт, крепнет его дело. Сельский уклад жизни ему по душе. Ну а что касается перспектив, то надежды у него связаны не только с собственным расчётом. Главное, что государство повернулось лицом к селу. Селянам, в том числе и фермерам, вполне доступны кредиты, чем молодой фермер уже воспользовался, чтобы приобрести четыре трактора. Реализуется немало целевых областных и общегосударственных программ по развитию АПК, предусматривающих субсидирование расходов хозяйств на развитие. Александр рассчитывает на своё участие в них.

— Надо глядеть вперёд, — говорит он.

Трудно загадывать сейчас, как сложатся дела в фермерском хозяйстве «Шевелев А.С.» Скептиков на этот счёт и сейчас хватает. Но видя, с каким молодым задором, с какой непоколебимой верой в успех взялся Александр за дело, хочется верить, что его надежды сбудутся.

<http://dhoz.ru>

Жить в деревне стало выгоднее!

В провинциальных городах России работы практически нет, а если есть, то низкооплачиваемая. Зато в деревне работа есть всегда. Вот что рассказывает о своей жизни 42-летний Андрей, переселившийся в деревню Пустошкинского района Псковской области из Петербурга.

Сначала в его деревне жили 110 человек, но сейчас осталось 73, причём вымерли в первую очередь мужчины-алкоголики. Две трети ныне живущих там — пенсионеры. Зато за последние два года туда переехали из города 8 человек. Мотивы у всех разные.

Одни — это переселенцы из большого города, которые устали от городской жизни. Например, сосед Андрея — рабочий, переехавший на постоянное место жительства в 55 лет. Основным источником дохода у него — сдача квартиры в Питере, но в деревне он занялся и сельским хозяйством. Есть женщина, которая приехала туда

из Германии: была замужем за немцем, решила вернуться на родину.

Вторая группа — жители райцентра Пустошки, где работы почти нет, а если есть, то очень низкооплачиваемая. К примеру, зарплата одного из переселенцев, который работал в типографии, составляла 15–17 тыс. руб., при этом оплата ЖКХ — 7 тыс. руб. в месяц... Людям выгоднее переехать в деревню, потому что те же 8–10 тыс. в месяц они будут иметь, работая на земле (вырастить одного бычка за год стоит годовой зарплаты рабочего в рай-

центре). Таких переселенцев в деревне несколько.

Из всего этого Андрей делает очень интересный вывод: вымирание деревни достигло предела. Да, умирают пенсионеры, но их заменяют переселенцы из городов, то есть социально активные люди. Процесс переселения в деревню будет нарастать из-за ухудшения жизни в малых городах. В первую очередь давит там людей оплата ЖКХ, которая уже приближается к 40–50% от их ничтожных заработков. К тому же и работы почти нет. Так что выгоднее жить в деревне.

<https://vk.com/triptocountry>





Можно ли прижиться в деревне?



Желание переехать из города в деревню наверное имеет каждый десятый житель мегаполиса. Мечты о переезде могут возникнуть по разным причинам: сиюминутный порыв или долговременное неудовольствие, экология, суета или стесненные жилищные условия. Причина у каждого своя, и к счастью, не все одновременно немедленно собирают чемоданы. Некоторые думают, планируют и решаются, некоторые не решаются никогда. Переезд — это как прививка фруктовых деревьев по весне: может дать впоследствии большой урожай, а может и не прижиться. Опасение приехать в незнакомое место и оказаться непонятым и непризнанным велико. Стоит ли бояться аборигенов? И почему зачастую не складываются отношения с местными жителями? Давайте поговорим об этом.

Со своим уставом в чужой монастырь

Часто горожане, переехавшие на село, обвиняют местных жителей в том, что те «вставляют палки в колёса» и не дают нормально развиваться.

Неужели в деревне одни «злодеи»? И кому всё-таки удаётся прижиться? Как говорят, куда бы мы ни ехали, мы всегда сами с собой. Если нам в городе не жилось, то в деревне вы сможете прижиться, если «поменяете мозги» и полюбите простую жизнь.

Горожане, чаще всего оказываясь в деревне, абсолютно не хотят принять правила жизни конкретного села, не считают с традициями, не вникают в особенности местного климата и условий ведения сельского хозяйства, больше доверяют не советам ста-

рожилов (они их даже ни о чём не спрашивают), а руководствуются рекомендациями из интернета. Найти общий язык с деревней — первое правило.

Мой дом — чья крепость?

Я живу в Тарногском районе Вологодской области. Райское место, надо сказать: чистые реки, озёра, лес, развитое лесное и сельское хозяйство. Испокон века в нашем северном краю строили большие добротные деревянные усадьбы как минимум на три избы и полным набором хозяйственных построек — баней, хлевом, погребом, сараями. Эти дома пережили своих хозяев и до сих пор в них можно жить большой семьёй. Такой дом можно купить за копейки. У наследников таких

домов одна цель — пусть дом живёт.

Иногда добрые люди пускают приезжих совершенно бесплатно, из сострадания, надеются, что продлится жизнь родного очага, считают, что горожанам сослужили добрую службу.

Реальность складывается по сценарию. Вот пример. Четыре года назад оказалась в тихой деревеньке семья с юга — большая, многодетная, непьющая. Подобрали для неё справный дом, в котором имелось всё: от мебели, бытовой техники и утвари до постельного белья и мотоцикла. И каков результат? Дом изжили до неприличия, всё растрепали, бросили и уехали в другую деревню. А там, не будь дураками, поинтересовались у соседей и не пустили. Поехали прочь, на чём свет ругая негостеприимную деревню.

Нет работы

Ещё один повод для «развода с деревней» — нежелание работать. Труженики сельской местности нужны позарез: операторы машинного доения, трактористы, ветеринары, агрономы, зоотехники. Зарплаты хорошие, соцпакет обеспечен, жильё предоставляется. Устроившись на работу, горожане зачастую даже не пытаются обучиться профессии, понять её особенности, сработать с коллективом, а пытаются немедленно перейти, например, в торговлю, при этом сохранив полученную квартиру за собой. Поменяв пару-тройку рабочих мест, они приобретают репутацию «перекати-поле», и шанс найти достойное рабочее место у них сокращается. Приезжая в сельскую местность, надо пом-

нить — ты здесь на виду. И если ты не знаешь людей, то они тебя знают все.

Не место красит человека, а человек место

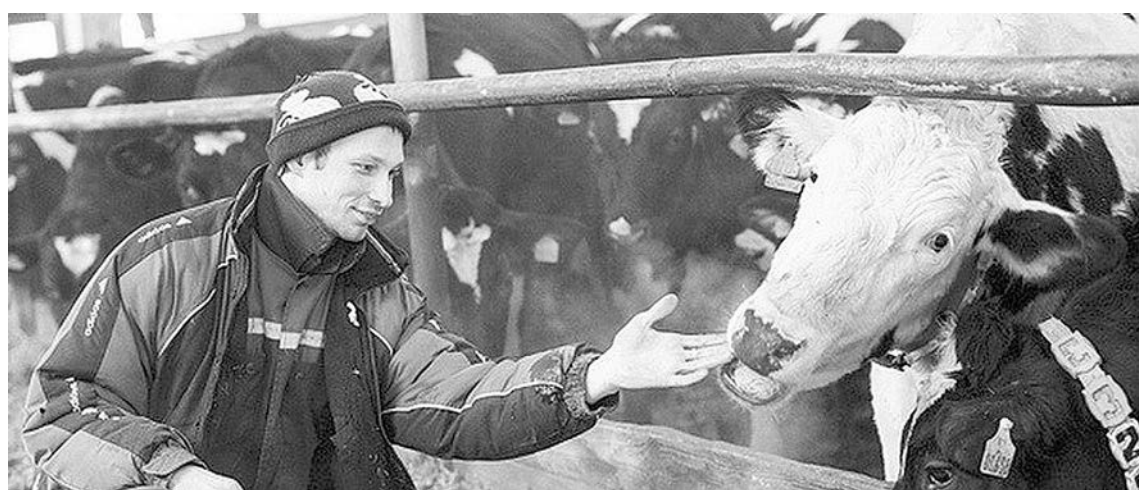
И всё-таки положительных примеров переезда из города в деревню гораздо больше чем отрицательных. Для доброй тысячи человек Тарнога стала второй родиной, здесь они нашли своё счастье, создали семьи, построили дома, самореализовались.

Надежда ЮРОВА

Вологодская область,
село Тарногский Городок

<https://vk.com/pereezdiz.gorodavderevnu>

Есть ли жизнь вне города?



Молодые люди, которые свою будущую жизнь всегда представляли только в суете большого и шумного города, возможно, даже и не поверят, что существуют такие студенты, у которых вместо мыслей о покое в столице было только одно стремление — остаться в деревне и стать специалистом в области сельского хозяйства.

Дмитрий Туровец четвёртый год работает зоотехником-селекционером в хозяйстве «Лариновка» в Оршанском районе. В 2010 году он приехал сюда по распределению и уезжать не собирается.

Какова она, жизнь вдали от «больших возможностей», напол-

ненная нелёгкой, но нужной работой?

— Когда только приехал на работу, меня приняли на должность зоотехника. А через какое-то время достаточно неожиданно пришлось стать и начальником комплекса. Разумеется, ответственность намного больше. Пришлось к старшим обращаться за помощью и в интернете «покопаться», — вспоминает Дмитрий.

В СПК «Лариновка» он приехал после окончания Витебской государственной академии ветеринарной медицины. Говорит, что учиться было несложно. Всё же вырос в сельской местности, поэтому изучать анатомию животных и правила их кормления — это,

считаю, как повторение уже известного.

— Поскольку жил недалеко от Витебска, на учёбу ездил из дома, помогал родителям. Студенческой жизни, как её обычно представляют, у меня не было. В общежитии никогда не жил, поэтому каких-то особенно выдающихся студенческих «приключений» не вспомню, — почему-то лукаво улыбнулся собеседник.

Конечно, парень прекрасно понимал, что после учёбы ему скорее всего придётся работать в деревне. Но Дмитрия это не пугало. Наоборот, он никогда не мечтал жить в большом городе. Как поясняет Дмитрий, «привычный с детства образ жизни запал в душу».

И вот вчерашний студент при-

ехал на своё первое рабочее место. Дмитрия сразу поселили в «президентский домик». На тот момент молодой специалист уже был женат, а потому ему сразу пришлось становиться настоящим деревенским хозяином: с женой они завели хозяйство и посадили огород. Держали кур, поросят и много кроликов. И это для молодой семьи стало неплохим способом экономить деньги: с таким «тылом» голодным никогда не останешься.

На вопрос, как вообще можно управляться с собственным хозяйством после того как весь день на работе проведёшь, Дмитрий отвечает:

— Да обычно: утром — своё хозяйство, далее — работа, вечером — опять по хозяйству усердствую. Ничего сложного.

Правда, сейчас семья Дмитрия (а дома кроме жены Екатерины его ждёт ещё и маленькая дочка Милана) живёт в Орше. В наследство им осталась двухкомнатная квартира, поэтому решили воспользоваться возможностью. Теперь, чтобы успеть на работу, молодому отцу и мужу надо вставать в 6 часов утра.

Разумеется, с родными людьми хочется проводить как можно больше времени. Кроме вечеров у Дмитрия на это есть один выходной в неделю. Он может прийти на любой день. А вот взять отпуск получается не каждый год. Работы

много. Хотя график на комплексе стандартный — с 8 утра до 5 вечера, приходится оставаться и позже. Тогда домой Дмитрий попадет только после 21.00.

Если всё же свободное время появляется, зоотехник любит поудить рыбу. Осенью начинаются грибы. В «ленивые» вечера случается посмотреть футбол по телевизору, а также сходить с друзьями на берег речки на шашлыки. Поскольку Дмитрий живёт в Орше, может ходить в кафе, но это случается не так часто.

— Я думаю, что главная мотивация, которая убедила бы молодого специалиста после отработки оставаться в деревне, — это не зарплата и даже не жильё. Чтобы остаться здесь жить, прежде всего нужно желание. Ведь если человеку немило всё, что вокруг, никакие материальные соблазны ему этого не компенсируют, — считает Дмитрий Туровец.

Сам он имеет неплохую для сельской местности зарплату — чуть более 600 долларов. И говорит, что, попробовав жизнь в городе, всё равно мечтает о собственном доме в деревне. Чтобы и хозяйство, и усадьба, и атмосфера были к чему привык с детства. А тем студентам, которых в скором времени ожидает «нестоличное» распределение, Дмитрий Туровец советует не огорчаться и не бояться жить в деревне. Тем более, что от затруднений не спрячешься ни на последнем этаже самого высокого городского здания, ни за печью в деревенском доме.

realt.onliner.by



Взыграли корни

Лично мне всегда хотелось иметь домик в деревне. Не знаю почему. Ведь до прошлого года в деревне ни разу не была! Бабушка сказала, что у меня «взыграли корни». Может быть.

Когда появилась возможность, мы решили купить домик, чтобы приезжать на лето с детьми, отдыхать, загорать, купаться, ну и сажать немного картошечки, огурчиков-помидорчиков. В общем, главная цель стояла — вывезти детей на свежий воздух.

С такими мыслями в прошлом году мы купили дом в селе на юге Саратовской области и провели там лето и часть осени. И это было счастье! Несмотря на все трудности, проблемы, на то, что я с детьми приехала одна в пустой дом, ничего не зная и не умея делать, нам очень и очень понравилось.

Было прекрасно просыпаться утром и выходить на нагретое солнцем крылечко в свой собственный двор (а не пропахший алкашами подъезд), пить домашнее (от соседской коровки) молочко, кушать домашние (также от соседских курочек) яйца, собирать клубничку, купаться в речке, а по вечерам, после работ на огороде, сидеть на том же крылечке, любуясь закатом... А уж когда пошел урожай! Наш первый урожай!

(Не считая картошки, которую мы раньше сажали на Севере). Редиска с домашней сметанкой, огурчики, помидорки (спасибо соседям за рассаду), кабачки, варенье, картошечка... Ещё чудесная банька и очень яркое звёздное небо, на которое хочется смотреть и смотреть... И тишина, и спокойствие, чего нет в городе...

И, конечно, двое капризных детей, требующих внимания (особенно младший), которым хочется гулять, отдыхать и развлекаться (особенно старшему); и огород, который сажали с трудом вдвоём со старшим сыном; стирка в тазике, для чего ещё нужно нагреть воды; уборка дома; готовка в перерывах между ежедневной прополкой и поливом; охота на колорадских жуков; поездки за продуктами; стресс от первого клеща; сорняки; отсутствие инструментов, посуды, мебели и предметов быта. А потом пошли заготовки! Лишь только в конце августа смог, наконец, приехать муж и стало легче.

Уезжать никому не хотелось! Но это было невозможно, и мы уехали обратно на Север. И сразу же стали ужасно скучать по дому, по деревне, по новым друзьям.

Оказалось, что квартира после дома кажется маленькой, душной и тесной, подъезд — грязным

и вонючим, магазинные продукты — ненастоящими, а в ванне не получаешь такого удовольствия, как в бане. И после активного труда и отдыха времяпрепровождение на диване с телевизором как-то не радует.

К тому же за это время мы начитались разных историй о переезде в деревню, об устройстве городов и поняли, что со многим согласны. И что несмотря на нашу прошлую городскую жизнь, хотим попробовать построить будущее в деревне. Когда-нибудь. Возможно, лет через пять, когда рассчитаемся с кредитами и старший сын закончит школу. Или когда он получит профессию и уйдет в армию. Или когда выйдем на пенсию...

Но тут, видимо, вмешалась судьба, и произошли события, вследствие чего у нас появилась возможность и даже необходимость переезда.

И вот 8 мая мы с детьми приехали в свою деревню. Сразу же начались трудности. Сначала долго не могли запустить систему отопления и прогреть дом. Потом на водонапорной башне сломался насос, и всё село надолго осталось без воды. Без полива погибался огород. А потом нагрянули заморозки, погубив часть посадок.

Тем не менее, у нас по птичьему дворику бегают уже немного

подросшие утята, курочки снесли первые яйца, а мы возимся с малышами-цыплятами. Дети в восторге! И всё это за месяц!

Конечно, делать выводы ещё очень рано. По большому счёту, о своём переезде надо писать хотя бы через год. Но я всё же хочу сказать всем, кто думает переехать в деревню: смелее, без сомнений, не жалейте того, что у вас есть, не держитесь за мнимые блага, а просто приезжайте в деревню! Конечно, будут проблемы, трудности, расхождения и неудачи, но всё решается. Приезжайте, получайте удовольствие от жизни и своего труда!

Настюшка КАМЕНСКАЯ

<https://vk.com/id132784138>



Жить нужно там, где чувствуешь себя Дома

На самом деле это довольно длинная история. Начать её хочу с рассказа о том, как деревня вернула мне здоровье. Было это несколько лет назад... Когда после операции и лечения я вернулась домой, сил не было даже на то, чтобы передвигаться по квартире. Дойти до магазина — подвиг, после которого могла только лежать. На улице стоял июнь, пыльно, душно... И я уехала в деревню — благо хоть за рулём чувствовала себя достаточно уверенно.

И началась совершенно иная жизнь. В деревне совсем другой воздух, и слабость понемногу стала отступать. Тем более, всегда много дел: за водой на родник сходить, печку истопить. Да и земля тянет к себе — то травку лишнюю повывергиваешь, то цветы полить надо. Честно говоря, не помню, как вообще в тот год картошку сажала: соседка позвонила на второй или третий день после операции, сказала, что в ближайшие выходные будут пахать участки и поинтересовалась, нужно ли мне вспахивать. Я ответила, что, конечно же, нужно. Дальнейшее из памяти стёрлось... Но очень хорошо помню, как окучивала эту картошку, пытаюсь управиться левой рукой (правая после операции двигалась очень ограниченно да и нагружать её нельзя было). Потом приехали сослуживцы навесить, и большой компанией (тяпок не хватило, пришлось у соседей занимать) мы бодро весь картофельник окучили и устроили пикник с шашлыками.

Словом, спустя пару недель чувствовала себя уже почти здоровой и через месяц на очередном приёме поинтересовалась



у врача, не пора ли мне на работу. Рука разболталась без всяких специальных упражнений: за делами-заботами забываешься, не вспоминаешь о том, что чего-то не можешь.

А ещё за это время окончательно осознала, что хочу жить вот так — вдали от города, от пыли и суеты, от соседей и шума за окнами. Я поняла, что мне хорошо здесь, в тишине, среди природы, когда под окном сад-огород, а по утрам просыпаешься от того, что поют птицы.

Наверное, стоит вернуться немного назад... Я городская, родилась в Питере и прожила там полжизни, там родились мои сыновья, хотя к моменту рождения второго жили мы уже в Костроме. Не знаю, то ли размеренная провинциальная жизнь сделала своё

дело, то ли секрет в чём-то ином, но когда лет пятнадцать назад меня звали вернуться в Питер, я отказалась: мегаполис с его сутолокой уже не казался привлекательным.

И уже тогда меня тянуло к земле. Особенно по весне, когда всё начинает просыпаться, когда пахнет землёй и молодой травой, руки сами тянутся что-нибудь вскопать, посадить, посеять...

Помню, приехала как-то с сыном на майские праздники к друзьям в деревню. Они долго смеялись, когда я в первый же день попросила: «Ребята, дайте я у вас тут что-нибудь вскопаю». Лопату мне дали и грядку выделили.

Мне стало окончательно ясно, что с этим нужно что-то делать: в самом деле, не будешь же постоянно по друзьям ездить, чтобы в огороде поковыряться! Но до ис-

полнения мечты о доме в деревне прошло ещё несколько лет...

Я хотела именно дом в деревне — не дачный участок в садоводстве, а настоящий деревенский дом. И чтобы участок большой — шести соток мне мало, душа простора жаждала... Нужный вариант не находился очень долго: то мне не нравится, то что-нибудь с покупкой не складывалось. И так продолжалось пока мне не предложили тот самый дом... Я поехала его посмотреть и поняла: это именно то, что искала, что отсюда не хочу уезжать и хочу, чтобы этот дом стал моим.

Эта покупка была мне не по карману, вообще была чистой воды авантюра с точки зрения большинства знакомых. Но когда чего-то сильно хочешь, Вселенная точно идёт навстречу. Банк дал мне

кредит на покупку этого дома. Как? Не знаю до сих пор — оформлять договор приходила с четырёхмесячной дочкой на руках, у меня не было работы и денег на первоначальный взнос. Но всё решилось, и своё первое лето моя Алёнка провела в деревне.

К сожалению, в тот дом нельзя было переселиться насовсем: наша деревня расположена так, что дороги к ней нет. Летом можно проехать через поля, но как только зарядят осенние дожди, этот путь становится непроходимым. Всю зиму несколько постоянных жителей деревни ходят пешком километра два до ближайшего санатория если нужно попасть в город. Но несмотря на это, всё свободное время я проводила в деревне, добираясь туда всеми доступными на текущий момент способами. Именно деревня поставила меня на ноги, укрепила во мне понимание того, как я хочу жить дальше.

И вот когда судьба совершила очередную вираж, хорошо подумав, пришла к выводу, что настало время действовать. Старшие дети выросли и разъехались, младшей жизнь в деревне нравится. Меня в городе ничто не держит... Я приняла безумное с точки зрения большинства знакомых решение: переехать в деревню. Обстоятельства мне и в этой затее благоволили: где-то в начале июня созрело решение, а уже к концу августа переехала, отыскав подходящий вариант и продав свою городскую квартиру.

Знаете, я здесь счастлива. Сейчас точно знаю одно: жить нужно не в городе и не в деревне — жить нужно там, где чувствуешь себя Дома. Я уже Дома.

Марина ГЕРАСИМЕНКО
Ярославская область



Центр пермакультуры в Индии

■ Елена Чумичёва
г. Орёл

Мне посчастливилось побывать в изумительном месте, где я провела целых восемь месяцев. Это центр пермакультуры в Индии, недалеко от Бангалора, на территории ашрама «Искусство Жизни».

Здесь я получила не только теоретическое знание о пермакультуре, но также практический опыт. Когда по видео и фотографиям 6–7-летней давности увидела, как всё здесь было, то очень удивилась. Как на камнях и голой земле возникло такое многообразие?! Сейчас в этом месте сочетание фруктовых деревьев, компостных грядок с овощами, травами, многообразие птиц, бабочек, животных...

А началось всё с того, что Мастер Шри Шри Рави Шанкар позвонил выходцу из деревни (к слову, Индия состоит из одних деревень) Бинаю Кумару Джи, работающему в то время с компьютерными программами в корпорации, и предложил открыть и заняться демонстративной площадкой пермакультуры.

Западная культура стала проникать в Индию давно. И до сих пор в этой стране остро стоит проблема сельского фермерства. Фермеры берут землю, применяют навязанные им химикаты и толком ничего не получают. В результате эти люди влезают в долги, их семьи голодают. Много фермеров просто покончили жизнь самоубийством, не видя выхода.

Тогда встал вопрос об органическом земледелии, и, как совсем идеальный вариант, возник центр пермакультуры. Так Бинай Джи стал изучать эту сферу, ездить на конференции и получил обучение у Билла Моллиса — одного из основателей пермакультуры. И сам он говорит, что обучается на практике у природы. «Время, проведённое на ферме, — это мой опыт и знание».

Это не только место, куда приезжают экскурсии. Здесь можно поработать волонтером и получить практический опыт, а также пройти практические семинары. Также идёт отдельная работа с фермерами: они приезжают в центр или Бинай Джи отправляется в деревни и передаёт опыт и знание на месте.

Мне особенно понравилось, когда прислали на практику на два месяца студентов-аграрников. Утро начиналось с того, что до рассвета все собирались в прекрасном, построенном из естественных материалов открытом зале. Начались занятия с комплекса упражнений «Приветствие солнцу» (Сурья Намаскар) под руководством Биная Джи, затем следовали асаны йоги и пранаяма. Завершала всё медитация под пение уже проснувшихся птиц. Завтрак, включающий местные травы, подавался на банановых листьях. Затем студенты получали теоретические и практические знания. Когда два месяца спустя практикантам-аграрникам нужно было уезжать, они просто реально плакали. Ведь за это время они получили большее образование — познание себя и слияние с самой природой...

Пермакультура — это не только земледелие. Органическое

земледелие — лишь малая часть пермакультуры.

Каждый день на экскурсии и семинары в центр пермакультуры приезжает по 3–5 автобусов, по 50 человек каждый. И люди узнают не только о плодородии почвы и т. д., но и самое главное — экологию жизни: знание о полезном питании, о вреде пластика и как этот вопрос можно постепенно решать, о воде и коровах...

Да, в Индии коровы почитаются как Матери. Хотя под влиянием экономики ситуация немного изменилась не в лучшую сторону.

Рядом с центром пермакультуры располагается Гошала, по-нашему местный коровник. Там бережно относятся к животным. Иг-



рает приятная негромкая музыка. Всё сделано из естественного дерева. Кормят коров только натуральными кормами. Я в России редко пью молоко, тяжёлое оно для меня. Здесь я, наверное, не пропустила ни одного дня, чтобы не выпить чашку молока. Оказывается, коровы в стрессе выбрасывают в молоко вещество, которое является «помощником»



в образовании различных опухолей. А вот любимые коровы вырабатывают вещество, противостоящее онкологии. Вот вам и «тихая месть» коровок. Так что не бойтесь залюбивать кормилец. Всё идёт от коровок в пользу: помёт используют для удобрения, замешивают настои для почвы — дживамрит; делают сушёные лепёшки, которыми можно отапливать помещения и проводить священные пуджи; коровья моча используется для лекарств, а также для строительства крепких домов и площадок.

Меня поразила также система водоёмов. Здесь всего-то два озера, образующие водную систему. Ступенчатая территория



сте. И если нужно, в природе может пойти дождь. Это знание ритмов. Всё научно...

Я привезла с собой в Индию наши старые русские семена. Конечно, попросила площадку для эксперимента. Сначала мне дали небольшой кусочек, а потом разрешили сажать уже везде. Я немного почувствовала себя помещиком. Как же хорошо пошли помидоры, да какие — крупные, ароматные!

ношению к земле. Однажды привезли более 50 детей. Представьте: один преподаватель Бинай Джи и 50 детей. Все дети молча слушали. Отвечали по очереди, уважительно давали сказать другому, если происходила накладка и нетерпеливые перебивали. Один подвёл руки Учителя — и шум прекратился. Занятия очень интересные. Детей никто не запугивает в школах, просто они так научены в семье и школе. Вот вам и «неразвитая» страна, как говорят...

Это не первый опыт, когда я наблюдала детей. Они с удовольствием ходили по территории и спрашивали: «А что это за растение. А это? А это?». На практических занятиях дети превосходили в усердии взрослых. Представляете себе ребёнка, который задаёт не детские, казалось бы, вопросы? Например: «А что сделать мне для страны? Как я могу быть полезен, пока я маленький? Что мне делать, чтобы быть спокойным? Как бороться с гневом? Как перестать беспокоиться о мелких вещах?». Да, от взрослого такое редко услышишь... А жаль, такие вопросы двигают жизнь вперёд. Много всего за это время я осознала.

Приезжали сюда и немногие русскоговорящие гости. Жаль, что наши соотечественники думают, что они всё знают. Те, кто был здесь, сказали, что ещё вернуться, чтобы остаться и получить этот опыт. Так что, как говорится, не проходите мимо.

Надеюсь, что удастся пригласить учителя пермакультуры к нам в Россию с практическими семинарами. Пока ему некому оставить свой пермакультурный центр. Но в следующем году Бинай Кумар побещал приехать в Россию, если будет у нас интерес — с возможным консультированием по водному балансу и правильному использованию почвы.

Сейчас большое внимание уделяется экологии и духовному развитию человека через познание себя. Проводятся гармоничные семинары, где сочетаются практики по развитию человека с теоретическими и практическими занятиями по пермакультуре.

Мне посчастливилось взять интервью у Биная Кумара, о чём я расскажу в следующем номере газеты.

Видео интервью выложено в Фейсбуке в группе «Пермакультура Art of living» (<https://www.facebook.com/Пермакультура-Art-of-Living-872744856246405/>).

До встречи!



Шикарный укроп. А местные индусы впервые увидели редьку. Салаты, базилик всех видов, пекинская капуста, редис радовали как никогда. Так что много семян останется им на следующие эксперименты. Это банк натуральных семян.

Попались также гибриды из наших семян под видом натуральных, как было указано на пакетиках. Так что собирайте свои семена, имейте свой банк семян!

В пермакультуре хорошо используется весь естественный материал. Компост и компостные грядки везде. Нет привычной для русского человека чистой чёрной грядки. Всё в толстом слое мульчи. Здесь жарко. Вода очень ценна. А мульча отлично хранит влагу. Питание очень хорошо дают энзимы, определённые настои.

Засунешь руку под мульчу в такой грядке и чувствуешь тепло, мягкую, пушистую почву и влагу, а посмотришь и увидишь работников — дождевых червей.

Также здесь не обходится без магии. В определённые периоды проводятся агниотры (древнейший и мощный ритуал очищения огнём), которые очищают атмосферу, привлекают птиц и полезных насекомых.

Ещё меня удивили дети. Здесь также проходят и детские семинары. Дети получают знания о земле и природе, учатся бережному от-



Сегодня многие туристы, пресытившись Таиландом, Бали и другой экзотикой, ищут новые маршруты для путешествий. Это, разумеется, неплохо, но, в первую очередь, для индустрии туризма. А вот для некоторых «открытых» курортов приток людей из разных стран становится проблемой...

Особенно, если это маленькая республика, расположившаяся в Тихом океане между Японией и Австралией, — Палау: нетронутые леса и девственно чистые пляжи, а ещё 200 природных известняков и вулканических островов.

Для Палау, где на островах проживают чуть более 20 тысяч жителей, приток 160 тысяч туристов в год равносителен массовому нашествию.

Кстати, это государство является 13-м среди самых маленьких государств в мире, и легко понять местных жителей, которые не в восторге от такого внимания к их стране, собственно, как и местные флора и фауна.

Власти не сразу поняли, какой ущерб наносится природе родного государства, а когда всё-таки осознали это, создали первый в мире заповедник. И прежде чем ступить на землю Палау, теперь каждому туристу необходимо получить отметку об этом в паспорте.

Кстати, отметка в виде штампа — это не просто печать, а мудрые правила, которые обязуется выполнять турист, находясь на территории республики. Хотя всё же больше это похоже на клятву: «Дети Палау, я здесь гость и понимаю, что, ступая на вашу землю, обязуюсь сохранять и защищать ваш



Для посещения этого места туристы должны подписывать экоклятву

красивый и уникальный островной дом. Я клянусь быть доброжелательным и действовать разумно. Я не возьму то, что не дано. Не причиню вреда тому, что не навредит мне. Единственные следы, которые я оставлю, это те, которые смываются».

На самом деле Палау является первой и пока единственной страной в мире, которая изменила свою политику в отношении мигрантов и туристов на законодательном уровне для защиты экологии и природных ресурсов. Хотя это правило о не нанесении вреда было основано на моратории, созданном лидерами Палау для запрета на чрезмерное потребление

или уничтожение природных ресурсов.

Лаура Кларк, соучредитель проекта Palau Legacy (инициативной группы по защите Палау), описывает обязательное обещание туристов как нечто, что помогает «гостям понять, какую важную роль они играют в защите Палау для следующего поколения. Большинство посетителей не знают, какое серьёзное воздействие они оказывают на окружающую среду или, напротив, не знают о том, что они могут сделать, чтобы помочь».

И хотя эта инициатива возникла из-за необходимости минимизировать экологический ущерб,

причинённый туристами, местные жители также взяли на себя некоторые обязательства. Например, для местных детей в учебную программу введены уроки, которые помогут привить экологическую осведомлённость, а главное — бережное отношение к родной природе. Кстати, в знак солидарности люди, которые хотят поддержать экотуризм, могут подписываться под клятвой онлайн, даже не отправляясь в страну.

Власти надеются, что такая политика поможет сохранить окружающую среду и привлечь внимание к экологическим проблемам, связанным с туризмом. Для обеспечения соблюдения ново-

го закона нарушители будут облагаться штрафами до 1 миллиона долларов США. Президент Палау Томми Э. Ременгесау так прокомментировал проблему, связанную с туризмом: «Влияние человека на окружающую среду нашей планеты является одной из самых больших проблем, стоящих перед нашим миром сегодня. Как небольшое островное государство, мы остро ощущаем влияние таких действий. Мы надеемся, что сможем повысить глобальную осведомлённость, а главное — напомним, что каждый из нас несёт ответственность за свои поступки перед будущим поколением и природой».

Нововведение уже привлекло внимание общественности во

всём мире, но это не первая значительная экологическая инициатива Палау. Палау также была первой страной, которая запретила донный трал и создала заповедник для акул. Национальный морской заповедник Палау имеет по размерам территорию, сравнимую с Калифорнией. В республике также запрещены бурение нефтяных скважин и коммерческий промысел.

Хотелось бы надеяться, что остальной мир скоро последует примеру этой крошечной страны и предпримет аналогичные шаги для защиты окружающей среды.

rodovid.me

Он знает, о чём говорят деревья

Всегда когда-нибудь задумывались о том, что деревья могут общаться между собой? Если вы мечтательная натура или у вас хорошая фантазия, то наверняка — да. Всё же для большинства такие мысли — бред сумасшедшего.

Но только не для немецкого лесничего Питера Уоллебена, который уверен, что деревья на самом деле разговаривают друг с другом.

Оказывается, у деревьев есть друзья, они чувствуют одиночество, кричат от боли и общаются под землёй через «лесную сеть». Некоторые выступают в роли родителей или добрых соседей. Другие имеют скверный характер и их кроны не просто бросают тень, они — жестокие убийцы для соперничающих видов. Молодые деревья, точно люди, рискуют собой и проверяют себя на прочность, а затем извлекают уроки, например, теряя листву.

Питеру Уоллебену 52 года, он написал книгу «Скрытая жизнь деревьев», в которой столько волшебной притягательности! В книге есть моменты, которые пробирают до глубины души. Например, когда автор описывает, как себя чувствуют деревья с обломанными ветвями, с вырубленными или изъеденными грызунами корнями... Конечно, Питер пишет в первую очередь как защитник природы, хотя признаёт-

ся, что многое ещё неизвестно.

Последние 10 лет Питер наблюдал за мощной, но при этом жестокой системой выживания древнего букового леса на вверенной ему территории в горах Эйфель в Западной Германии.

— Меня больше всего удивило, насколько деревья могут быть социальны. Однажды я наткнулся на старый пенёк и увидел, что он всё ещё жив. Хотя ему было 400 или 500 лет, он был без единого зелёного листа. Каждое живое существо нуждается в питании. И единственное объяснение тому, что этот пенёк всё ещё жив, это то, что его питание поддерживалось соседними деревьями через корни. Как лесник, я знал, что деревья — это конкуренты, которые борются друг с другом за свет, пространство, воду. Но тут увидел ровно противоположную ситуацию. Деревья очень заинтересованы в том, чтобы сохранить каждого члена своего сообщества живым.

По так называемым «лесным сетям» деревья сообщают о своём бедствии в электрических сигналах через корни («как наша нервная система») своим близким, когда они находятся в беде. Точно так же они кормят поражённые деревья, выращивают некоторые саженцы («любимые дети») и ограничивают другие деревья, чтобы поддерживать всё сообщество сильным.

— При помощи «лесной сети»



деревья знают, кто их друзья, кто их семьи, где их дети. Они также запросто могут распознать своих неприятелей среди деревьев. Есть несколько пней в этих старых буковых лесах, которые живы, а есть также гнилые, которые, очевидно, не имели никакого отношения к корням поддержки соседей, — рассказывает Питер.

В своей книге он пишет о так называемом лесном этикете: деревьям не нравятся соседи, которые нарушают правила и забирают ресурсы! Когда деревья нарушают правила, вы оказываетесь в «пьяном лесу», тогда как «благонадёжные члены лесного общества» всегда выглядят зрелыми, с прямым стволом и упорядоченным расположением ветвей.

Лесничий считает, что у каждого дерева есть свой характер.

— Мы привыкли считать, что растения являются роботизированными и следуют генетическому коду. Но у растений и деревьев

всегда есть выбор, что делать и какими стать.

Лесничий утверждает, что буки и дубы образуют леса, которые тысячи лет, потому что они действуют как семьи. Деревья являются племенными («они генетически так далеки друг от друга, как вы и золотая рыбка»), но безжалостно защищают свой вид: «Буки, например, преследуют другие виды, такие, как дуб, пока те не ослабевают».

— А вот ивы — одиночки. Семена разлетаются далеко от других деревьев, на много километров. Деревья быстро растут, но не живут очень долго, — рассказывает Питер. — Тополя также не являются социальными. Берёза уничтожает другие деревья, поэтому можно заметить, что возле неё больше места. Возможно, это звучит не очень хорошо, но я думаю, что у берёзы нет другого выбора, потому что это её жизнь, её генетический код.

Городские деревья похожи на уличных детей, они изолированы и борются с проблемами без сильных корней.

Питер говорит о лесном мире восхищённо, чудесно и немного странно, но посыл его слов понятен.

— Я не предлагаю начать разговаривать с деревьями или превращать их в неких потусторонних существ, но хочу, чтобы мы защищали их, — говорит он.

Лесничий хочет, чтобы люди сократили потребление древесины и больше наслаждались деревьями такими, какие они есть в природе, Питер описывает их как «растительных слонов».

— Разве мы потеряли связь с природным миром? Я так не думаю. Возможно, у нас появилось небольшое расстояние, потому что учёные за последние 200 лет научили нас, что природа работает без души.

rodovid.me

Редкая усадьба обходится без погреба. При выборе конструкции хранилища решающее значение имеет уровень грунтовых вод (УГВ) на земельном участке. При достаточно высоком УГВ, когда осенью или весной вода поднимается выше 2,5 м от поверхности земли, строительство подземного хранилища нецелесообразно. В этом случае предпочтительнее построить полузаглубленный погреб или наземный.

В отличие от заглубленного полузаглубленный погреб находится ниже уровня поверхности земли только частично, основная его часть располагается на поверхности, что и позволяет построить полноценное хранилище при высоком уровне грунтовых вод (например, при УГВ 1,5 м заглубляться можно только на 1 м).

При частичном заглублении сокращается объём земляных работ при рытье котлована и упрощается устройство гидроизоляции, что является неоспоримым достоинством. Кроме того, помимо функции хранения овощей, корнеплодов, солений и других продуктов и домашних заготовок полузаглубленный (он же полуподземный) погреб может стать и украшением сада.

Особенности

- Для строительства достаточно вырыть котлован глубиной до 1 метра. В большинстве случаев достаточно глубины 70–80 см. Максимальную глубину конструкции определяют из того, что грунтовые воды должны быть не ближе 50 см к уровню пола.

- Основание делают из кирпича или бетона, реже используют шлакобетон (его рекомендуется применять только в том случае, когда строительство ведётся на сухом месте). Затем поднимают стены до необходимого уровня — как правило, не выше 200–220 см.

- Необходима хорошая гидроизоляция дна и стенок погреба. Для гидроизоляции используют рубероид, битум, глину и другие обмазочные материалы, устраивают глиняный замок.

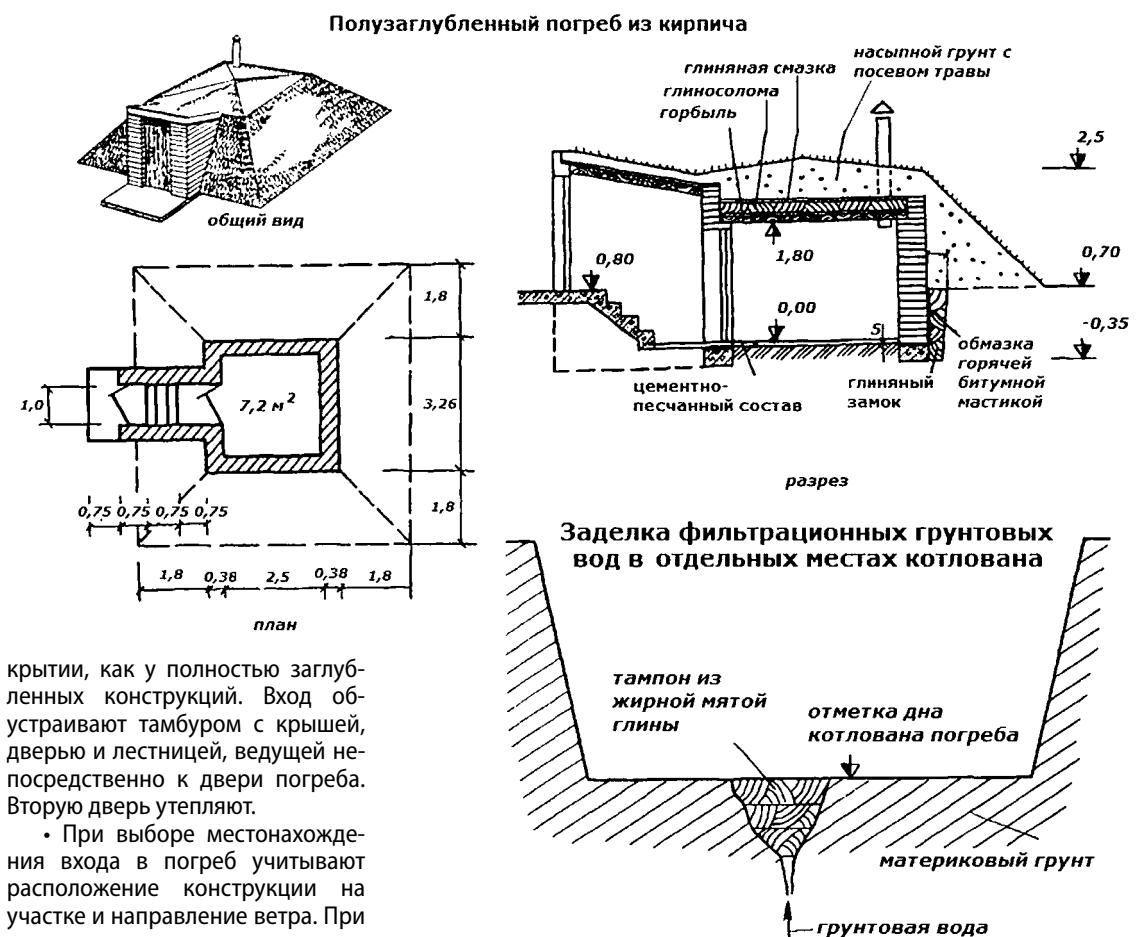
- Требуется перекрытие конструкции, его часто делают из горбыля. Перекрытие покрывают слоем мягкой глины, затем накрывают двумя слоями рубероида. Сверху насыпают слой грунта, поднятого при строительстве котлована или привозного. При засыпке грунта откосы делают под углом 45°. Минимальная толщина засыпки 70 см. Чтобы дожди не размывали грунт, сверху конструкцию обкладывают дёрном.

- В перекрытии обязательно устраивают вентиляцию.

- Полузаглубленное хранилище обязательно устраивают отдельным входом с уровня земли. Дверь делают в стене, а не в пере-



КАК ПОСТРОИТЬ ПОЛУЗАГЛУБЛЕННЫЙ ПОГРЕБ



крытии, как у полностью заглубленных конструкций. Вход устраивают тамбуром с крышей, дверью и лестницей, ведущей непосредственно к двери погреба. Вторую дверь утепляют.

- При выборе местонахождения входа в погреб учитывают расположение конструкции на участке и направление ветра. При расположении входа с подветренной стороны улучшается тепло-

изоляция, но при этом попасть внутрь конструкции зимой будет трудно из-за снега. Поэтому целесообразно делать вход в погреб с удобной стороны, но при этом лучше утеплять двери (например, обить их войлоком и заделать щели).

Погреб из кирпича

Погреб из кирпича — наиболее распространённый тип полузаглубленного погреба. Его основание находится на глубине 0,7–1 м от поверхности земли, поэтому строительство возможно и во влажных местах. Для этого:

- роют котлован требуемых размеров. Если при этом обнаруживаются водоносные жилы, то их по мере выявления тампонируют (заде-

лывают) на глубину 0,5 м слоями жирной глины толщиной 0,1 м;

- стены такого полузаглубленного хранилища выкладывают из обыкновенного красного обожжённого кирпича;

- возведение шлакоблочных (блочных) набивных в переставной опалубке стен допускается только в сухих местах. Такие стены для придания им водостойкости обязательно нужно оштукатурить с обеих сторон цементным раствором;

- перекрытие кирпичного полуподземного погреба выполняют из необрезных досок толщиной 40–50 мм или горбыля. Сверху делают глиняную смазку или укладывают слой толя (рубероида);

- тип гидроизоляции выбира-

ют в зависимости от места нахождения построенного своими руками полузаглубленного погреба из кирпича. Это может быть обмазочная гидроизоляция, например, горячим битумом или оклеечная, с глиняным замком или без него.

Блокированный погреб

Строительство своими руками блокированного погреба имеет ряд преимуществ:

- экономические — снижение затрат стоимости строительства на 20–25% и экономия строительных материалов благодаря наличию общих ограждающих конструкций (кровли, стен и т. д.);

- территориальные — рациональное использование земельного участка за счёт расположения блокированного погреба на границе двух смежных участков;

- удобство использования одной семьёй — хранение корнеплодов и картофеля возможно в обособленных ячейках, что исключает возможность образования неприятного запаха, появляющегося при их совместном хранении.

Блокированный погреб:

- роют котлован;
- дно котлована зачищают и планируют;

- на дно котлована насыпают слой щебня (или кирпичного боя) толщиной 8–10 см из расчёта 0,1 м³ на 1 м² основания. Затем щебень трамбуют и заливают горячим битумом;

- из плотного бетона заливают основание погреба. Состав бетона — цемент, песок, щебень (гравий) из расчёта 1:2:4;

- по прошествии одной недели после заливки основания из кирпича начинают возводить стены погреба;

- кирпичные стены с двух сторон покрывают цементно-песчаной штукатуркой слоем 10–20 мм;

- одновременно с оштукатуриванием стен из того же цементно-песчаного раствора заливают пол толщиной 40–50 мм, заглаживая его кельмой;

- наружную гидроизоляцию стен выполняют битумной мастикой по предварительно нанесённому слою 0,1 мм битумной грунтовке или используют расплавленную горячую битумную, нанесённую в два слоя толщиной 2 мм из расчёта 2 кг/м²;

- при необходимости устраивают глиняный замок (см. рисунок);

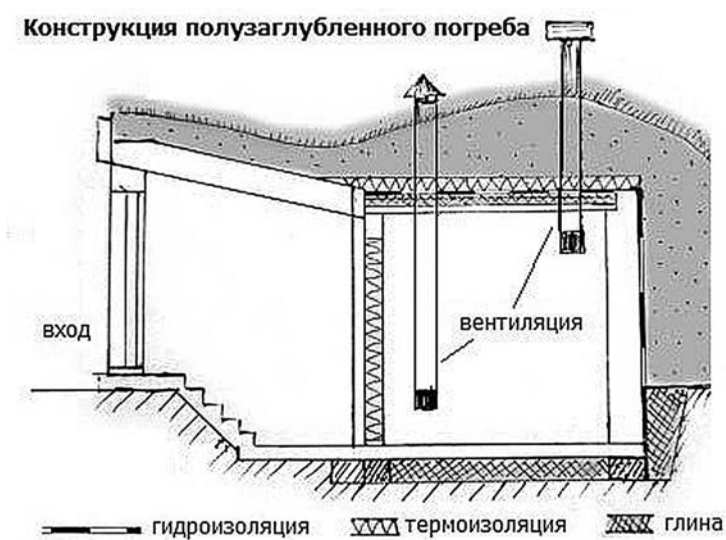
- перекрытие блокированного погреба выполняют из досок толщиной 50 мм или толстого притёсанного горбыля. В местах, где опираются доски на кирпичную кладку, их концы промазывают битумом для увеличения срока службы;

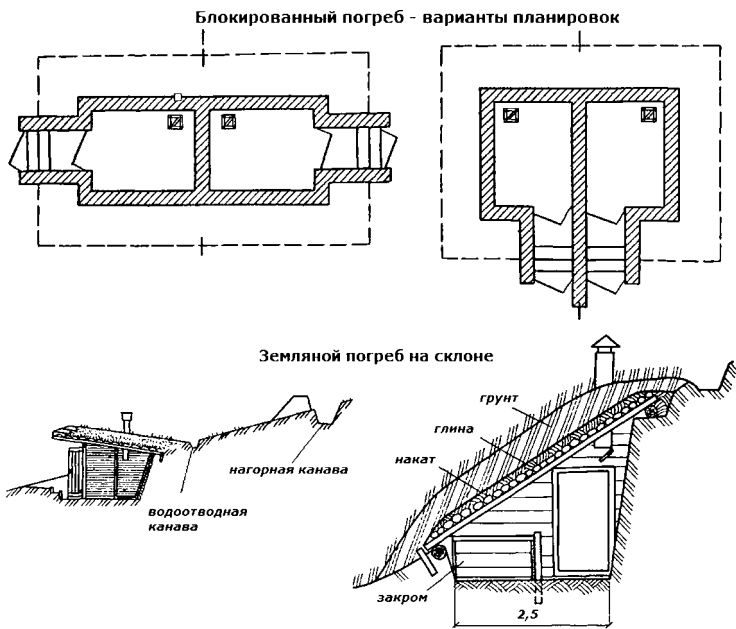
- для утепления перекрытия укладывают слой глиносоломой толщиной 20 см, сверху — слой земли толщиной 50 см. Землю засеивают травой;

- откосы стен блокированного хранилища укрепляют дёрном.

Погреб на склоне или косогоре

При строительстве своими руками погреба на косогоре или склоне земля используется рационально. Объём земляных работ при этом небольшой, за счёт чего снижаются затраты труда и материалов и, как следствие, сокращается стоимость строительства. Погреб на косогоре получается хорошо защищённым от грунтовых и талых вод, а также сырости.





Строительство на склоне

• Сверху на расстоянии 3–5 м устраивают нагорную водоотводящую канаву. Глубина канавы должна быть не менее 70–80 см. Расположение канавы — не поперёк косогора (склона), а наискосок (под углом), так как в этом случае даже в самые сильные ливни канаву не прорвёт и погреб не будет залит водой.

• Пол погреба делают глинобитным. Для этого глину смешивают с крупнозернистым песком или мелким (фракция 5–10 мм) щебнем (соотношение 1:1–2). Полученную и уложенную смесь глины и наполнителей необходимо тщательно утрамбовать.

• Для перекрытия погреба на склоне подойдут тонкомерные брёвна — накатник. Сверху изоляция из глиняной смазки (мятая глина с соломенной сечкой).

• Поверх перекрытия выполняют обваловку грунтом толщиной слоя 30 см.

• Дверь построенного на склоне или косогоре погреба делают небольшой и утеплённой. За дверью — тамбур.

Погреб для выращивания шампиньонов

Для выращивания шампиньонов необходим не слишком сырой погреб, защищённый от попадания верховой и грунтовой вод.

• Для строительства такого погреба выбирают возвышенные сухие места.

• Выкапывают котлован глубиной 60 см. Стенки котлована делают скошенными.

• Погреб для шампиньонов имеет каркасную конструкцию. Остов конструкции — ошкуренные брёвна-стойки диаметром 14–18 см заглубленные нижним концом в грунт на 0,7–0,8 м.

• Стенки погреба обшивают

горбылём для предохранения земли от осыпания.

• Кровлю выполняют из глиносоломой по сплошной дощатой обрешётке из обрезных досок. Такая кровля выполняет одновременно две функции: защиту погреба от атмосферных осадков и утепление.

• Чтобы приготовить глиносолону из прямой пшеничной или ржаной соломы (т. е. целиковой, а не из-под комбайна), необходимо связать небольшие снопы диаметром 7–8 см и вымочивать их в течение 2–3 дней в жидкой глине. После этого их вытаскивают и укладывают в штабель. Для удаления лишней влаги штабель сверху накрывают деревянным щитом и нагружают. Приготовленные таким образом снопы до того как они высохнут окончательно (не должны потерять клейкость) укладывают на кровлю, делая небольшой напуск на стенки.

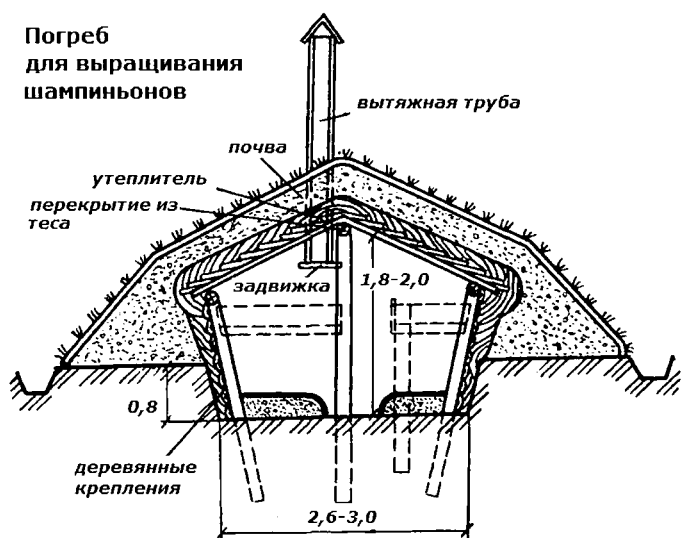
• Поверх глиносоломой кровлю обваловывают слоем сухой земли. Толщина слоя земли — 40 см в коньке, 80–100 см в основании.

• Пол делают глинобитным; оптимальная температура в погребе — плюс 10–14°C. Температура должна быть стабильной, так как при её снижении до +3°C рост шампиньонов прекращается, но при этом они остаются способными к продолжению дальнейшего роста при возникновении благоприятных условий.

• В погребе должен быть обеспечен хороший воздухообмен, для чего устраивают приточно-вытяжную вентиляцию.

• Влажность воздуха в помещении крайне важна, так как при высокой влажности и плохой вентиляции начинают распространяться плесневелые грибы. Оптимальный уровень влажности составляет 70–90%, для этого пол и стены погреба для выращивания шампиньонов необходимо поливать водой.

https://vk.com/akademy_gt



Создаём медоносную базу



Пчеловодам, планирующим сеять медоносные растения, советуем сначала на небольших семенных участках проверить их продуктивность, отношение к вредителям, болезням, погодным условиям в своей местности. После испытаний можно выбрать лучшие медоносы и засеять ими уже значительные площади.

В течение пяти лет исследовал продуктивность, неприхотливость к возделыванию и погодным условиям, устойчивость к вредителям и болезням, а также лекарственные свойства медоносных растений своего района. Исходя из результатов, разделил их на группы.

ГРУППА А. Мордовник шароголовый, чернокорень лекарственный, иссоп лекарственный, котовник, огуречная трава, пустырник, шалфей кольчатый, шандра гребенчатая, клевер бело-розовый гибридный, эспарцет, донники белый и жёлтый, синяк, фацелия; растения садов — крыжовник, рябина, яблоня сибирская; дикорастущие ивы и черёмуха. Даже сравнительно маленькие плантации этих растений медоносные пчёлы активно посещают в любое время дня.

ГРУППА Б. Энотера, свербига восточная, вайда красильная, ревень, горчица белая, рапс яровой; дикорастущие: змееголовник сибирский, лабазник, одуванчик. Эти растения пчёлы хорошо посещают днём, а некоторые из них (ревень, энотера) — только в

утренние часы, если отсутствуют медоносы группы А или при выращивании большими массивами (10 га и более).

ГРУППА В. Чистец болотный, девясил высокий, змееголовник молдавский, лофанты анисовый и тибетский, козлятник восточный, иссоп лекарственный, шалфей кольчатый. Эти многолетние медоносы в первые три года (особенно при загущении) очень плохо посещают медоносные пчёлы, но на них всегда много диких пчёл, ос и шмелей. Позднее картина посещаемости меняется, растения входят в силу, с годами увеличиваются их продуктивность и зимостойкость.

Разнообразие медоносов необходимо не только для получения различных сортов мёда, но и для подстраховки на случай капризов природы. Одни растения лучше развиваются и выделяют нектар в жаркие и солнечные дни (пустырник, мордовник, донник), а другие — в пасмурные, тёплые и влажные (фацелия, гречиха, синяк, ревень). На таких медоносах, как огуречная трава, чернокорень, котовник, клевер бело-розовый гибридный, пчёлы работают весь световой день в любую погоду (исключая, конечно, дожди и холод). Вайда, свербига, эспарцет, ревень, змееголовник сибирский интенсивно выделяют нектар в начале лета; донники, синяк, фацелия, шалфей, огуречная трава, клевер гибридный, энотера, лабазник, пустырник — во время основного медосбора. А для на-

ращивания молодых пчёл в зиму подходят позднелетние медоносные растения — котовник, иссоп, мордовник. Огуречная трава, рапс яровой июньских посевов и шандра гребенчатая завершают позднелетний взятки.

Посевы разнообразных медоносов рядом с пасекой важны для подстраховки от вредителей и болезней растений в годы их массового размножения. (Гусеницы-совки, например, уничтожают посевы донников, но на синяке и фацелии, одновременно цветущих с ними, этот вредитель не наблюдается.) Кроме того, они создают нектароносный конвейер, благодаря которому медосбор не прерывается. Севооборот медоносных растений предупреждает истощение почвы монокультурой и накопление в ней вредителей и болезней, специфичных для каждого вида.

В своё время получал семечки медоносов поштучно, выписывая их из различных мест страны. Многие не прижились, а другие — мордовник шароголовый, огуречная трава, клевер бело-розовый гибридный, пустырник, котовник — отлично растут и выделяют нектар в наших суровых сибирских условиях. Пчёлы их посещают даже лучше, чем кипрей, донники, лабазник, змееголовник сибирский, дягиль и другие травы.

С. С. ВИНОГРАДОВ

Красноярский край,
Дзержинский р-н, д. Петровка
beejournal.ru

Растения для живой изгороди в саду

Условно все виды живых ограждений можно распределить так:

- высокие и низкие;
- однорядные и многорядные;
- хвойные или лиственные;
- колючие или мягкие;
- свободно растущие или формованные.

Желательно выбирать растения с мелкой листвой, стойкие к морозам (для северных районов) и некапризные к уходу. Забор — живая изгородь — может быть создан из многих видов кустарников и деревьев.

Растения для живой изгороди до 1 м: самшит, барбарис Тунберга, спирея.

Растения средней высоты (до 2 м): боярышник, пузыреплодник, дейция, чубушник, сирень, орешник.

Растения высотой 3–5 м: барбарис обыкновенный, барбарис монетовидный, клён Гиннала, татарский клён, западная туя, алыча, дёрен белый и дёрен кроваво-красный.

Очень привлекательно смотрятся изгороди из хвойных кустарников и деревьев, к тому же они насыщают воздух фитонцидами. Однако хвойные породы кустарников менее устойчивы к агрессии пыли, так как не сбрасывают листья, поэтому нуждаются в очищении.

Быстрорастущая изгородь:

разные сорта ивы — плакучая, козья, остролистая, пурпурная и другие; тёрн, шиповник, боярышник, войлочная вишня, черноплодная рябина, кизил, ежевика, девичий виноград, сирень.

Для внутренних изгородей подойдут невысокие кустарники: бирючина, спирея, шиповник, чубушник, жимолость.

Старайтесь выбирать цветущие растения, чтобы они радовали в пору цветения. Можно создать живую изгородь из флоксов, посаженных в линию.

Кустарники и деревья не ну-

ждаются в особой заботе, кроме полива, зато создадут в саду защиту от ветра, пыли и посторонних глаз.

Если нет времени заниматься формированием и стрижкой кустов, просто посадите деревья.

А на садовой площади больших размеров кусты можно и не обрезать, они будут хорошо смотреться в своей естественной форме. Но обрезка больных или засохших веточек всё же необходима.

<http://ecology.md>





Как мы

защищаем наш сад

Прежде всего, мы делаем всё, чтобы не применять химических ядов да и биологических тоже. Есть агрометод защиты: вредителя можно обмануть, не пустить, приманить, создать ему жуткие условия и фоном привлечь толпу голодных хищников.

Вот что удаётся нам.

1. Светоловушки

Зацвели деревья — ставлю светоловушки в саду.

Дело в том, что большинство вредных насекомых — сумеречные и вечером они дружно летят на свет, забыв даже про феромоны. Таковы все бабочки: плодовые, моли, минеры, пяденицы

и совки. Таковы многие жуки, например, хрущи и даже мушки-галлицы.

Светоловушки устроены гениально просто.

На какое-то возвышение ставим глубокий таз с водой. В воду — горсточку любого мощного средства, чтобы бабочки намокали и тонули. В 5–6 см над водой вешаем обычную слабенькую лампочку без отражателя, любую, лишь бы светила вокруг себя. Собственно, всё. Ближе к вечеру включил, утром выключил.

В саду светоловушки надо ставить сразу после цветения деревьев, так как первые плодоярки съедают мелкие завязи.

Самыми первыми летят хрущики, а после цветения деревьев — разные вредные бабочки. За



ночь их прилетают сотни.

В сад бабочки летят со всей округи, и чтобы эффект был явным, надо ставить по ловушке на каждое взрослое дерево. Это для меня многовато, и я ставлю всего три ловушки между самыми ценными деревьями.

2. Кровли для винограда и смородины

Кровли радикально спасают от двух напастей: града и летних болезней. Грибкам нужно два условия: тепло и капельки воды. Вот от водяных капелек кровли и оберегают. Нет капелек — спорам негде прорасти.

Мы сделали кровли из прозрачного поликарбоната или молочной плёнки «Светлица». Собраны они на деревянных рамах, один раз на много лет, остаётся их просто укрепить на каркасе.

Смородинник укрываю по развороту листьев, виноградник —

чуть до или сразу после раскрытия кустов. Можно бы позже, но потом поломаешь юные побеги. Тут же налаживаю поливы.

Несколько лет наблюдаю: под карбонатной кровлей виноград не болеет милдью. То есть в нормальное лето просто не болеет! Почти не болеют мучнистой росой смородина и крыжовник. Земляника не гниёт только под кровлей. Уверен, не всё перечислил. Дождь в жару — детонатор для взрыва очень многих болезней.

3. Пояса и юбочки

Препятствия на стволах надо начинать ставить за несколько дней до лопания почек, чуть

путаются. Если под ним есть слой плёнки или скотча, можно присунуть в него какой-нибудь долгоиграющий дихлофос. Без плёнки эти яды обжигают кору.

4. Летняя обрезка

Когда завязи яблонь с грецкой орех, я делаю тщательную летнюю обрезку сада, заодно стряхнув червивые завязи.

Тут целых три защитных эффекта.

1. Светлая и продуваемая крона, вычищенная от волчков, хилых и больных веток — общий залог здоровья. Наоборот, в густой тени и густоте, где сыро и долго не сохнут капли, болезни цветут пышным цветом.

2. Кроме того прореженная крона — это хороший прирост, а прирост — сам по себе иммунитет и кормилец дерева.

3. При сильном росте дерева или кустарника ему ничем не вредит укорачивание летних побегов. Наоборот, оно усиливает заплodшвание.

Посему все побеги, к концу мая скрученные тлём, битые мучнистой росой или бактериальным ожогом, подгрызенные казаркой или гусеницами, я просто срезаю. Насколько срезаю? До здорового листа. В пазухе больного плодовая почка всё равно не вызреет. Безлистные ветки через год станут голыми хлыстами, засоряющими и удлиняющими крону. Так зачем они нужны? Пусть ветвятся. Осенью всё лишнее уберу.

5. Отпугивание вредителей

За неделю до распускания почек — обработка сада жидким дымом. Встала рассада — обрабатываю дымом огород. Повторять надо каждые три недели, если хватает усердия...

Жидкий дым — проверенный учёными сильный репеллент для большинства насекомых и клещей. По сути, это вшитый в гены сигнал: «Пожар!».

Репеллентный препарат «Сочва-Ж» — это буквально жидкий дым для копчения, продаваемый везде для барбекю.

Пожоим эффектом обладают и растворы дёгтя. Многие это подтверждают, но я пока не пробовал.

Искренне ваш

Николай КУРДЮМОВ

<http://geteml.com/ru>



Поливы и неполивы

Пришло, наконец, время сказать «пару ласковых слов» о поливах как таковых. К сожалению, добрых слов среди этих «ласковых» практически не будет. Как правило, поливы немощны, ничемны, а подчас — губительны.

Первым среди губительных эффектов поливов надо назвать засоление почв. Оно развивается в условиях близкого залегания минерализованных грунтовых вод. При испарении соли поднимаются по капиллярам и накапливаются в почвенном слое. При этом концентрация солей может достигать 6–8%.

В жизни часто приходится выбирать, а иногда, образно говоря, мучительно сопоставлять, что лучше: быть бедным, но здоровым или богатым, но больным. И как часто земледельцы, бездумно хватающиеся за лейку или шланг,

выбирают второе. На моих глазах лучшие богарные земли СССР становились орошаемыми и... сразу же заброшенными. А сколько средств было потрачено на орошение, какая техника привлекалась для работ, сколько золота ушло на звёзды героев для тех, кто успел «вбить свой осиновый кол» в ещё недавно плодородные земли!

Иногда к губительному поливу приводит просто сострадание. Видя, как бедствуют растения на накалившейся почве, огородник хватается за шланг и сердобольно поливает растения. Он делает землю влажной, она попутно становится теплопроводной, и вода приходит к корням растений фактически паром.

Ну а подогретая вода — это так, на всякий случай, контрольный выстрел в голову!

Так что поливать в жару ни в

каком случае нельзя? Нет, отчего же... На зорьке, когда и почва, и вода — холодные. Сам наслаждайся своим сердобольем и дай насладиться растению. Только воду лей, не желей, поливай обильно, не то достанет её лишь на то, чтобы сделать почву убийственно теплопроводной, а до корней она не дойдёт. И ещё. В жаркую пору при ограниченном ресурсе воды надо поливать не под корень, а между растениями. Тогда капилляры приносят её корням не горячей сверху, а остывшей снизу.

Надо заметить, что и в этом случае, в исключительных обстоятельствах, когда полив, можно сказать, может быть «корешком» влагообеспечению, огородника подстерегают нелепые предрасудки и забобоны.

Боюсь, что нет огородника, не читавшего нелепейший, злостный совет поливать вечером тёплой

водой. Дескать, от холодной воды растения испытывают шок. Но ведь весь растительный мир земли пьёт холодную воду, которую поставляют почвенные капилляры. Нам она зубы ломит, а для растений — своя в доску, привычная. Они никогда другой не знали, а вот непривычная тёплая вода действительно может вызвать у них шок. Что же касается вечерних поливов, то их обосновывают тем, что, дескать, поливы в дневное время могут оставить на листьях капли-линзы, через которые солнце прожжёт листья.

Трудно в этом случае сохранить хотя бы видимость корректности. Большого бреда не выдумашь. Если бы в этом «потоке сознания» была хоть крупинка правды, то на земле вообще не было бы растительного мира: листва сгорала бы начисто после каждого утреннего или дневного дождя, оставляющего на листьях мириады капель воды. Но чего нет — того нет: листва неумолимо шелестит! Никто дыр в листьях, про-

жжённых лучами солнца, не видел. И никогда не увидит! Потому что это физика: лучи солнца, проходящие сквозь каплю-линзу, в фокусе не собираются — и всё тут! Вот в фокусе они «наделали бы шороху». Но лучи отражаются от листа или поглощаются им, и листва после дождя радостно шелестит умытая, а не висит обугленная.

Поливы надо согласовывать и с ботаническими особенностями растений. Так, огурцы надо поливать каждый день, имитируя продолжающийся сезон дождей и отодвигая выработку кукурбитацина (горечи). Помидорам, наоборот, поливы вредны, так как могут «задрать» вверх водные корни, устремляющиеся вглубь (на 5–8 м). Нуждается в поливах капуста, у которой высокий транспирационный коэффициент (на 1 г сухого вещества ей нужны 1,5 л воды).

Борис БУБЛИК

г. Харьков

<https://pladorodie.ru>



Вот оно, моё счастье!

Детство моё прошло в деревне. С самых малых лет я была вовлечена в процесс огородничества. Но тогда всё это было из-под «палки», как тяжёлая, неизбежная обязанность.

Каждую весну я наблюдала одну и ту же картину — все взрослые брались за лопаты и начинали копать, копать, копать... После того как все грядки были засажены, я должна была следить за чистотой, чтобы не было ни единой травинки. Голые чёрные междурядья — сомнительная «красота».

Но был и положительный опыт. Всегда с особой теплотой и любовью вспоминаю своего деда, секреты которого и сейчас применяю на своём участке. Помню, как весь огород по периметру засаживался бобами от кротов, как грядки с земляникой и перцами мульчировались соломой, как кусты смородины и крыжовника опрыскивались от вредителей только настоями трав и чеснока.

Замуж я вышла за городского парня, который без особого оптимизма воспринял моё увлечение

земледелием. В одиночку копошилась на грядках, чтобы у наших детей на столе были овощи и ягоды без нитратов.

Первой меня поддержала моя любимая свекровь, а потом и муж подтянулся (забегая вперёд, хочу сказать, что теперь у него и в мыслях нет прощаться с сельской жизнью). В интернете наткнулись на статьи о природном земледелии, просмотрели видеосеминары Наталии Петровой и пенсилось...

Наше природное земледелие

Первым делом мы решили создать стационарные грядки. Закупили бордюрной ленту. Из прутьев проволоки сделали крючки, с помощью которых фиксировали ленту на грядках.

Полностью отказались от перекопки земли, приобрели плоскорез — это мой главный помощник (и порыхлить, и сидераты подрезать). Тяжелее оказалось отказаться от прополки, но и к этому мы пришли.

Теперь всю выполотую трав-



ку укладываем в междурядья грядок. Ферма рядышком, благо соломы там в избытке. Договорились со знакомыми, у которых есть газон, что всю скошенную траву я у них буду забирать. И всю эту красоту — на грядки. Так отпала необходимость прополки и частых поливов.

Кормим свои растюхи только травяным настоем. 50-литровый бак на треть заполняю рубленой крапивой, добавляю ковш золы, банановые очистки, старое варенье или сахар и пакетик «Сияния-3». А для внекорневых подкормок и защиты использую биокотейль (гранулы «Экоберина», «Здорового сада» и «НВ-101»), которым раз в неделю прохожусь по всем растениям и кустарникам.

Наша гордость — теплица

В позапрошлом году родители подарили нам теплицу. Муж подошёл к этому вопросу основательно!

Сделал фундамент, внутренние грядки приподнял. С сыновьями собирали каркас, а я уже и грядки начала готовить.

Вынимала землю, укладывала сухой ветки малины, кухонные отходы, присыпала всё это «Сиянием-3», а уж потом землю обратно вернула. Всё засеяла сидератами.



Как увеличить урожайность земляники

Каждому садоводу хочется, чтобы урожай земляники был большой, а ягода крупной. Чтобы это стало реальностью, ниже приведём некоторые тонкости.

• Сажайте качественный посадочный материал.

Розетки после очистки грядки не считаются качественными. Как правило, такая рассада слабая, листва мелкая, потому что она росла загущено. К тому же маточный куст работал и на ягоду, и на усы, а значит, рассада недополучила питания для своего развития.

Совет: имейте свою маточную грядку, которая работает только на усы или приобретайте специально выращенную рассаду. Идеальным вариантом считается контейнерная рассада, она прекрасно перенесёт пересадку при любой погоде.

• Следите за возрастом своей клубничной грядки, регулярно её обновляйте.

Максимальный урожай ягоды будет в первые три года. Далее куст теряет продуктивность, стареет, лист мельчает, цветоносов становится меньше. Ухода такая ягода требует больше, а результат неумолимо уменьшается.

• Хотите получить большой

урожай ягоды — убирайте усы.

Хотите получить сильные розетки для размножения — убирайте цветы и цветоносы. Это золотое правило! Куст должен работать либо на урожай, либо на посадочный материал.

• Почва в грядке должна быть влажной всегда.

Хорошо выручает капельный полив. Вода капает по капельке в течение нескольких дней, поступает прямо к корневой системе, держит почву во влажном состоянии (без нашего участия!).

Капельный полив есть не у всех, а вот замульчировать может каждый. Хотите много ягоды — обязательно замульчируйте почву под земляникой. Помните, что в переводе земляника означает «соломенная ягода». Мульча даст питание и сохранит влагу, а ягода останется чистой и не будет портиться.

• Хорошенько кормите землянику органикой.

Ягода растёт быстро и для большого урожая ей нужно усиленно питаться. Особенно отзывчива она на органическое питание.

Как только сходит снег, убираем старые листья и обязательно обрабатываем по листу раствором «НВ-101» (3 капли на 1 литр).

Во время выдвижения цветоносов, цветения и сразу после сбора урожая подкармливаем настоем биогумуса или «Оргавита». Земляника любит травяные настои (травы + «ЭМ-Био» + старое варенье/сахар + вода). Также это послужит профилактикой от грибковых заболеваний.

Ремонтантную землянику нужно кормить каждые две недели. И огромный урожай вкусной, крупной, ароматной ягоды вам обеспечен.

В августе междурядья засевайте сидератами (овес, редька масличная, фацелия, рапс). Трава заболит и прикроет землянику после первых морозов и поможет перезимовать даже в безснежную зиму, а вы будете и на следующее лето наслаждаться обильным урожаем.

Центр природного земледелия «Сияние»



Несмотря на бытующее мнение, что огурцам с томатами вместе не ужиться, посадила в теплицу всё: огурцы, помидоры, перцы, баклажаны, зелень.

Смешанные посадки — это ещё одно открытие из статей о природном земледелии. Теперь горох и фасоль выращиваем в картофельных грядках (они у нас обложены старым кирпичом).

Лук растёт с морковью, а базилик — в томатах, чеснок — в клубнике, а бархатцы и календула — везде, куда ни глянь!

Благодаря разумному ЗЕМ-

Леделию сократилось количество грядок с помидорами и перцами. Вся земля укрыта толстым слоем соломы, а под корень — травяной настоем, по листьям — биокотейль, и ни о какой фитофторе, несмотря на дождливое лето, мы не вспоминаем!

Наши любимые цветы

Не забываем мы с мамой и о цветах, их у нас более 50 разновидностей. Первыми сразу после схода снега зацветают крокусы, сциллы, пушкинии. Затем мускари, нарциссы, тюльпаны, примулы, ирисы, пионы, розы, клематисы... И так до самой глубокой осени.

И вот вечером, после трудового дня, бегом в огород. Пройдусь,

поздоровуюсь с каждым цветочком, с каждым растением, проверю, никто ли не захворал, все ли живы-здоровы.

Тут муж хозяйским взглядом всё окинет... И так хорошо на душе! Забываются все невзгоды прошедшего дня. Сядем на скамеечку, солнце за горизонт уходит, мордочка скворца торчит из скворечника, соловей заливаются... Как же здорово вокруг. Вот оно, счастье!

Наталья ЕНИКЕЕВА

г. Уфа

<http://plodorodie.ru>



Умные посадки

Одни растения угнетают соседей, запах других отпугивает насекомых-вредителей.

• Срезанные ветки чёрной бузины, разложенные в кустах чёрной смородины и крыжовника, отпугивают почкового клеща и крыжовниковую пяденицу.

• Хрен, выращиваемый среди разных овощей, своими фитонцидами дезориентирует многих вредителей.

• Посевы горчицы белой по периметру участка защищают его от проникновения мышей.

• Ноготки и бархатцы отпугивают нематод, следовательно, могут выращиваться с земляникой.

• Летучие вещества конопли защищают от капустной белянки, фитофторы картофеля, а деревья — от гусениц бабочек.

• Бордюр из петрушки препятствует нашествию улиток и слизней на землянику.

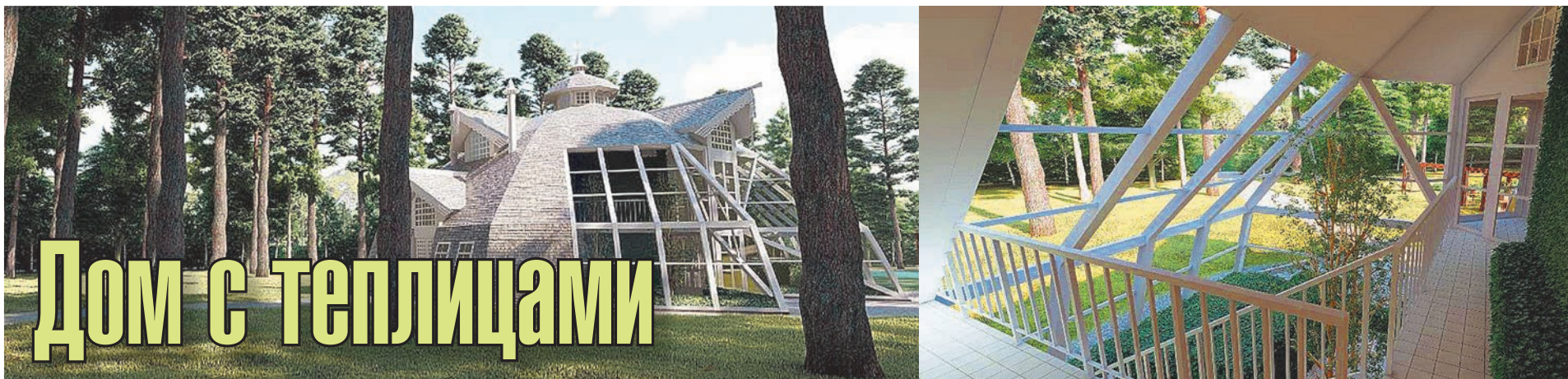
• Пижма, бузина, полынь отпугивают бабочек.

• Многолетний посев бобов по периметру участка способствует исчезновению с него проволочника и ложнопроволочника.

• Пижма, посаженная под яблоней или сливой, способствует снижению повреждения плодов плодовой мухой.

• Полынь горькая отпугивает муравьёв, капустную и морковную муху, яблоневую плодовой мухой, земляных блошек, белокрылку.

• Мульча из листьев и коры дуба отпугивает слизней и гусениц.



Дом с теплицами или купольный дом-вегетарий

Поиском лучшего дома для семьи, для продолжения рода сталкивался каждый. Все хотят, чтобы дом был удобный, комфортный, красивый и самый-самый, где воплотятся все мечты. Многие много времени проводят над изучением накопленного опыта для реализации своей мечты. Объем изучаемого материала настолько большой, что в одиночку добиться желаемого результата трудно и под силу далеко не каждому.

Вот и наша команда специалистов в разных областях объединилась, чтобы общими усилиями реализовать мечту каждого из нас. Многолетняя совместная работа дала свои удивительные результаты. Мы понимаем, что это ещё только начало, сам творческий процесс бесконечен, а наша дорога трудна и извилиста, но главное — она интересна, увлекательна и приносит пользу людям.

Немного истории

Прародителем дома стала купольная теплица, построенная Алексеем в своём поместье в Пермском крае. Её форма и уникальные свойства подтолкнули к идее разместить жилое пространство дома внутри теплицы. Это дало огромные преимущества по сравнению с обычными домами.

Алексей организовал команду по народному проекту купольных домов-вегетариев (КДВ), куда может войти любой желающий, обладающий нужными знаниями и желанием помочь. Появились совместные проекты КДВ — версии 1, 2 и 3. Попутно проводили обучающие семинары по накопленному опыту, знаниям и тех-

нологиям, связанными с этим проектом.

В 2016 г. в состав команды вошёл рязанский архитектор Юрий Горохов. Приняв идею и изучив накопленный опыт, он представил оригинальный, красивый и гармоничный эскиз купольного дома-вегетария КДВ-4. Эскиз пришёлся многим по душе, и была принята идея его реализации.

Команда привлекла проектную организацию, нашла специалистов по современным экотехнологиям и приступила к созданию типового проекта. Для оплаты работы сторонних специалистов с помощью площадки бум-стартера стали привлекать народное финансирование (<https://vk.cc/7A3vwx>), где любой желающий может поддержать проект.

Детальный обзор дома с теплицами

Дом вписан в купол, имеет с четырёх сторон четыре входа, ориентированные по сторонам света. Между входами по бокам дома располагаются четыре теплицы (вегетарии), которые позволяют создать четыре разные климатические зоны для выращивания наибольшей разновидности полезных растений. Высота теплиц около 6 м, что создаёт более комфортный и устойчивый климат, позволяет выращивать не только растения, но и кусты и некоторые виды деревьев. По уровню второго этажа в теплицах располагаются балконы, на которых можно выращивать вьющиеся растения, такие, как актинидия, виноград и другие. Балконы образуют круговой проход.

Пол в теплицах и на первом



этаже дома состоит из бетонной плиты, что позволяет увеличить теплоёмкость дома и теплиц, способствующую поддержанию мягкого климата, значительно сократить расходы на фундамент, практически убрать вредителей растений, которые живут или зимуют в земле.

Планировка дома выполнена так, что все теплицы соединены между собой по первому и второму этажам через тамбуры и позволяют их обслуживать без захода в дом, что очень удобно.

С северной стороны сделан утеплённый вход и располагаются подсобные помещения и котельная. Отдельно хочется рассказать про котельную. В нашу команду входят два высококлассных специалиста по отоплению и альтернативным источникам энергии.

Для отопления дома планируется применить твёрдотопливный котёл длительного горения. Это устройство позволяет в 3–5 раз экономнее сжигать дрова и даже утилизировать органические от-

ходы без загрязнения окружающей среды благодаря пиролизному разложению и сжиганию дымового газа на разогретом вторичном воздухе. Сам процесс горения хорошо поддается автоматизации (без электричества). Длительность горения на одной закладке дров достигает 12 часов. Тепло максимально передаётся дому, а дымовые газы выходят холодными (до 140°C), что повышает пожаробезопасность.

Вторым вспомогательным источником является вакуумный солнечный коллектор, основная его задача — нагрев горячей воды солнцем. А излишки тепла идут для нагрева дома. Бак для горячей воды является по совместительству и теплоаккумулятором. Он в случае отключения отопления несколько дней поддерживает тепло и не даёт заморозить дом.

Дополнительно можно применить и другие источники тепла, такие, как газовый конденсационный котёл, тепловой насос.

Огромную помощь в отоплении дома и теплиц играют сами те-

плицы. В верхней их части расположены теплосборники, которые лишнее тепло переносят под дом; сама земля там является огромным теплоаккумулятором. Практика показывает, что прогрев в солнечную погоду земли под домом до 35°C позволяет 1–2 месяца поддерживать в доме комфортную температуру в холодное время.

Зайдём теперь в сам дом.

На первом этаже находится огромный зал с обеденным столом, Высота зала достигает потолка второго этажа, что даёт ощущение свободы пространства, свежести и лучшей освещённости. С одной стороны этого зала находится удобная кухня, где хозяйка может приготовить вкусные блюда или испечь пирог. С другой стороны — медный мягкий уголок, где можно отдохнуть после трудного дня, посмотреть хороший фильм, пообщаться. Есть на этом этаже и отдельная комната, которую можно использовать как гостевую или как рабочий кабинет с библиотекой.

Также на первом этаже есть отдельный туалет, душевая мини-сауна и помещенье для стирки, всё необходимое для комфортного проживания.

В центре дома ввысь уходит винтовая лестница, символизирующая центральный энергетический поток. Ширина ступенек подобрана наиболее оптимально для удобства подъёма. Поднявшись на второй этаж, мы попадаем в небольшой холл, откуда можно пройти в любую из комнат (две спальни и ванная). Из каждой комнаты также можно выйти на балкон в теплицу.

Последнее помещенье — это третий этаж, большой и просторный, имеющий выход на смотровую площадку с круговым обзором. Этот этаж по умолчанию не отапливается и используется как чердачное помещенье. Но при желании его можно превратить в место для хобби, где можно заниматься любимым делом, играть с детьми и другим.

Особое внимание читателей хочется обратить на то, что дом является не пассивным затратным вложением, а вложением, которое может приносить хороший доход, обеспечить творческую занятость семьи. При этом семья большую часть времени проводит вместе, дети перенимают опыт, наблюдая и помогая родителям.

Нашей командой уже разработаны и опробованы природные технологии, позволяющие обеспечить семью доходом до 300 000 руб. в месяц. Мы постоянно работаем над ними, улучшая и добавляя новые. Также готовы рассмотреть и ваши пожелания.

С уважением и благодарностью
Виктор КОРСАКОВ,

участник команды народного проекта «Купольный Дом Вегетарий & НА ЗЕМЛЕ 24»
Эл. адрес: great_v@mail.ru
тел. 8-920-365-3030





Хороводы Мира в Москве



Отзывы участников

Елена Трунина, г. Москва:

«Хочу поделиться своими солнечными впечатлениями о большом и прекрасном празднике «Хороводы Мира», на котором побывала 12 июня. В этот знаменательный для России день волшебная, самая замечательная команда ведущих сотворила потрясающий праздник на Поклонной Горе, в Парке Победы. Это наша общая победа, друзья!

По нашему хотению, по наше-



му велению тучи разбежались, дождь закончился, и вышло Солнышко! Это победа над грустью, стрессом и усталостью — вечными городскими спутниками.

Все мы в хороводе — большим и светлом, как дивная птица — ощутили силу нашего единства. Волна проникновенного пения гимна России прошла в этот день по парку. Праздник получился мегаинтернациональным! В прекрасных и весёлых хороводах, играх, танцах участвовали гости из Китая, Аргентины, Франции, Германии, Ирана, Нигерии. Всё было настолько органично и радостно, присутствовало ощущение, что все мы — единое целое, Хоровод Мира, живущий в любви и согласии.

Спасибо всей сплочённой солнечной команде ведущих народных праздников, прекрасным девушкам и красавцам-мужчинам, ведущему праздника Сергею Ефимичеву, всем этим добрым, сильным и мегаторческим людям за великолепный праздник, прекрасно исполненный, с чарующей музыкой (Константин, спасибо!), с прекрасной концепцией добра и единения. Энергия этого праздника останется надолго, а память — навсегда.

Быть добру! Пусть Хороводы Мира идут по всей Земле, заключая её в объятия Мира и Любви!».

Татьяна Рудник, г. Москва:
«Благодарствуем огромно за такое тёплое, душевное, сердечное, увлекательное мероприятие! Всё очень здорово! Только единственное замечание: вот бы почаще такое в Москве проводить, дабы поднимать и пробуждать Дух народа!».

Катерина Пуцарь, г. Тула:
«Погода в этот день обещала быть с грозой и дождём. Но нас, как и многих других, это не остановило. Уверенность, что поездка в Москву на Хоровод Мира нам очень понравится, оправдалась в полной мере. Приятно порадовало, что отдельный большой шатёр на празднике был посвящён Туле — мастерской России.

Что такое Хоровод Мира? Это когда люди разных национальностей, религий и идеологий объединяются в круг, берутся за руки — и для них не существует больше никаких барьеров, языковых в том числе. Они просто счастливы! Сама не понимаю, как уходит языковой барьер! Но иностранцы, которые были в Хороводе, — аргентинцы, американцы, китайцы и другие — чётко делали все движения, которые объяснял ведущий на русском языке. А их улыбки могут растопить любой лёд в сердцах окружающих, а в своих

уж тем более. Шире всех улыбались африканцы, по-моему.

Хороводы постоянно кто-то снимал и фотографировал и Первый канал в том числе. Хороводное движение в России (и не только) набирает популярность. Об этом говорит ещё и то, что все парки Москвы были готовы принимать Хороводы у себя на площадках.

Хороводные движения очень красивые, игры — подвижные, круговые танцы наполняют энергией. Поэтому настроение улучшается, света внутри прибавляется. Вот таким образом счастье и распространяется!

В Хороводе мы пели гимн России, песни Светозара и группы «Аура Мира», «Хорошо да Ладно», песню Виталия и Натальи Сколовых. Хотелось петь!

Люди, участвуйте в хороводах, становитесь счастливее!

Благодарю за этот чудесный день!

Отдельное спасибо Хороводно-игровой школе Вероники Гавриленок, ведущим-хороводникам Сергею Ефимичеву, Дмитрию Метальникову, Анастасии Рублёвой. Как говорил ведущий слова благодарности: от сердца — каждому участнику, небу — за любую погоду и Земле-Матушке — за всё!».



Здравушкины рецепты •



Оксана Мицкевич

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

Укропные кубики — лучшая заготовка на зиму!

- 250 г сочного укропа;
- 3 ст. л. свежего оливкового масла;
- 1 ч. л. морской соли без верха;
- 1 ст. л. лимонного сока;
- 2 зубчика чеснока;
- молотый чёрный перчик на кончике ножа.

Сейчас самое время заготовить укропные кубики. И я стараюсь его не пропустить. Признаться, прошлым летом впервые изобрела этот рецепт и даже успела им с вами поделиться. Но в зимнее время заготовки из кубиков настолько имели большой успех, что я решила снова о них напомнить.

Любой домашний майонез (особенно из проростков) с таким кубиком сразу становится божественно вкусным. Те, кто любит молочные продукты, может сделать греческий соус. Для этого достаточно взбить несладкий йогурт (густую ряженку), добавив пару укропных кубиков.

Ничего сложного, правда? Зато получается очень вкусная добавка к любому блюду с запахом лета!

Эти кубики можно добавлять в салат вместо заправки или в горячий суп, кашу, тушёные овощи. Блюдо сразу же преобразуется! Чего не скажешь об обычном замороженном укропе.

А сейчас поделюсь с вами главным секретом их приготовления.

В первую очередь нам нужно найти сочные стебельки укропа. Зачастую хозяйки обрывают нежные укропные веточки на сушку, а сами стебли выбрасывают. Здесь как раз я и рекомендую пустить столь ценный урожай в ход.

Конечно, если стебли стали достаточно жёсткими или волокнистыми, то лучше их не использовать. Или, как вариант, взбить в блендере с водой, процедить и добавить эту душистую водичку при взбивании укропных веточек.

Если же растение ещё нежное и сушить вам ничего не надо, то можете его брать для наших заготовок целиком.

Итак, измельчаем укроп (в мясорубке или кухонном комбайне). Добавляем соль, свежее оливковое масло (смотрите, чтобы не горчило!), лимонный сок и молотый чёрный перец.

В зубчиках чеснока вынимаю сердцевинку (чтобы не было потом «лишнего» запаха) и кладу также в общую массу. Снова взбиваем и укладываем в контейнеры для заморозки кубиков.

Самое интересное, что масло идеально сохраняет укропный аромат, а лимонный сок, соль, чеснок и специи подчёркивают его вкус.

Настоятельно рекомендую попробовать это чудо из укропа! И не менее настоятельно приобрести лучшую книжку полезных рецептов «Вкусное с пользой!»





На дорожку: пять причин заняться бегом

Внимание! Важное предупреждение: после прочтения этого текста отговорок, чтобы не зашнуровать кроссовки и не отправиться на вечернюю пробежку немедленно, больше не будет.

Будем честны с самого начала. Нет смысла приукрашивать бег: это всё-таки серьёзная физическая нагрузка, решиться на которую часто не хватает желаний, времени, сил и мотивации. И все эти отговорки даже можно понять... Но! Мы всё-таки попробуем согнать вас с насиженного места.



спорить. Если от одной мысли о фитнес-центре вы начинаете зевать или поудобнее устраиваться в офисном кресле, самое время собраться на пробежку. Во время бега расходуется рекордное число калорий (до 865 за сеанс!), что помогает не только заполнить, но и сохранить желанный вес и сексуальный внешний вид. Кроме того бег нормализует кровяное давление и ускоряет выход токсинов из клеток, а усиленный поток кислорода способствует укреплению связок и мышц.

3. Сердце скажет спасибо

Согласно статистике ВОЗ, сердечно-сосудистые заболевания по-прежнему остаются основной причиной смертности во всём мире. Ряд важных научных исследований говорит о том, что низкий уровень физической активности в течение дня в несколько раз повышает шансы заработать не столько многомиллионное состояние, сколько приступ. Причём банальная лень в данном случае даст фору и повышенному холестерину, и сахарному диабету. Чтобы не попасть под статистику, предлагаем прямо сегодня заняться кардиотренировками. Согласно исследованиям, опубликованным в журнале Journal of the American College of Cardiology, бег как оптимальная разновидность аэробных нагрузок помогает снизить риск заболеваний сердечно-сосудистой системы до 45%. Как это работает? Бег «запускает» сумасшедшие объёмы крови к вашему сердцу (вместо стандартных 4–6 литров в минуту — все 20–40), которое вынуждено хорошо потрудиться, чтобы «перегнать» её обратно. За счёт этого сердечная мышца становится выносливее и сильнее.

4. Больше ничто не будет выводить из себя

Если до этого пункта в нашей подборке вы, возможно, ещё колебались, то сейчас стоит отбросить последние сомнения. Нервные клетки не восстанавливаются? Зато те немногие, что у вас ещё остались, поддаются дрессировке и заслужили достойный отдых. У мужчин чаще всего выходом для напряжения становится бег в высоком темпе, у женщин — в спокойном размеренном ритме, который позволяет общаться с

партнёром и решать проблемы по ходу движения.

Исследователи из американской ассоциации тревожных и депрессивных расстройств выяснили, что всего 5 минут бега снижают общий уровень напряжённости, поднимают и стабилизируют настроение, улучшают сон и повышают самооценку. Когда занят работой тела, отключаясь от посторонней суеты, вы чувствуете умиротворение, сравнимое с эффектом от медитации. Слышали когда-нибудь такое выражение, как «эйфория бегуна»? Это состояние эмоционального подъёма, которое происходит за счёт выработки «гормонов удовольствия»: эндорфинов и дофамина. Бег не только избавляет нас от страданий, но и закаляет сердце.

В ходе других исследований было доказано, что бегать лучше медленно (Каким видом бега заниматься — решайте сами, прислушиваясь к своему организму).

Спокойный темп способствует ускорению метаболизма в организме и позволяет чувствовать себя более энергичными.

5. Продлеваете себе молодость

После получасового бега человек показывает лучшие результаты в тестах на интеллект и память. Объяснение очень простое. Бег улучшает циркуляцию крови (в том числе и в головном мозге) и задерживает клеточное старение, предотвращает появление сердечно-сосудистых и дегенеративных заболеваний. Однако один из самых удивительных доводов в его пользу приводит команда учёных из Стэнфордского университета, которые подробно изучали жизнь почти 900 бегунов и небегунов в возрасте 50 лет в период с 1984 по 2005 год. Как оказалось, с каждым годом уровень заболеваний в пассивной группе становился значительно выше. На конец проведения исследований 85% бегунов были ещё живы в отличие от 66% «ленивцев».

На основе информации, собранной в течение 21 года, исследователи сделали вывод, что регулярные физические упражнения снижают риск инвалидности и смерти за счёт усиленной работы сердечно-сосудистой системы, уменьшения воспалений в организме, получения более лояльного ответа на вакцинацию, улучшения процессов мышления и функций памяти. В занятии бегом са-

мое главное даже не скорость и не дистанция, а систематичность.

Договоритесь сами с собой, что не будете откладывать «на потом». Вначале обычно всем тяжело, и здесь важно преодолеть свою лень. Стоит втянуться в это дело, и оно тебя уже не отпускает. Побежали?

Без отговорок и оправданий: начинаем бегать

Как найти время? Тот, кто ищет, тот находит. Знаете, что самое интересное в этой поговорке? Она работает! Вы не можете уделить 30 минут на пробежку, но без проблем часами занимаетесь «сёрфингом» в интернете и ведёте бесполезные разговоры в социальных сетях. А что бы вы делали, если, скажем, ваш офис переехал бы в другой конец города, а время на дорогу вам нужно было бы потратить на 30–40 минут больше? Вы бы подстроились под этот график, поскольку прекрасно понимаете, что другого пути нет. Но с пробежками всё иначе. Здесь нет

начальства, и всё зависит только от вашей самоорганизации и дисциплинированности.

Вы можете составить себе программу тренировки на выносливость или на скорость. Обзаведитесь секундомером и фиксируйте свои достижения на разных дистанциях. Состязание с самим собой — интересное занятие. Найдите себе напарника/напарников по бегу. Возможно, вместе вам будет проще выдавливать из себя по капле раба. Забудьте о понедельниках и первых числах. Как правило, такие планы не срываются. Не стоит привязывать ваше желание к каким-то формальным «красивым» датам. Понедельник ничем не отличается от субботы, а первое число — от семнадцатого. Это будет такой же день, а всё остальное — лишь предрассудки, мешающие настроиться на результат. Лучше всего начать прямо сейчас.

Если вы, читая эту статью, сидите в уютном офисе, то начинайте думать о том, как сегодня/завтра после работы вы расслабитесь, занявшись бегом, а заодно потренируете свои сердце и лёгкие.

Кстати, холодная погода не является причиной отказа от бега, бегать можно круглый год (кроме дождей).

Успехов! У вас обязательно всё получится!

По материалам РБК и Likar.info

Тёплая вода с куркумой творит чудеса



Куркума полна питательных веществ и обеспечивает благотворное воздействие на здоровье, поскольку является мощным антиоксидантом и обладает противовоспалительными свойствами.

Её активный компонент, известный как куркумин, имеет безчисленное количество применений, а также более 7000 рецензируемых научных статей, которые объясняют его воздействие на здоровье.

Таким образом, тёплая вода с куркумой является одним из самых здоровых напитков.

Приготовить этот чудесный напиток просто: в стакан тёплой воды добавьте чайную ложку куркумы с щепоткой чёрного перца и хорошо перемешайте. Выпивайте всю приготовленную дозу сразу, пока она тёплая.

Полезность употребления тёплой воды с куркумой:

- способствует здоровью сердца. Куркумин очищает кровеносные сосуды и препятствует образованию тромбов;
- предотвращает заболевание сахарным диабетом II типа;
- подщелачивает организм;
- защищает мозг. По мнению

учёных, низкий уровень гормона роста часто связан с болезнью Альцгеймера и деменцией. Куркумин контролирует уровни этого гормона и тем самым предотвращает возрастные функции мозга и заболевания головного мозга;

- борется с воспалениями. Куркумин обладает мощными противовоспалительными свойствами;

- обладает противораковыми свойствами. Куркумин успешно предотвращает рак, поскольку является сильным антиоксидантом, а антиоксиданты защищают клетки от повреждений;

- облегчает симптомы артрита. По данным исследования 2012 года, куркумин является столь же эффективным, как нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП), и даже больше, чем диклофенак в лечении отёчности и боли;

- улучшает пищеварение;
- защищает печень. Куркума способствует правильной функции желчного пузыря, защищает печень от опасных последствий токсинов и эффективно восстанавливает повреждённые клетки печени;
- тормозит процесс старения и продлевает жизнь.

fithacker.ru



Когда очень хочется...

Бывают моменты, когда кажется, что если сейчас не съешь шоколадку, то просто умрешь. Или так хочется чего-то солёного или кислого, или просто чего-то очень хочется, причём совершенно непонятно чего. И начинаешь есть всё подряд. О чём же сигнализирует наш организм такими непреодолимыми приступами хотения?

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

Если хочется

- **шоколадных конфет или чего-то кислого**, значит организму не хватает магния. Нужно съесть фрукты, орехи, тыквенные семечки, зерновые, бобовые;

- **сладенького**, то организм требует углеводы или хром, или фосфор, или серу. Ешьте овощи — томаты, зелёный перец, бобовые, картофель, сою, шпинат, капусту, листовые овощи, репу, фрукты — бананы, а также сухофрукты, пшеничные зародыши, зерновые, клюкву, чечевицу;

- **хлеба** — организм просит азота. Восполнить этот элемент помогут продукты с высоким белковым содержанием: орехи и бобовые;

- **газировки или жирного** — необходим кальций. Ешьте шпинат, салат, изюм, морковь, кольраби, орехи, репу, брокколи, кунжутные семечки;

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

- **горелых корочек со сковородки** — нужны углеводы. Ешьте свежие фрукты;

- **почаёвничать** — организм требует фосфора, серы, железа, натрия или магния, или всего вместе. Восполнить нехватку этих микроэлементов помогут следующие продукты:

орехи, бобовые, овощи (капуста, красный перец), крупы, соль морская, яблочный уксус (им можно заправлять салаты), тыквенные семечки, бобовые, черника, грибы, зелёные овощи, артишок, гречневая каша, изюм, фрукты;

- **солёньего** — необходимы хлориды, содержащиеся в таких продуктах: морская соль и морская капуста, свёкла, пшено, морковь, помидоры, латук, сельдерей, оливки.

Женщинам перед критическими днями часто **хочется просто смести со стола всё подряд**. Это просто не хватает цинка. Придут на помощь следующие продукты: овощи-корнеплоды, овощи листовые, кунжутные семечки, тыквенные семечки.

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

blog.well-food.ru

Не гонитесь за 30Ж!

Здоровый образ жизни — это просто соблюдение инструкции эксплуатации собственного тела. Будешь в меру ухаживать за машиной, проходить техобслуживание и соблюдать правила дорожного движения, тогда и меньше проблем со здоровьем собою же созданных, будет. Но это не всё! Необходимо позаботиться и о своей духовной природе, о том водителе, который управляет машиной.

Очень важно по жизни заниматься своим внутренним духовным развитием. Ведь тело — всего лишь сосуд, который со временем станет тленным. Нужно успеть из куколки превратиться в бабочку и выпорхнуть из заключения кокона. В этом ценность и смысл жизни.

А если не успел? Если всю жизнь боялся страшных болезней, занимался тюнингом, совершенствовал сосуд, взращивал гордыню и исключительность? Тогда страхи, гордыня, внутренние переживания, эгоцентризм, мнимые цели, игры в духовность ухудшают видимость на дороге жизни, создают ухабы и скользкие участки, крутые повороты, пасмурную погоду, призрачные самоуверенный водитель, профессионал в автомобиль-

ной сфере в безконечном водвороте мыслей и житейских проблем жмёт на педаль газа своего ухоженного дорогого авто и... внезапно попадает в аварийную ситуацию (травма, онкологический процесс, пневмония и др.). Тело изношено, а бабочка не созрела... Вот почему каждый из нас, если не взращивает любовь внутри себя, так боится смерти. Мы чувствуем, понимаем, что можем не успеть сделать что-то очень важное.

Автомобили бывают разных моделей и отличаются по своим техническим характеристикам: мощность, диаметр колёс, потребление топлива... Отличаются и виды топлива. Что подходит для одной линейки машины, то не подойдёт для другой. Такой же принцип и для нашего тела.

Существуют обобщённые закономерности, но большую роль играет индивидуальность инструкции. Человек, свободный в своём выборе и осознанный, на интуитивном уровне соблюдает эту индивидуальную инструкцию, не фиксируя на ней своё внимание. Внимание же он направляет на взращивание внутренней любви и самовоспитание.

Анна ЗИМЕНСКАЯ
г. Москва



Простатит: правда и вымысел

Да, такая болячка у мужчин частенько случается. Однако она не связана с возрастом. Сегодня дети и молодёжь страдают чаще и больше различными заболеваниями, чем люди старшего поколения. Об этом даже по телевизору постоянно говорят.

А вот о простатите из телевизора нам вещают вымыслы сами врачи. Возможно оттого, что слово «врач» от корня «врать». Раньше на Руси тех, к кому обращались за советом по здоровью, называли лекарями. В рассказе А. Чехова «Ионыч» главный герой был уездным (районным) лекарем, а не врачом и мог помочь во всём: и роды принять, и переломы лечить, и ожоги, причём прямо на месте!

Простатит — болезнь предстательной железы. Лечение простатита, как внушают нам медицинские справочники, — дело очень непростое.

Причины простатита глазами официальной медицины:

- 1) нерегулярная половая жизнь;
- 2) половые контакты с разными женщинами;
- 3) длительное сиденье за рулем автомобиля (особенно дальнотойщички). Это связано с наличием постоянной вибрации, тряски и увеличением нагрузки на мышцы промежности;

4) малоподвижный образ жизни.

Из личного опыта (проверено на себе) скажу, что при высоком уровне духовности отсутствие женщины даже долгие годы в жизни мужчины, допускающего возможность связи лишь с любимой, никак не сказывается на его здоровье.

Но существуют ещё причины как возникновения простатита, так и быстрого увядания организма;

5) блюеоеение. Вместо традиционных на Руси каш, щей, тушёных (томлёных в печи, духовке) овощей и рыбы, салатов из свежих овощей, квашеной капусты, солений горожане перешли к потреблению сложных по составу блюд, где к тому же много химических заменителей натуральным продуктам.

Все виды чая в пакетиках — «химия». Во всех кондитерских и выпечных изделиях сегодня «химия». Все фрукты и овощи в магазинах, кроме отечественных, в целях длительности хранения обработаны «химией». Майонезы, кetchup, соусы, молочная продукция — с «химией». Алкоголь, согласно официальным данным, на 60% — контрафакт, а точнее — «химия».

Покупая всю эту беду, мы делаем из одних продуктов сложные, но красивые блюда, которые едим сами и травим наших дорогих го-

стей, повинувшись закону чёрного юмора: погубить — так вместе;

6) потребление алкоголя, кофе, чёрного чая, лимонадов, газированной воды, мороженого, белого хлеба, сахара;

7) потребление аптечных лекарств, кроме трав.

Сегодня любой опытный, добросовестный врач скажет: «Да, любое лекарство имеет побочное действие: одно лечит, а другое калечит». Ещё в XVII веке великий мыслитель Франсуа Ларошфуко восклицал: «Человек умирает не от старости, а от лекарств!».

Всё упомянутое «дарит» мужчинам простатит и массу других болячек.

А между тем подсказка лечения простатита кроется в самом этом слове — «просто». И действительно, лечится простатит просто. Всё лечение состоит из двух шагов.

Шаг первый: профилактика и помощь в лечении уже возникшего простатита и любого другого заболевания — сводим постепенно к минимуму использование вышеупомянутых семи пунктов.

Шаг второй: лечение простатита.

Простатит — это воспаление предстательной железы по причине ослабления её иммунитета и, как следствие, появление в ней болезнетворных микроорганизмов.

Самый эффективный, быстрый, дешёвый и безопасный, проверенный столетиями способ лечения любых воспалений — солевые повязки.

В 2002 году мне в руки попала копия конспекта фронтовой медсестры. Она вместе с военврачом в условиях полевого медсанбата в 1941–1945 годах спасла тысячи раненых, доставленных с передовой, от гангрены, ампутации конечностей, смерти. Они накладывали 10-процентные солевые повязки на начинающие гнить и перепачканные землёй раны на голове, животе, грудной клетке, руках, ногах, в паху и т. д.

И сегодня в глухих деревнях первую помощь при открытой ране от топора, косы, ножа, от дикого зверя оказывают мгновенно и эффективно — накладывают на зияющую рану большую горсть квашеной капусты или разрезанный вдоль старый солёный огурец и обвязывают любой подвернувшейся под руку тряпицей. И всё! Скорая и эффективная дезинфекция есть. А уж потом, дома — солевая повязка.

В интернете много можно найти материалов по лечению солевыми повязками. Обращаю внимание на видеовыступление известного Ивана Неумывакина. Да и сам автор накопил большой опыт в этом деле.

Опыт показывает: лечение в

ноль раковой опухоли, туберкулёза (открытой туберкулёз лечится простыми ингаляциями заваренного шалфея!), простатита, опухоли головы занимает до 14 ночей.

Солевой 10-процентный раствор готовим так. В зависимости от площади поражённого места берём, к примеру, столовую ложку крупной соли без горки и девять столовых ложек кипятка. Размешиваем. Раствор готов. Опускаем в горячий раствор кусок мягкой ткани (махровое, вафельное полотенце, ситец...) такой, чтобы сложенная вдвое (ситец вчетверо), она закрывала всю площадь болячки. Сверху оперативно, пока солевая повязка ещё тёплая, накладываем такую же по площади сухую ткань, сложенную в 2–4 раза. Затем надёжно, но не туго забинтовываем.

Оптимальная длительность сеанса 8–10 час. Но у кого ночь коротче, тоже делаем, только курс лечения будет подольше.

Утром повязки и бинты снимаем, промываем их в воде без мыла, сушим и дальше используем, продолжая процедуры.

Мы испытываем большую радость от самооздоровления, что сами добились успеха.

Дорогу осилит идущий!

Александр КОН
г. Санкт-Петербург

У меня есть сын, который четыре месяца назад пошёл в детский сад. Но ни разу такого не было, чтобы Никита утром бодро проснулся, сам прошагал в туалет, совершил утренние процедуры, энергично оделся и жизнерадостно направился в сад.

Надо отметить, что взрослые люди, проживающие на одной территории с Никитой, имеют своё расписание, загруженность, планы и, как это часто бывает, находятся в состоянии цейтнота. То есть при утренних сборах мы с сыном совсем не единомышленники. Наоборот, он никуда не торопится и всем видом это показывает, а я всегда спешу и нервничаю по этому поводу.

До того как я стал тренером и бизнес-спикером, работал топ-менеджером, то есть тем, у которого была власть, и имелось право её использовать. Например, в директивном порядке отдать прямое распоряжение сотруднику, не вдаваясь в подробности и не объясняя мотивы. Как выяснилось позже, директивный метод управления при взаимодействии с моим сыном не работает вообще (ровно так же, как и при управлении сотрудниками)! То есть сказать Никите: «Давай умывайся!» не прокатит. Или: «Никита, пей йогурт!» тоже не особо мотивирует ребёнка на выполнение этой сверхважной и срочной задачи.

Потому как важная она для меня, а ему моя утренняя спешка по барабану. Точно так же и сотрудники выполняют свои задачи, если с ними разговаривать авторитарно и без проявления эмпатии.

Всё-таки всегда есть исключения, и, конечно же, в любом коллективе есть запуганные люди, которые из-за страха быть увлеченными быстро побегут и выполнят задачу руководителя-самодура. Но я бы не желал никому из менеджеров, чтобы их задачи выполнялись людьми с таким настроем. Картина, нарисованная вдохновленным художником, будет разительно отличаться от той, которую создаст художник напуганный. Даже если они будут рисовать одно и то же.



Про отцов, менеджеров, детский сад

и превосходство над слабыми

А я не хочу, чтобы у меня был запуганный ребёнок и при этом желаю, чтобы задача выполнялась.

Настойчивость типа: «одевайся, одевайся...» не работает. Запугивание типа: «сейчас там съедят всю твою кашу», попытка перекладывания ответственности типа: «ты уже должен всё делать сам», чёткая и стройная аргументация и мои рассуждения вслух про дисциплину не работают. А если повысить голос, так вообще можно сразу доставать мобильный телефон и переносить мою первую встречу на час позже.

Стоит отметить, что в саду у него всё хорошо: есть приятели, классные воспитатели и интересные занятия. Иногда бывает проблема наоборот: вечером его не утатишь из сада домой.

В общем, ситуация моя понятна: нужно сделать так, чтобы мой ребёнок вдохновлённо шагнул в

детский сад, и сделать это должен я. И действия при этом ничем не отличаются от тех, которые должен совершать руководитель, когда ему необходимо повести к целям и задачам, стоящим перед компанией, своих людей.

Нужно вовлечь людей в процесс и создать им для этого отличные условия!

Что самое удивительное, когда ты начинаешь смотреть на проблему под таким углом, решения сами начинают приходить в голову. Пусть не сразу, пусть не быстро, но приходят. А потом, как полагается, случаются чудеса: и сотрудники бегут к светлому будущему, и ребёнок радостно шагает в садик.

За последние две недели мы с Никитой:

1. Играли в «тепло-холодно», когда искали его шарф, который оставили в саду.
2. Шли, сжимая в кулаках, отда-

вать свою сердечную любовь воспитательнице.

3. Отмечали Всемирный день Добрых Дел и делали этим утром добрые дела.

4. Превращались в робота и нажимали на нём кнопки «одевания», «приёма пищи», «хождения» и так далее.

5. Соревновались с минутной стрелкой на часах, чтобы обогнать её и прибежать в садик быстрее, чем она покажет нужное время.

6. Отводили в садик папу (меня) и знакомили его с персоналом.

7. Играли в «игру наоборот», то есть делали всё, что скажет папа, но наоборот.

8. Искали волшебницу, которая превратила моего сына в капризного мальчика.

9. Прятали в раздевалке пиратские пиастры и находили их на следующее утро.

10. Ну, и один раз я его «купил». Пообещал новую игрушку и

торжественно вручил её вечером.

Но способ «купить» работал хуже всего и очень краткосрочно. Так как уже на следующий день это было чуть ли не требование со стороны сына. Как и в жизни. Попытка вдохновить сотрудников материальной мотивацией всегда заканчивается тем, что человек ищет места, где ему ещё больше могут заплатить. А что? Сами так научили!

Точно знаю, что вдохновлённые люди могут работать гораздо эффективней, чем люди с повышенной ставкой оклада. В разы эффективней.

Многие скажут, что я зря приучаю своего ребёнка к таким играм, ведь так он привыкнет и ничего не будет делать без создания творческой атмосферы. Но пока наблюдаю за тем, как он начал делать всё с большим удовольствием и на удивление быстрее учится самостоятельности.

Также и сотрудники, работающие в классной и здоровой атмосфере, начинают создавать не только результаты, но и идеи для развития, дружные коллективы и уникальные культуры.

Обращаясь к руководителям разных мастей и рангов, хочу ещё раз подчеркнуть: самый простой способ сделать так, чтобы сотрудник что-то сделал для вас — приказать одновременно является и самым неэффективным. Люди закрываются, обижаются, затаивают злобу и ждут момента возмездия над вами.

Посмотрите фильм «12 лет рабства», там очень хорошо показан образ руководителя, который всё пытается решить наиболее простым, директивным, авторитетным способом. Моя супруга после просмотра этого фильма сказала, что никогда в жизни не будет силой наказывать ребёнка, потому что применять силу к тем, кто слабее тебя (читай: ниже по должности) — легко. А вот вдохновлять и создавать условия, где люди будут чувствовать себя героями, сложно.

Но ведь для этого и нужны руководители и отцы. Разве не так?

По материалам
<https://econet.ru>

Семь мягких техник, убеждающих ребёнка слушаться без слёз и капризов

1. Превратите «Не делай так» в «Сделай так».

«Не убегай!», «Не кусайся!» — говорим мы, а ребёнок продолжает делать, что делал. Предложите ребёнку вариант действия, который вам по душе.

Пример.

• «Не таскай печенье из коробки!» — «Возьми яблоко» или «Помоги мне, пожалуйста, накрыть на стол, и мы вместе попьём чай с печеньем».

• «Не разговаривай с набитым ртом!» — «Скажи, когда прожужеешь. Тогда я смогу понять, что ты мне хочешь сказать».

В некоторых случаях можно бросить ребёнку вызов:

«Докажи, что я не прав» — «Спорим, я оденусь быстрее, чем ты».

2. Превратите «Прекрати» в «Продолжай».

Воспользуйтесь этой техникой, если вам не приходит в голову альтернатива действиям ребёнка.

Пример.

• «Прекрати кусаться!» — «У те-

бя чешутся зубки? Хочется кусаться? Вот тебе морковка. Кусай её».

• «Перестань рисовать на стенах!» — «Вот тебе лист бумаги, рисуй здесь».

3. Предлагайте действенный выбор.

Есть такие моменты, когда вы уверены, что ребёнок скажет «нет»? Предложив выбор, вы даёте ему ощущение сопричастности и понимание, что его желания и потребности уважаются и учитываются.

Пример

• «Надо одеться». — «Ты сегодня сам(-а) выберешь, что надеть, или мне выбрать?».

• «Время обедать. Садись за стол». — «Ты сядешь рядом со мной или с папой?».

• «Пора ложиться спать». — «Какую тебе сказку почитать перед сном: про Красную Шапочку или трёх Поросят?».

4. Получите согласие.

Повседневную рутину в виде мытья посуды, похода в магазин и т. п. выполнять гораздо лег-

че, если сфокусироваться на позитивных результатах от этих действий. Мытьё посуды сделает вашу кухню чистой и опрятной, после похода в магазин в доме появится еда. Также и с детьми: если ребёнок будет понимать, что даст ему данное действие, он выполнит его с большим интересом.

Пример.

• «Убери игрушки». — «Убери с пола игрушки, и мы сможем потанцевать вместе».

• «Сделай уроки!» — «Если быстро справишься с уроками, сможешь с друзьями пойти покататься на роликах (пойти поесть мороженое; сходим в кино и т. п.)».

5. Опуститесь на их уровень.

В ситуациях, когда ребёнок вас игнорирует, опуститесь перед ним так, чтобы ваши лица находились на одном уровне, присядьте или возьмите на руки. Тем самым вы продемонстрируете ребёнку свою готовность войти в его мир.

Пример.

Ребёнок сидит за столом, но не ест, а играет с едой. Вы готовите

ужин, периодически напоминая ему, что сидеть нужно ровно, есть следует ложкой/вилкой и т. п. Ребёнок вас игнорирует. Сев рядом с ним, вы заметите, что он поглощён своей игрой и, возможно, вас просто не слышит. Сядьте рядом, установите зрительный контакт и объясните, что еду надо есть ложкой.

6. Подвиньтесь.

Если вы находитесь лицом к лицу с кем-то, это может трактоваться либо как тесная связь, либо — конфронтация. Если же вы находитесь бок о бок, то такая ситуация интерпретируется как равноправные отношения. Если вы почувствовали ситуацию противостояния с ребёнком, подвиньтесь и займите боковую позицию, разорвав зрительный контакт.

7. Присоединитесь к его деятельности.

Ребёнок поглощён своей деятельностью, а вам надо ему что-то сказать. Опуститесь на его уровень и подвиньтесь, проявите интерес к тому, чем он увлечён. Прочувствуйте ситуацию, прокомментируйте, включитесь в его деятельность. Такие регулярные «включения» — прекрасный способ развивать ваши отношения.

Пример.

Вы зовёте ребёнка ужинать. Он

вас игнорирует, повторяя: «сейчас». Посмотрите, чем занят сын или дочь, помогите закончить ими начатое, будь то укладывание кукол или парковка машинного парка.

Испробовав методы на практике, вы научитесь применять их в комплексе. В применении будьте последовательны и не забывайте подкреплять слова делом. Помните о соответствии, чтобы ваши послы детям были однозначны.

Примеры.

«Суп едят вот так...» и несёте ложку с супом себе в рот. «Говори со мной нормальным тоном» произносите действительно «нормальным» тоном, а не повышенным.

Обязательно хвалите своих детей. Но делайте это эффективно. Не просто «Молодец!». Подмечайте, как действия ребёнка приводят к хорошим результатам и какие его качества при этом были задействованы. Ребёнок убрал свои игрушки? Скажите: «Какая чистая комната (результат). Ты все свои игрушки сложил (действие). Молодчина! (качество)». Только в такой последовательности малыш поймёт, за что вы его похвалили.

Сью БИВЕР,

автор системы «Счастливы дети — счастливы вы»



Я просто мама

Помню, как родив своего первого ребёнка, плакала от того, как много мне хотелось дать ему. Как я хотела, чтобы он был счастлив и здоров. Как я молилась о том, чтобы Бог бережно пронёс его на руках по жизни, нигде не ударив. Была готова на всё ради счастья этого крохотного человечка, моего сына. Старательно вкладывалась в свою семью, желая укрепить её. Училась, изучала психологию, в том числе детскую, разбиралась в существующих методиках воспитания и развития, старательно выбирая наиболее гармоничную и бережную для моего ребёнка. Я даже пошла работать психологом, чтобы быть со своим малышом рядом и помогать ему влиться в новую обстановку. Занималась личной психотерапией, стараясь стать более осознанной и цельной, чтобы не передать мои имеющиеся травмы дальше по наследству. Я очень старалась.

В то же время я всё глубже закапывалась в неосознаваемую мною депрессию. Моя жизнь превратилась в «я должна», «так правильно», «это необходимо для моего малыша». Боялась ошибиться. Мне казалось, что так много зависит от меня, моего настроения, внутреннего состояния. Если я закричу на ребёнка или не подойду к нему вовремя, у него обязательно случится психологическая травма, он потеряет доверие ко мне и к миру.

Ребёнок стал центром моей жизни. Наверное, я была похожа на идеальную маму из психологических пособий для родителей, вооружённая активным слушанием и безусловным принятием. Про себя лелея мысль (неосознаваемую, конечно) о том, как

мой малыш вырастет успешным, счастливым, здоровым, свободным, уверенным в себе на радость и гордость мне, так много и хорошо заботившейся о нём.

Но в какой-то момент всё пошло не так. Мой сын никак не хотел становиться идеальным малышом моей мечты. Он устраивал истерики, болел, не хотел ходить в сад и многое другое. Я, конечно, работала с этим, искала причины в себе, менялась и т. п. Но уже тогда во мне закралась мысль, что не всё так просто и не всё зависит от меня. Что-то может происходить и вопреки моим стараниям и вполне правильным действиям.

А потом мой сын сломал ногу в двух местах... На ровном месте. Упал дома на пластмассовую игрушку. И в нашей жизни начался ад с больницами, рентгенами и непрекращающимся криком моего ребёнка. Он кричал четыре дня, не останавливаясь вообще, периодически проваливаясь в сон на 10–20 минут. Круглые сутки. Ещё 10 дней он орал ночами, по 5–6 раз за ночь. Я скормила ему все имеющиеся детские и взрослые обезболивающие уже несмотря на дозировки. Через два дня ни одно из них уже не действовало. Тогда впервые столкнулась со своим материнским безсилием. Ничего не могла сделать, только лежать с ним рядом, обнимать его и молиться, чтобы он это выдержал. Я понимала тогда, что это травма, что это навсегда изменит его, трещина ляжет в его детской душе. Честно говоря, боялась, что он сойдёт с ума. Я была рядом и ничего не могла для него сделать...

Тогда я поняла кое-что. Что мы, мамы — не всемогущи. Мы не сможем уберечь наших детей от боли, которую им сужде-

но пережить, не спасём от возможных несчастий, аварий, ошибок в их взрослой жизни. Нас не будет рядом, когда они будут слышать тяжёлые известия, когда будут встречаться с последствиями своих решений, когда встретятся с обманом, предательством или несправедливостью. Они будут проживать это сами, без нас и очень повезёт, если рядом с ними будет какой-то близкий человек, готовый поддержать.

Своим идеальным материнством мы не защитим их от бед, не уберём от несчастий. Они пойдут своим путём, даже не задумавшись о том, какими мы хотели бы их видеть. Но у нас есть 16–17 лет, когда мы можем что-то сделать для них.

Воспитание, образование, развитие — это, конечно, всё да, но я не об этом сейчас. А о том, что будет греть их, когда им будет холодно, поддерживать, когда им будет сложно, давать силы и веру в себя, когда они будут отчаиваться.

Мы можем

- положить в шкатулку их не известной пока никому жизни драгоценные жемчужины радости, открытий, удивления, счастья, близости, доверия, любви;
- смеяться и дурачиться вместе с детьми, чувствуя единение и близость в общем веселье;
- читать им интересные книги, рассказывать истории, помогая открывать тайны нашего мира;
- играть с ними в игры — подвижные, настольные, словесные, чувствуя радость от общения друг с другом;
- знакомить их с тем, что любим мы, создавая возможность для общих интересов и совместных занятий;



• обнимать, целовать, гладить, мять, тискать их, наполняя любящими объятиями и прикосновениями.

Мы можем ошибаться, уставать, ругаться, не соответствовать психологическим рекомендациям и т. п. Но важно, чтобы мы не пропустили возможности радовать наших детей и радоваться вместе с ними. А дети не обязательно вырастут успешными и счастливыми, преуспевающими и знаменитыми. Но важно, чтобы их шкатулки счастья не остались пустыми.

Сейчас в конце каждого дня стараюсь замечать, какие глаза у моих детей. Если они горящие, живые, радостные или удивлённые, если сами они полны впе-

чатлений, мыслей и идей, я про себя тихо радуюсь, так как этот день лёг жемчужинками в ожерелья их жизни. Я не знаю, сколько таких бусин будет у них, не знаю длинными или короткими будут их ожерелья. Но уверена, что смогла сегодня построить нашу жизнь так, чтобы сегодняшние жемчужинки у них появились. И это то, что я могу. Я не ангел-хранитель, не могущественная фея, я просто мама. Я могу сделать для них так мало в контексте всей их жизни. И в то же время пока они со мной, могу сделать для них так много в контексте сегодняшнего дня.

Екатерина ЗИНОВЬЕВА,
психолог, мама двоих детей
<http://www.rukumame.ru>

Многие уверены, что слинги произошли из Африки и от цыган. На самом деле это далеко не так.

Помните известную фразу «в подоле принесла»? Что она означает, знаете? Почему именно «в подоле»? А если не в подоле, то как по-другому?

С рождением ребёнка для каждой женщины начинается совершенно другая жизнь: рядом появляется человечек, для которого она — весь мир. На руках или просто рядышком с мамочкой малыш чувствует себя хорошо и спокойно, сладко засыпает или просто притихает, чувствуя мамин запах, мамино сердцебиение, дыхание — всё то, к чему он так привык за долгих девять месяцев своего внутриутробного существования.

Взаимоотношения в паре Мать — Дитя, которые сложились за время беременности, не могут прерваться или резко измениться за одно мгновение после родов. И ведь тысячи лет назад наши пра-пра-праматери знали об этом. Но как и в чём им было носить ребёнка, ведь колясок, в которых мы сейчас катаем своих детей, не было? А дел у предков было ничуть не меньше наших: и жилище обустроить, и еду приготовить, и за другими детьми присмотреть.

Когда-то очень давно наши пра-пра-праматери начали ис-



Как носили маленьких на Руси

пользовать перевязь, в которой носили своих малышей. Делали их из ткани. Это очень удобно: и малыш всегда на глазах, и руки свободны, чтобы делами домашними заниматься, и пойти можно куда угодно, даже в лес за грибами... Прототипы подобных перевязей и одежды можно найти в культуре практически всех на-

родов. Так, эскимосы носят детей голыми в своеобразном меховом одеянии с карманом на спине, на дно которого постелен впитывающий мох. Кожа ребёнка соприкасается с кожей матери, а уж их обоих покрывает толстый слой меха, спасающий от мороза. Эта традиционная одежда называется амаути (amauti). В совре-

менном варианте это специально сшитая куртка с карманом на спине.

В африканских странах ребёнка привязывают тканым полотнищем к спине, то же самое делают матери и в Индии. Цыгане до сих пор носят детей в платках, обвязанных вокруг шеи. В восточноазиатских странах для ношения

ребёнка используют Mei Tai (май-тай) — лоскут с четырьмя лямками, две из которых охватывают пояс матери, а две завязываются за её спиной, образуя карман для малыша.

На Руси и в Европе тканые перевязи также были широко распространены. Известное присловье «принесла в подоле», означающее рождение ребёнка, буквально обозначает перенос ребёнка в подоле. Подол — традиционный для костюма русской крестьянки передник, широкий и длинный, который надевался поверх юбки. В нём носили детей, обвязывая концы передника вокруг шеи.

На Руси детей нередко носили в подоле, платках, таких же перевязях или даже плетёных коробах. Так вот, что касается фразы «принести в подоле», в некоторых регионах подолом называли не только низ платья или юбки, но и особый вид передника, широкий и длинный, который надевался поверх юбки. В нём носили детей, обвязывая концы передника вокруг шеи. Ношение ребёнка в подоле было обычным делом, дети с самых первых дней жизни большую часть времени проводили у мамы на руках, и при этом женщина выполняла свою обычную работу. Отсюда и пошло выражение «принесла в подоле».

■ **Алёна Амелина**

Проводитель Универсальной Родительской Академии (УРА), член Ассоциации творческих учителей России, поэтесса, автор образовательно-игровой методики преподавания «Смотри, Играй, Читай, Считай, Слушай и Запоминай», педагог семейного и дополнительного образования, тренер по позитивному мышлению
<https://vk.com/amelinaalena>,
amelinaalena@mail.ru

Семейное и домашнее образование

К чему быть готовыми?

Из личного опыта

Сейчас многих родителей той или иной причине волнует вопрос перехода на семейную (очно-заочную) или домашнюю форму обучения. Так как мы с сыном прошли тернистый путь семейного образования до сдачи экзаменов в тот момент, когда это движение только зарождалось, и получили огромный опыт в самообразовании и общении с разными школами, то хотелось бы поделиться этим опытом.

Нет смысла выяснять причины принятия решения перехода каждого ребёнка на такой вид образования, так как они у всех разные: замкнутость ребёнка, состояние его здоровья, постоянные переезды или что-то другое — это не имеет значения. В любом случае возникает много вопросов: «как выстроить учебный план? Как организовать учебный процесс более эффективно? Сколько предметов в день нужно брать в оборот? В какое время суток лучше заниматься и как выстроить режим дня? Как и чем помочь ребёнку в учёбе, чтобы облегчить ему и себе жизнь? Какие интересные детали можно использовать, чтобы увлечь и заинтересовать ребёнка изучением любого предмета? Какие использовать настольные игры по разным предметам из тех, которые уже существуют, и тех, что можно сделать дома из подручных материалов своими руками? Сколько времени в день уделять урокам? Какие трудности могут встретиться во время самообразования? Где в интернете можно найти материалы, которые помогут обучаться? Как строить отношения со школой и учителями?»

Ответственность и самоорганизация

Если вы решили, что ребёнку лучше будет обучаться дома на семейной, то есть очно-заочной форме, вы должны соизмерить свои силы с тем грузом забот, который на вас свалится. Если вы даже имеете возможность не ходить ежедневно на работу, это не значит, что всё будет легко, ведь учить и учиться самостоятельно не каждый умеет, так как этот процесс требует очень большой самоорганизации, самоотдачи и огромной ответственности. Но этому можно научиться, если есть желание. Однако нужно понять, хватит ли у вас терпения и сил, чтобы учить ребёнка всем предметам совершенно самостоятельно? Когда нет ежедневного школьного контроля, это сделать не так просто. Плюс ко всему прочему криками, насилием, без заинтересованности дать ребёнку качественное образование будет абсолютно невозможно. Готовы ли вы к такому испытанию на прочность? Вот в чём вопрос.

Конечно же, вам никто не может запретить посещать какие-либо занятия в школе, так как у вас вольный режим из-за очно-заочной формы обучения. То есть вы можете по выбору посещать те уроки, что вам нравятся или не-



обходимы. Но чаще всего на дому обучаются те детки, которые по тем или иным причинам не могут или не хотят ходить в школу. Этот вопрос очень индивидуальный, но решить его придётся. Обязательно нужно будет договориться со школой о выбранной форме обучения и закрепиться там для последующей сдачи зачётов и экзаменов. Помните, что не все школы пока готовы к такому сотрудничеству, поэтому выбирайте школу, где вас без проблем оформят. Вам составят график сдачи предметов, а дальше дело за вами.

Простота и сложность

В чём-то будет проще, чем в школе, а в чём-то сложнее. Проще в том, что во время индивидуальных занятий тратится время на объяснение, понимание и закрепление темы гораздо меньше, чем на целый класс, значит, высвобождается больше времени на что-то другое. Проще в том, что вам, как учителю, не нужно будет искать подход к каждому отдельно ребёнку, как это должно происходить в классе. Подход нужно найти только к собственному ребёнку, но найти его нужно обязательно. Легче всего на дому начинать заниматься с младших классов, так как родители чаще всего достаточно легко справляются с заданиями начальной школы. А по ходу взросления ребёнка родители плавно входят в курс дела по каждому школьному предмету, повторяя и вспоминая то, что когда-то проходили сами или, осваивая новые методы обучения, критерии оценки знаний, перестраиваясь постепенно под современный вариант образования. Когда идёшь по программе вместе с ребёнком, то обучение и объяснение нового материала даётся легче и быстрее.

Сложнее начинать сразу со средних или старших классов, так как часто, почти не помня свою школьную программу, родителям бывает очень сложно сразу



вспомнить, понять и объяснить ребёнку материал, тем более, что многое сейчас в программе даётся по-новому. Тогда придётся самим родителям сначала повторить базу, а уж потом браться за обучение своих детей.

И, безусловно, интернет вам сегодня в помощь. Но чтобы интернет оказался действительно полезен, нужно чётко понимать, что вы хотите отыскать, и сообразить, где это нужно искать (на каких ресурсах). Сейчас есть огромное количество обучающих ресурсов, но в них нужно уметь хорошо ориентироваться.

Вы должны оценить не только свои силы, но и силы и способности своего ребёнка. И способности не умственные, а скорее самоорганизационные (трудолюбие, быстрота при выполнении заданий, старание, аккуратность, внимательность, желание учиться) и самоограничительные (страхи, блоки, упрямство, неуверенность в себе). Если самоорганизационных способностей особенно не наблюдается, то нужно срочно браться за дело и начинать их

развивать. А если побеждают самоограничительные, то их нужно быстро устранять, но ненавязчиво, в мягкой игровой форме, чтобы придать ребёнку уверенность в себе и собственных силах. Здесь родителям непременно придётся быть отличными и терпеливыми психологами.

Не готовы учить сами — найдите достойного учителя

Если вы не готовы по каким-то причинам сами обучать своего ребёнка, но есть желание учить его индивидуально, вам придётся позаботиться о поиске для него достойных учителей, которые будут не только квалифицированными специалистами по предметам, но и смогут найти, на какой «козе» можно подъехать к вашему ребёнку, чтобы ему было комфортно и он с нетерпением ждал следующего занятия. Если же контакт учителя с ребёнком не налаживается, смело меняйте этого учителя, толку всё равно не будет. Если у учителя горят глаза, и он может заин-

триговать, заинтересовать, увлечь ребёнка и тот полюбит учителя, значит, он будет любить учиться. Считайте, что вам крупно повезло. Держитесь за такого человека обеими руками.

Моему сыну было интересно и весело со мной учиться несмотря на мою справедливую строгость, поэтому он тянулся к знаниям, просил добавки, совал свой нос в разные науки (даже не по возрасту в общепринятом смысле). Я ему просто по ходу его научных изысканий постоянно подкидывала новые темы для размышления и объясняла то, что было непонятно.

С теми, кто находится на домашнем обучении по состоянию здоровья, вопрос выбора учителя решает школа. Кого назначили, тот и учит. Тут вам придётся выкручиваться самим, чтобы восполнить то, что может быть, не даст учитель.

Важное преимущество любого самостоятельного образования — нет ненужных дополнительных заданий, занятий и мероприятий, которые, возможно, неинтересны или абсолютно бесполезны ребёнку.

Кстати, можно создать группу родителей-семейников, которые разделят между собой предметные обязанности, а детей можно объединить по классам. Каждый родитель проводит свои уроки параллельно с другими. Это очень

облегчает учительский труд и экономит время. Каждый учит детей тому, в чём лучше разбирается. Тогда не нужно будет преподавать все школьные предметы одному человеку, так как это достаточно сложно и занимает много времени. Тут уже будет удобно разделение труда, да и образование у детей будет качественнее. Ведь не каждый готов стать учителем-универсалом.

Важно мнение и готовность ребёнка

Нужно обязательно очень хорошо взвесить все «за» и «против» перед тем, как ответственно принять это серьёзное решение и сделать важный шаг не только в своей жизни, но и в жизни вашего ребёнка, так как его мнение при этом тоже обязательно должно учитываться.

Не забывайте, что оторванность от социума порой делает детей замкнутыми, стеснительными, закомплексованными и асоциальными, особенно, если они не холерики. Холерики нигде не пропадут



и всегда найдут, с кем пообщаться и во что поиграть. Замкнутость и нелюдимость — серьёзная проблема для ребёнка. Чтобы этого не случилось, сами чаще общайтесь с ребёнком, ходите с ним на разные мероприятия, в театры, музеи, на выставки, запишите его в разные развивающие кружки и секции, но выбирайте то, что нравится самому ребёнку, а не только вам, тогда он будет заниматься с удовольствием, а не из-под палки.

Общение в семье

И ещё очень важный вопрос — общение в семье. Если вы будете заниматься с ребёнком только уроками да ещё и с наездами, то станете для него просто злым монстром, а не другом и помощником. С детьми обязательно нужно не только делать уроки и ходить гулять, но и играть в разные игры (словесные, настольные, подвижные и спокойные, весёлые и интеллектуальные).

Будучи маленьким, мой сын говорил: «Мама, давай с тобой поиграем!» На что я отвечала: «Мы же с тобой только что пришли с четырёхчасовой прогулки, там играли в разные игры». А он в ответ: «Прогулка — это прогулка, это не считается. Настольные игры — это другое». Ну что тут сказать? В чём-то он был прав. Я выбирала разные развивающие игры (готовые или самодельные) по школьной программе или за её пределами и садилась с ним играть, совмещая приятное с полезным, отрабатывая незаметно нужные в данный момент темы. Если этого не делать, ребёнок будет уходить с головой в гаджеты при каждом удобном случае, ведь дома на это высвобождается больше времени и возможности, чем в школе. А значит вырвать его из виртуального мира потом будет либо гораздо сложнее, либо вовсе невозможно. Возникнет стойкая зависимость, и нервная система достаточно быстро расшатается, так как при любом запрете или ограничении на «игралки» будет дикое сопротивление и невроз, а значит, у родителя будут все шансы стать для ребёнка врагом номер один.

Не стоит допускать такой вариант разворота событий. Поиграть можно, но недолго, нечасто и желательнее в какие-нибудь познавательные, развивающие, полезные игры, а не в стрелялки и убивалки, чтобы не стать злым и кровожадным монстром в будущем. Ведь именно в детстве закладывается будущее. Ребёнок — это информация, которую в него заложили.

И это только начало. Как говорится, чем дальше в лес, тем больше дров. Дальше появляются новые вопросы и задачи, которые нужно героически преодолеть и решить. Есть люди, которые считают, что быть, например, грузчиком гораздо легче, чем воспитывать и учить детей. Но есть и те, кто легко и играючи учит и воспитывает, как бы тяжело это не казалось со стороны. Выбор всё равно остаётся за вами.

А наша Универсальная Родительская Академия (УРА) будет стараться (при вашей поддержке) помогать вам учиться и учить, давая подсказки и создавая новые разработки и настольные игры по разным предметам для более интересного и лёгкого обучения как дошколят, так и школьников, по мере надобности отвечая на ваши вопросы.

Желаю всем удачи, огромного терпения и радости!



Дорогие друзья!
Общими усилиями наконец-то издана уникальная образовательно-игровая книжка «ЗАБАВНАЯ ТАБЛИЦА УМНОЖЕНИЯ» Алёны Амелиной в стихах + CD (из серии «Пособие для будущих великих академиков»). В ней таблица умножения весело и интересно зарифмована с помощью ярких образов (понятных и близких детям) единичными познавательными стихами-рассказками по каждому столбику умножения. Книга помогает родителям при домашнем и семейном обучении, а также педагогам дошкольных и школьных учреждений. Стихи не связаны между собой, поэтому изучать их можно в любом порядке.

«ЗАБАВНАЯ ТАБЛИЦА УМНОЖЕНИЯ»

• На диске кроме стихов есть смешинки, хитринки, рецепты приготовления грибов, детские голоса, колокольчиком переменя, эмоции и интонации, способ умножения на «9» на пальчиках в виде игралочки, а также там, где это необходимо, расставлены голосовые акценты на математике.

• В книге найдена зависимость между цветом, словом и цифрой, при которой детки на уровне интуиции и зрительного восприятия усваивают правило: от перемены мест сомножителей произведение не меняется. Законы умножения тоже в стихах, но зубрить их категорически запрещается. Стихи только для вкусняшки. Важно понимание, как работает закон, а не его бездумное выучивание. Всё это ребёнок поймёт, разглядывая картинки во время или после прослушивания диска.

• Если в семье есть детки разных возрастов, то эта книжка послужит им всем. Одни будут изучать природу, творчество и благородство, другие — учиться считать, складывать и вычитать, а тре-

ты — умножать и делить. Каждому своё.

Малыши от 4-х лет воспринимают эту книжку просто как обычные рассказы в стихах, не обращая внимания на математику, а старшие слышат то, что им положено по возрасту (в т. ч. разные варианты умножения). С малышами можно учиться считать, складывать, вычитать по картинкам пальчиком в пределах возможности ребёнка, постоянно увеличивая диапазон.

Книга продумана так, что ребёнок умножение может проверить по картинкам простым счётом и сложением, посчитав всех, и понять, как устроено умножение (так как всё распределено на группы), а не просто поверить на слово, что $6 \times 6 = 36$ или $5 \times 7 = 35$.

• Обязательное условие — удобно устроиться на диване или в кресле, взять книгу в руки, включить диск в любое проигрывающее устройство и получить, наконец, удовольствие от математики! (Где слушаем, там и смотрим в книгу).



Диск и книгу нужно использовать одновременно, тогда задействуются все виды памяти (смотрим, проговариваем с автором, слышим, воспринимаем эмоции и интонации). Чтобы задействовать ещё и тактильную память, нужно (уже без озвучки) пальчиком пересчитать вслух ряды, кучки, штучки в них и сколько всего на каждой картинке кого-то или чего-то. Всё просто и с удовольствием!

В книге 48 стр. формата А4, цветные иллюстрации. Диск универсальный, лицензионный, записан на студии звукозаписи. Стоимость комплекта 500 руб. (без пересылки). Озвучка диска, стихи, акварельные рисунки и фото Алёны Амелиной.

Размышления учителя средней школы

Годы непрерывного обучения молодого поколения математике не прошли для меня даром. Я совершила открытие: не все люди созданы для науки. Ну не все! И даже не половина. И самое главное — я не вижу в этом ничего страшного. Боюсь, что к этому большинству отношусь и я.

Измученные наукой дети часто спрашивают меня: «Зачем нам этот синус, ну где он нам понадобится?» Да, я могла бы сказать: «Дети, он прекрасен сам по себе, посмотрите как это круто! Вот он синус, а вот поворот, и он уже — косинус».

Но я так никогда не говорю измученным детям. Я им говорю другое. Вам когда-нибудь в жизни придётся отжиматься от пола, приседать, качать пресс? Нет? А сильный позвоночник, лёгкая походка, хорошая осанка вам пригодятся? Для этого надо ходить в спортзал. Вот и математика — это спортзал. Вы тренируетесь принимать решения, ориентироваться в незнакомой обстановке, а главное, видя за этими буквами образы, вы развиваете воображение.

Но дети не видят за буквами образы. И воображение у них не развивается.

Вот примеры из жизни отличников.

Задача: найти 50% от 18. Ребёнок делит 18 на 100 (с ошибкой). Полученный результат умножает на 50 — тоже с ошибкой. Получает что-то фантастическое. А что не так? Он просто применил правило: часть от числа.

Задача: есть 5 чисел в ряд, каждое на 3 больше следующего. На первом месте 4, потом 7 и так далее. Моя шестилетняя дочь скажет мне, какое число на пятом месте. Но если всё это назвать арифметической прогрессией с разностью 3, то несчастный ребёнок мечется среди формул и задаёт обожаемый мной вопрос: «А куда тут подставлять?».



Самое безнадёжное и бессмысленное — функции и графики. Дети напоминают дрессированных медведей. Они виртуозно подставляют всё, куда надо. И ничего, абсолютно ничего за этим не видят. Любый, слегка изменённый вопрос ставит их в безнадёжный тупик.

Ужасно смешна геометрия. Обычный диалог повторялся несчётное число раз. Ребёнок: «Углы равны, потому что этот треугольник равнобедренный». Я: «Но он — неравнобедренный, это дано по условию». Ребёнок: «Так давайте докажем, что он равнобедренный, и он станет равнобедренным».

Самое ужасное в этом, что все эти формулы, вся эта ненужная информация мешают им учиться думать. Думать — значит ориентироваться в том, что не можешь понять?

Обычно мой урок с новым учеником-старшеклассником начинается так. Я предлагаю задачу, лучше текстовую. В ней мелькают автомобилисты, скорости, проценты и прочие страшные вещи. С тяжёлым вздохом юное создание рисует таблицу. Потом судорожно выписывает все формулы. Де-

лит расстояние на скорость. Потом скорость на расстояние. Потом, поделив всё, что можно, растерянно смотрит на меня. И я говорю: «Убери это всё и закрой тетрадку. Посмотри на задачу. Теперь угадывай». Ребёнок в испуге: «Как?». Я говорю: «Ну, спрашивают же время. Ну и угадывай. Называй любое». Ребёнок молчит, и я вижу, что он первый раз представляет этого несчастного автомобилиста, впервые за всю учёбу в школе оценивает время, исходя из здравого смысла — понимает, что не 3 секунды. Но и не 100 часов. И, наконец, называет. Мы проверяем и — не поверите — часто он угадывает. И не может поверить своему счастью. Потому что не так уж оригинальны авторы задач. И с этого момента мы можем учиться.

Я бы учила математике другому. Я бы назвала этот предмет «решение задач», ну или даже пусть арифметика. Я бы учила их думать, угадывать, находить короткий путь и самые необходимые действия: счёт, дроби, комбинаторику, графики, диаграммы — и всё без единой формулы.

И только в старших классах для желающих — теоретическая математика. В отдельных школах.

Она так же необходима, как музыка, живопись, латынь. Это прекрасно, но, не поверите, не зная, что такое интеграл от логарифма, можно очень даже полноценно жить.

А вот жить с многолетней привычкой делать что-то, потому что нам так сказали, а что это — мы не знаем и никогда не поймём, но, тем не менее, мы всё сделали правильно и получили пятёрки — это страшно и вредно.

Как этому противостоять? Учителю думать с самого начала. Не решать, если не понимаешь. Решать подбором, угадывая ответы — это вообще очень полезно. Это, кстати, и веселее — подобрать, а потом решить. К восьмому классу натаскаешься так, что будешь всё угадывать заранее. Нужно легко относиться к плохим оценкам, форме, правилам, но серьёзно к тому, чтобы ребёнок мог объяснить, почему он так решает. Рисовать задачки. Боюсь, что всё это забота родителей, увы. В школе этим никто не занимается.

Вера ЮДОВИНА,

учитель средней школы
<https://ludmilapsyholog.livejournal.com>

Семь принципов счастливого союза

Принцип 1. Пополняйте свою карту любви

«Карта любви» — это что-то вроде места, где вы храните подробные и всесторонние знания о внутреннем мире своего партнёра. Нужно сказать, что многие супружеские пары научились спокойно относиться к отсутствию внимания к подробностям жизни своей половины. Один или оба супруга могут иметь самое поверхностное представление о радостях, симпатиях, антипатиях, страхах, проблемах другого. Муж может увлечься современным искусством, а его жена не знает, кто его любимый художник.

Наоборот, в эмоционально-интеллектуальных союзах (так называют их Джон Готтман, профессор психологии, известный своими работами в области исследований супружеской стабильности и отношений посредством прямого научного наблюдения), супруги хорошо знакомы с мирами друг друга. Каждый из супругов имеет подробную «карту любви». Так обозначается та часть мозга, где вы храните всю информацию, связанную с жизнью вашей половины.

«Карты любви» защищают союзы после резких изменений. Муж и жена в таких парах хорошо знают, что каждый думает и чувствует, они не сбивлись с курса. Однако если вы недостаточно глубоко изучили друг друга, ваш союз может легко свернуть с верного пути.

Принцип 2. Больше нежности и восхищения

Нежность и восхищение — два самых важных элемента в плодотворных и долговременных романтических отношениях. Если ваши нежность и восхищение утра-



чены, путь их возврата начинается с осознания их ценности. Они важны для долговременных отношений, потому что препятствуют тому, чтобы НЕУВАЖЕНИЕ проявилось в вашем союзе и стало доминировать в нём. «Неуважение — это коррозия, которая со временем разрывает связь между мужем и женой».

Принцип 3. Повернитесь друг к другу вместо того, чтобы отвернуться

Помните о «мелочах». Ежедневные ритуалы, внимание, просто реакция на слова партнёра (поворот головы, поддержка) — всё это важно для стабильного и эмоционального брака. Ка-

кие «мелочи» есть в вашей жизни? Совместный завтрак по утрам, вечерние прогулки, праздники с родственниками, настольные игры, просто сплетничание? Чем больше позитива в вашем союзе, тем сложнее его сбить с курса.

Принцип 4. Позвольте партнёру влиять на вас

Исследования показали, что мужчины, которые позволяют женщинам оказывать на них влияние, живут в более удачных браках. В противном случае, существует 81% вероятности, что отношения погубят себя. Учитесь уступать, прислушивайтесь к просьбе партнёра, старайтесь найти нечто, в чём вы можете пойти на компромисс.

И здесь же, в рамках четвёртого принципа, такая важная тема, как конфликты. Исследования показали: около 70% конфликтов в паре разрешить невозможно. Они никуда не уходят несмотря на то, что многие воюют год за годом, пытаются изменить друг друга. Дело в том, что около 70% споров основывается на принципиальном различии в образе жизни, личностных особенностях, ценностях партнёров. Давайте делить конфликты на решаемые и «вечные». И заниматься решением решаемых проблем. «Вы не обязаны разрешать свои главные семейные конфликты ради процветания союза. Просто научитесь жить с ними».

Принцип 5. Решайте свои решаемые проблемы

Готтман рассказывает о том, как смягчать начало разговора. Вы ведь знаете, что в большинстве случаев именно жена выносит на обсуждение семейные сложности и настаивает на их разрешении. Важно то, как именно женщина делает это.

Принцип 6. Выход из тупика

Как переместить проблему из тупика к диалогу, что происходит с вашими мечтами и вообще есть ли у вашего партнёра мечты и какие? Уважаете ли вы их, даже если лично вам они кажутся странными?

«Когда вы приспосабливаетесь к союзу, скрывая свою личную мечту, она снова появляется на поверхности в замаскированной форме конфликта, зашедшего в тупик».

Принцип 7. Создание общего смысла

Очень важный принцип. Союз помимо совершенно обычных, рутинных дел также связан с совместным строительством внутренней семейной культуры, наполненной ритуалами, символами, своими особенностями.

Также союз связан с общими целями. Именно общие цели позволяют быть нам не просто соседями по квартире, давно не понимающими, что нас связывает. Общие цели направляют нас как семью и становятся основой, фундаментом отношений. По большому счёту каждая пара создаёт свою «микрокультуру» со своими обычаями, мифами и историями. Всё это становится частью семейной культуры.

https://vk.com/wife_and_mother

Нужна хозяйка и жена



Здравствуй! Мне уже 50 лет в обед. Жены давно нет, старшая дочка работает, младший сын учится в техникуме, а сейчас служит в армии.

Приехал я в Саратовскую область в 2005 году, в бабушкин дом. И взялся копать, рубить да жечь. Только о жене не позаботился, а это главное для жизни на земле.

У меня крайний дом, за речкой — бугор, там был сад колхозный, даже сейчас осенью можно яблок набрать. За бугром — поля до леса, и речка в лесу течёт. Когда-то в реке купались, а сейчас она прудами перегорожена.

Места у нас богатые и красивые, всякой ягоды и грибов хватает. На зиму можно обеспечить себя с лихвой.

Так вот, человек живёт на своей земле ради рождения детей, чтобы трудиться, остальное — пустые хлопоты.

Нужна мне хозяйка и жена, чтобы радостно жить и не напрасно.

Адрес: 412587, Саратовская область, Ново-Бураский район, с. Тёпловка, ул. Советская, д. 109.

**Павел
РЕШЕТНИКОВ-ТОЛСТЫЙ.**

Как умная Принцесса справилась с всезнающим Эго

В некотором царстве, в некотором государстве жила-была Принцесса. Как её звали? Ну, кто звал, тот и знал. Принцесса, в общем, как и все девочки-принцессы на нашей Земле, независимо от возраста и статуса. Принцесса была очень жизнерадостной девочкой и любила петь весёлые песенки собственного сочинения. Даже когда лил дождик, она пела.

Как здорово гулять под дождиком, Не нужен даже зонтик мне.

Дождинки — из воды горошинки — Стучат по мокрой голове...

Ей было весело со своими песенкам даже когда она была одна.

Принцесса подросла и пошла в школу маленьких принцесс. Она продолжала петь свои весёлые песенки и в школе, но как-то услышали её другие принцессы и посмеялись над ней: просто сами они сочинять песенки не умели. Тогда Принцесса не стала петь вслух, а потом и вовсе перестала. Бывало, что другие принцессы обижали её, но обиды улетали от неё с первым дуновением ветерка. Она оставалась доброй и весёлой девочкой.

Вот Принцесса подросла, и в голову её пришёл гость незванный. Она сразу увидела его своей чистой душой.

— Ты кто? — спросила она.

— Я Эго, — ответил гость.

— А что ты умеешь?

— Я всё знаю, что и как должно быть.

— Ну хорошо, живи, коли умный такой.

Вот и стала Принцесса жить с Эго в голове. Обиды начали поселиться в её сердце, и никакой, даже сильный ветер не мог сдуть эти обиды. Принцесса стала осуждать других, а Эго ей стало подсказывать, что и как должно быть. Вот это не так сделали, а это сказали неправильно. И Принцесса топала ножкой и губки надувала, обижалась и осуждала людей за то «неправильное», что люди делают. Постепенно Эго занимало всё больше и больше места в её голове. Принцесса росла, и Эго её росло.

Пришло время выбирать суженого. А Эго ей: у этого нос большой, тот очкарик, а этот вообще дылда. Так бы и осталась Принцесса одна, но прилетел Ангел Любви и крылом коснулся её. Эго сразу притихло, как заснуло... И Принцесса тотчас увидела своего Принца. Он ей

очень понравился, не видела она в нём никаких изъянов. Полюбили они друг друга, поженились. Эго спало, а Принцесса в своём Принце души не чаяла, на крыльях любви летала.

Но однажды Эго проснулось и говорит: «Он носки по дворцу разбросал! Он тюбик с зубной пастой не закрыл и он, он, он...». Претензии стали расти, как снежный ком. Принцесса надувала губки и снова топала ножками. Плохо стало Принцу жить с ней, и он пошёл счастья искать... Но любил он Принцессу, плохо ему было без

неё да и с ней не жизнь. А Принцесса посмотрела по сторонам и заплакала. Пусто и холодно ей во дворце показалось без Принца. Она же его любила. А Эго опять: а он такой, а он сякой!

— А ну-ка иди отсюда, люблю я его, — сказала Принцесса и выгнала всезнающее Эго от себя подалше.

Побежала Принцесса искать любимого, а Принц уже навстречу идёт. Помирились, стали жить-поживать, детишек родили и вырастили и сейчас хорошо живут...

А Эго, оно по свету пошло и в головушку к кому-то попросилось, к другим принцессе или принцу какому. Живёт и командует: это не так и то не эдак!

Ну а если к тебе в головушку такое чудо попросится, гони его, гони!

Ольга ИВАНОВА

<https://vk.com/@lifeinthresource>





У эмоций есть два главных источника: страх (и все чувства, порождаемые страхом) и любовь (и все чувства, основанные на любви).

Мы испытываем и то, и другое, но в повседневной жизни у большинства людей преобладает страх. Можно сказать, что обычные для нашего мира отношения между людьми на 95% состоят из страха и лишь на 5% — из любви. Конечно, в разных случаях это соотношение меняется, но даже 60% страха против 40% любви — это всё равно преобладание страха.

Чтобы понять эти чувства, нужно определить некоторые характерные особенности любви и страха, которые я называю «путём любви» и «путём страха». Эти два пути — лишь точки отсчёта, помогающие разобраться, на чём основана наша жизнь. Такое разделение вводится в помощь логическому разуму, чтобы тому легче было понять происходящее и получить некоторый контроль над принимаемыми нами решениями. Каковы же их характерные особенности?

Любовь не налагает обязательств. Страх — это сплошные обязательства. Следуя пути страха, мы делаем то или другое, потому что должны; от других мы тоже ожидаем, что они будут поступать так-то и так-то, потому что обязаны. У нас есть обязательства, но как только появляется нечто такое, что мы должны сделать, мы тут же начинаем сопротивляться. И чем сильнее это сопротивление, тем больше мы страдаем. Рано или поздно у нас возникает стремление избежать этих обязательств. Любовь же, напротив, не противится ничему. Что бы ни делали, мы делаем это просто потому, что хотим. Всё превращается в удовольствие — это своеобразная игра, она приносит радость.

Любовь ничего не ждёт. Страх полон ожиданий. В страхе мы делаем то или это, потому что думаем, будто обязаны это делать, и от других ждём того же. Вот почему страх причиняет боль, а любовь — никогда. Мы на что-то рассчитываем, а если это не происходит, нам больно — мы считаем это несправедливостью. Мы обвиняем других в том, что они не соответствуют нашим ожиданиям. Однако когда любишь, ничего не ждёшь: мы любим, потому что хотим этого, и если другие люди делают что-то или не делают, то тоже лишь потому, что хотят или не хотят, — и в этом нет ничего личного. Если не надеешься на что-то и этого не случается. Так в чём беда? У нас нет никаких неприятных чувств: что бы ни происходило, всё подойдёт. Вот почему влюблённых почти ничто не задевает: они просто ничего не требуют от возлюбленного, не связывают друг друга никакими обязательствами.

Любовь основана на уважении. Страх не уважает ничего, в том числе и сам страх. Если я жаляю кого-то, это означает, что я его не уважаю. Он не умеет принимать решения? Но если мне приходится принимать решения за кого-то другого, значит, я проявляю к нему неуважение. А если я кого-то не уважаю, то пытаюсь этим человеком управлять.

В большинстве тех случаев, когда мы втолковываем детям, как им жить, мы проявляем к ним неуважение. Мы жалеем их и пытаемся делать за них то, что они должны делать сами. А если я не уважаю самого себя, то начинаю жалеть себя. Мне кажется, что я недостаточно хорош, чтобы жить в

Путь любви и путь страха



этом мире. Как определить, что не проявляешь уважения к самому себе? По мыслям: «Ах я бедняжка! Мне не хватает способностей, я слишком глуп, я слишком некрасив, чтобы у меня получилось...». Жалость к себе — следствие неуважения.

Любовь безжалостна: она не испытывает ни к кому жалости, но у нее есть сострадание. Страх полон жалости, он жалеет всех. Мы жалеем тех, к кому не питаем уважения, потому что не верим, что эти люди достаточно сильны, чтобы с чем-то справиться. А любовь уважает других. Если мы любим человека, то верим, что он справится. Мы знаем, что он достаточно силен, умён и хорош, чтобы воплотить в жизнь свои намерения. Мы не обязаны решать что-то за него. Он сам справится. А если не получится, мы протягиваем ему руку, помогаем подняться на ноги и говорим: «Ты можешь! Попробуй ещё!». Это сострадание, но не жалость. Сострадание — следствие уважения и любви, а жалость — проявление неуважения и следствия страха.

Любовь без колебаний принимает на себя ответственность. Страх избегает ответственности, но это не значит, что он ни за что не отвечает. Попытки избежать ответственности — это одна из самых серьёзных наших ошибок, поскольку у любого поступка есть последствия. Всё, что мы делаем и о чём думаем, имеет последствия. Когда мы делаем выбор, нас ждёт соответствующий результат, определённая реакция. Но результат и последствия непременно возникают и в том случае, если мы не делаем выбора. И действие, и бездействие влекут за собой последствия. Вот почему каждый человек целиком и полностью отвечает за свои поступки. Даже если не хочет! Да, порой наши оплошности пытаются исправить дру-

гие люди, но мы всё равно платим за допущенные ошибки и в итоге расплачиваемся вдвойне. Когда кто-то другой пытается нести ответственность за нас, это приводит лишь к ещё более серьёзным неприятностям.

Любовь всегда добра. Страху доброта не свойственна.

На пути страха у нас множество обязательств и ожиданий. На этом пути мы не питаем уважения, избегаем ответственности и испытываем жалость. Но разве добрые чувства могут возникнуть у того, кто страдает от неизбывного страха? Мы чувствуем себя жертвой всего вокруг, мы постоянно злы и печальны, мы ревнуем и считаем, что нас предают.

Гнев — не что иное, как маска страха. Печаль — страх под личиной. Ревность — страх под маской. Испытывая подобные чувства, основанные на страхе и причиняющие страдания, мы можем лишь притворяться добрыми. На самом деле мы вовсе не добры, потому что чувствуем себя плохо, не испытываем счастья. Но когда идёшь по пути любви, у тебя нет ни обязательств, ни ожиданий. Ты не жалеешь ни себя, ни своего спутника жизни. Всё хорошо, как оно есть, и потому на лице твоём неизменно сияет улыбка. Ты доволен собой, и это счастье делает тебя добрым. Любовь всегда добра, а доброта делает нас великодушными и открывает перед нами все двери. Любовь щедр. Страх жаден: он хочет только для себя. Эгоистичность запирает любую дверь.

Любовь безусловна. Страх всегда выдвигает условия. На пути страха мы любим человека, если он позволяет собой помыкать, если он добр к нам, если он соответствует тому образу, который у нас сложился. Мы придумываем, какими должны быть окружающие, но другие люди не та-

кие и никогда такими не станут, и мы осуждаем их за это, выносим им обвинительный приговор. Мы стыдимся за человека, если он не такой, каким мы хотели бы его видеть. Когда мы не вписываемся в придуманный нами образ, он нас смущает, раздражает, выводит из себя. Но это лишь притворная любовь. На пути любви не бывает «если», там нет никаких условий. Мы любим человека таким, какой он есть, и мы сами имеем право быть собой. И если нам не нравится, какой он, лучше просто найти другого — того, кто нравится больше. Мы не имеем права никого менять и никто не имеет права пытаться изменить нас. Если нам и суждено измениться, то лишь в том случае, если мы сами этого хотим — например, когда намерены прекратить былые страдания.

Большинство людей всю свою жизнь идут по пути страха. Они поддерживают отношения, потому что считают, будто обязаны это делать. В рамках этих взаимоотношений они связывают со спутником жизни и с самими собой многочисленные ожидания. Все драмы и страдания вызваны тем, что мы используем те каналы общения, которые возникли задолго до нашего рождения. Люди осуждают других и сами становятся жертвами, они постоянно сплетничают — с друзьями и о друзьях, дома и в баре. Они пробуждают в членах семьи ненависть друг к другу. Они накапливают эмоциональный яд и передают его своим детям. «Посмотри-ка на своего папашу! Гляди, что он натворил! Надеюсь, ты вырастешь не таким, как он. Все мужчины мерзавцы! Все женщины стервы!» Вот что мы делаем с людьми, которых так любим, со своими детьми, друзьями и спутниками жизни.

На пути страха мы придумываем столько условий, надежд и обя-

зательств, что в конце концов создаём правила лишь для того, чтобы защититься от эмоциональных страданий. На самом же деле никаких правил быть не должно. Однако эти правила оказывают влияние на количество каналов общения между нами, поскольку, когда люди напуганы, они начинают лгать. Если мы надеемся, что человек должен быть таким-то и таким-то, то он чувствует себя обязанным быть именно таким. Беда в том, что он вовсе не такой, каким его хотят видеть. Когда он честен перед нами и остаётся таким, какой есть, это нас задевает, доводит до бешенства. И потому он лжёт нам, ведь он боится нашего осуждения. Он боится, что мы начнём его в чём-то обвинять, вынесем приговор и накажем. И всякий раз, вспоминая о каком-то его поступке, мы наказываем его снова и снова, много раз за одну и ту же ошибку.

На пути любви царит справедливость. Если человек допустил ошибку, он расплачивается за один-единственный раз. И если он по-настоящему любит себя, то извлечёт из этой ошибки урок. На пути страха справедливости нет. Мы ведём себя так, что расплачиваемся за одну и ту же оплошность тысячи раз. И своего спутника жизни, своих друзей мы заставляем расплачиваться за одну ошибку многократно. Это вызывает ощущение несправедливости и причиняет всё новые эмоциональные раны. Разумеется, в результате мы просто настраиваемся на поражение.

Люди умудряются делать драмы из чего угодно, даже из самых простых и незначительных событий. И мы видим, что все эти драмы — естественная форма отношений в аду, ведь практически все семейные пары идут по пути страха.

Рунс МИГЕЛЬ,

из книги «Мастерство Любви»

Как развить интуицию

Развить интуицию способен каждый. Наряду со зрением, слухом, осязанием, обонянием и вкусом интуиция присуща каждому человеку, её нередко называют шестым чувством. Просто не все умеют слышать и распознавать свой внутренний голос. Как и другие присущие человеку скрытые способности, интуицию надо пробуждать и развивать, её необходимо тренировать и поддерживать.

Чтобы понять, как развить интуицию, прежде надо чётко уяснить, как она работает.

Наверняка вы знаете, что такое сознание и подсознание. Сознание — это часть разума, которой мы думаем, способность к воспроизведению действительности в мышлении. Мы можем наблюдать работу сознания, видеть, как в голове рождаются мысли. Подсознание же — область неясных, не вполне осознанных мыслей, чувств, представлений. Здесь — понимание о жизни в целом, о различных жизненных ситуациях, о себе и людях. Всё это находится вне нашего сознания, то есть скрыто от наблюдения и понимания. Наше подсознание подобно хранилищу, в котором находится всё, что происходило в нашей жизни, всё, что мы когда-либо слышали, видели и чувствовали.

По словам учёных, сознание человека способно воспринимать 15 единиц информации в секунду, в то время как подсознание — до миллиарда. Подсознание улавливает всё, что не выражено в словах, что витает в воздухе. То есть подсознание содержит всю полноту знаний, необходимых для принятия правильных решений. Оно выдаёт нам неожиданные ответы на волнующие нас вопросы, предлагает нестандартные решения проблем, и происходит это как вспышка, озарение. О чём долго не могло догадаться сознание, размышляя не один день, подсознание выдаёт спонтанно на блюдечке.

Так вот интуиция — это наш канал связи с подсознанием, инструмент для получения ответов на любые вопросы, это наш неосознанный опыт.

Как развить интуицию

1 Первое правило развития интуиции — это вера в неё, в её существование. Невозможно, отрицая источник получения информации, им воспользоваться. Это как визуализация желаний, работающая только для тех, кто в неё верит.

2 В полной мере развить интуицию и умело ею пользоваться может только человек, чья уверенность в себе на должном уровне. Низкая самооценка не позволяет поверить в возможность принятия правильного решения, плодя сомнения за сомнениями. Не доверяющий себе человек свои чувства (интуицию) не слушает.

3 Чтобы получить ответ на интересующий вас вопрос, для начала его надо задать. Обратите вопрос внутрь себя, в глубину своей души.

4 Вопрос должен быть чётко поставлен и задан в форме, предполагающей однослож-

ный ответ — «да» или «нет». Наиболее чёткие ответы интуиция даёт через утвердительную форму, а не вопросительную. Например, вместо вопроса «Нужно ли мне заключать эту сделку?» или «Стоит ли мне связывать судьбу с этим человеком?» надо произнести утверждение «Мне нужно заключить эту сделку» или «Мне стоит связать судьбу с этим человеком», и уже на противоречии ясный и понятный ответ-ощущение будет вам дан. При развитии интуиции форма вопроса является одним из самых важных моментов. Утверждение отсекает логику и размышления, которые могут включиться в процесс поиска ответа.

5 Интуитивные ощущения, которые не являются ответом на вопрос и приходят сами собой, игнорировать не стоит. Интуиция, как и подсознание, работает постоянно, следовательно, обстоятельства, которых мы предусмотреть не можем, рождают упреждающие интуитивные ощущения. И чем больше внимание мы будем уделять своим ощущениям, тем быстрее наступит момент, когда задавать вопросы уже не потребуется, потому что ответы будут поступать сами.

6 Методы развития интуиции предполагают вопросы, которые имеют реальное значение, ответы на которые действительно волнуют вас. Интуиции чужды такие вопросы, как «Посмотреть мне телевизор или почитать газету?», «Принять душ или пойти в баню?» и т. п. Не засоряйте вашу с ней связь.

7 Начните с малого, не беритесь за решение глобальных вопросов сразу. Пусть вопрос будет значим, но не глобален и не бессмысленен.

8 Важный момент в развитии интуиции — это умение её слышать. Ответы интуиции, получаемые человеком, могут быть различны:

- Звук, который мы слышим так же, как слышим речь, произнесённую про себя.

- Тактильные ощущения, выражающиеся в виде покалывания

или учащённого сердцебиения; может бросать в жар или знобить. Часто бывает, что тактильные интуитивные ответы точно завязаны на левую и правую стороны тела: любые ощущения в левой стороне означают ответ «нет», а в правой — «да».

- Чувственные интуитивные ощущения сопровождаются изменением в настроении. При возникновении чувства радости, подъёма в настроении — ответ «да» и, напротив, если ваше настроение упало — ответ «нет». Так же человек может испытывать чувство тревоги («нет») и спокойствия («да»).

- Ответ интуиции может быть получен в виде образа, который придёт вам как только вы закроете глаза. Как индивидуальна форма ответа, так и индивидуален визуальный интуитивный ответ. Это могут быть различные цвета, вы можете чётко увидеть «да» или «нет», «+» или «-».

- Очень редко, но всё-таки

встречается вид интуитивного ответа, выражающийся в различных запахах и ароматах.

- Когда у человека слабо выражены интуитивные ощущения, ответы могут приходиться извне. Внешними источниками могут служить: СМИ (телевидение, радио, газеты), книги, разговоры, часто их называют знаками. После заданного вопроса ответ приходит в понятной форме (попадётся статья в газете, птичка сядет на подоконник и будет стучать вам в окно, получите письмо от человека, которого давно забыли...).

9 Чтобы эффективность интуиции была максимальной, необходимо работать со своими ощущениями. Когда задаёте вопрос, не ждите ответа в конкретной интуитивной форме, просто прочувствуйте свои ощущения.

10 Уединённая обстановка на первых шагах развития интуиции будет



способствовать точному пониманию своих ощущений (в дальнейшем и суэта окружающего вас мира не станет помехой для получения своевременных ответов интуиции). Займите удобную позу, позаботьтесь о тишине и о том, чтобы вас никто не отвлек, закройте глаза, расслабьтесь и задайте действительно волнующий вас вопрос, прислушиваясь к себе, ждите ответ. Не всегда ответы приходят сразу, не отчаивайтесь, знакомьтесь со своей интуицией.

11 В момент, когда вы от своей интуиции ждёте ответа, не включайте логику, не взвешивайте все «за» и «против», а просто наблюдайте за ощущениями.

12 Бывает, что интуитивные ответы не совпадают с реальностью. В таком случае проанализируйте ситуацию, возможно, логика успела вмешаться в ваше решение или помешали сомнения. Неудачи — отличное средство для развития интуиции и оттачивания мастерства интуитивного мышления.

13 Всегда исполняйте решения, приходящие через интуицию, иначе пропадает вера и необходимость интуитивных ответов.

В конце хочу предостеречь всех от слепого доверия только своим чувствам. Вы в равной мере должны использовать и интуицию, и логику с её здравым смыслом. Интуиция не должна быть истиной в последней инстанции. Важно понять, в какой ситуации стоит отдать предпочтение логическому мышлению и принимать решения, основываясь на нём, а когда положиться на интуицию. Например, если мы владеем полной информацией о предмете и предельно ясно, интуиция и способность предвидения ни к чему. Другое дело, когда нам не известны все данные, когда мы не уверены, какой выбор сделать или когда хотим знать, чем закончатся наши начинания, то можно прибегнуть к интуиции.

Интуицию, то есть смутно осознаваемое подсознательное угадывание, можно усилить проницательностью — осознаваемым и управляемым расчётом.

<https://constructor.ru>

Что делать, когда нужно быстро принять решение

Иногда приходится быстро принимать решение, нельзя подождать недельку, нужно решить что-то сегодня же. Если вы вынуждены принимать срочное решение, попробуйте воспользоваться таким приёмом.

Расслабьте всё тело, сделав несколько глубоких вдохов или круговых движений плечами. Почувствуйте спокойствие и расслабление. Успокойте свой мозг, а затем уверенно скажите себе десять раз: «Я всегда принимаю правильные решения». Почувствуйте силу слов. Говорите уверенно. Произнесите фразу последний раз, сразу же примите решение. Таким образом вы избежите логических рассуждений и получите ответ из подсознания. Первое, что придёт вам в голову, и будет вашим решением.

Иногда полезно избегать логических рассуждений. Жить, подчиняясь лишь законам логики, невозможно: наша жизнь полна парадоксов и тайн. Именно поэтому важно доверять своему подсознанию, ощущениям и предчувствиям. Поступая так, человек становится ближе к истине чем когда догматично пытается оставаться в рамках ограниченного рационального мышления.

Качество вашей жизни зависит от качества ваших мыслей. Сколько раз вы тщетно пытались найти решение или ответ, пропуская через себя одну и ту же информацию вновь и вновь в надежде, что просто что-то упустили? Вы не могли найти ответ, так как, обращаясь лишь к сознанию, сильно ограничивали круг возможных решений. Пробуя старые идеи, вы годами топтались

на месте, надев себе на глаза повязку и связав за спиной одну руку. Ничего удивительного, что вы не могли добиться того, чего желали. Подсознание изобилует новыми идеями, решениями и ответами. Не ограничивайте себя. Откройте эту сокровищницу и возьмите всё самое новое, динамичное, оригинальное и полное жизни. Эти идеи и решения существуют внутри вас уже сейчас.

Однажды осознав всемогущую силу подсознания, вы никогда больше не будете испытывать недостатка в идеях. Ваши сознание и интуиция будут постоянно нацелены на нахождение необходимой информации. Как говорится в Упанишадах, «Всё существует внутри».

Из книги Джона КЕКО
«Подсознание может всё»



Лексика любого языка непрерывно развивается: постоянно пополняется, обогащается и обновляется новыми словами, так называемыми неологизмами.

Слова и словосочетания, созданные для обозначения новых явлений действительности, новых предметов или понятий, называются неологизмами (от греч. νέος — новый и λόγος — слово).

Неисключение и русский язык. Он научился приспосабливаться и адаптироваться ко всему новому, что создаётся в обществе, государстве и в его сферах деятельности.

Так, в 60-е годы в связи с развитием космонавтики появилось много новых слов, связанных с космосом: **космонавт, космодром, ракетодом, луноход**. Появление радио привело к возникновению таких слов, как **радиоприёмник, радиопомеха, радировать**, а развитие атомной энергии принесло с собой новые термины: **атомоход, дезактивация, дозиметр**. Конечно, в настоящее время все эти слова уже нельзя отнести к неологизмам, поскольку они давно вошли в активный словарный запас русского языка. Однако не всегда жизнь неологизмов оказывается столь длительной, поскольку многие со временем уходят из языка вместе с явлением, которое они обозначали (**нэп** — новая экономическая политика, **чекист** от «ЧК» — Чрезвычайная комиссия и т. д.).

Из общей массы новых слов можно выделить не только новообразованные или новообразованные, а ещё и авторские неологизмы, рождённые, как правило, известными людьми. Все они очень быстро приживаются и становятся частью лексики.

Слова, придуманные Н. Карамзиным



Историк, публицист, прозаик, поэт и статский советник Николай Карамзин, ведший свою деятельность на рубеже XVIII–XIX веков, сосредоточил усилия на гуманитарных науках. Он исследовал возможности русского языка, его выразительность. Великий реформатор обогатил нашу лексику замечательными словами-кальками, аналогов которым ранее в нашей стране не существовало, а теперь кажется, что они были всегда: **впечатление, влияние, трогательный, занимательный, моральный, эстетический, сосредоточить, промышленность, эпоха, сцена, гармония, катастрофа, будущность**. Крайне впечатляющий набор, не правда ли?

Слова, введённые М. Ломоносовым

Михаил Васильевич Ломоносов был не столько поэтом или писателем, сколько учёным-энциклопедистом, который вывел на новый уровень целый ряд наук в



нашей стране. Физика, химия, геология, астрономия, инженерное дело и отдельный вклад в русский язык и литературу. Фактически именно им была заложена осно-

им обозначения, хотя и не привились или были вытеснены другими, всё же свидетельствуют о напряжённости его поисков, большом творческом процессе. **Отличавший, отончённый, оредевший воздух** — ищет Ломоносов русское определение для современных понятий — **разреженный воздух, окружное течение крови (циркуляция), безвоздушное место (вакуум), густой свет (интенсивный), управительная сила магнита, зыблющееся движение (волновое), коловратное движение (вращательное), заостроватая фигура (конусообразная)** и многое другое. В тех же случаях, когда иностранные слова прочно вошли в научный обиход или ввести их представлялось почему-либо

слишком это хорошо умел — он ведь учился черчению в Петербургском Главном инженерном училище. А глагол **штушеваться**, придуманный им и вошедший в широкое употребление, стал означать «незаметно исчезнуть, удалиться». Потом прибавилось ещё одно значение: «оробеть, смутиться». О возможности такого употребления слова автор даже не подозревал.

Что придумал Михаил Салтыков-Щедрин

Салтыков-Щедрин был не только великолепным сатириком, но и вице-губернатором. Для своих сатирических текстов Михаил Евграфович придумал несколько слов, которые уже 150 лет отража-

телях Красной планеты в поэме «Про это» («Если Марс, и на нём хоть один сердцелюдый, то и он сейчас скрипит про то ж»). **Молоткастым и серпастым** паспортом, извлечённым из широких штанин, гордился на зависть миру поэт в знаменитых стихах об этом документе. **Мясомясой и быкомордой** оравой называл поэт толпу в ранних стихотворениях. Венец всего — **верблюдокорабледраконы** эскадры в «Пятом Интернационале».

«Инопланетянин» Александр Казанцев

Слово **инопланетянин** было придумано советским писателем-фантастом Александром Казанцевым, автором знаменитого научно-фантастического романа «Планета бурь». До него гипотетических жителей других планет называли инопланетчиками.

Василий Тредиаковский и «искусство»



Если бы не Тредиаковский, мы бы и сегодня вместо прекраснейшего, уходящего в Древнюю Русь слова **искусство** (на старо-славянском слово «искоусть» означало опыт) говорили бы туподробильное европейско-американское слово арт. Впрочем, уже и так говорим.

Но вернёмся к нашему словарю. С именем Василия Кирилловича Тредиаковского, учёного и поэта XVIII века, связано большое количество новых слов русского языка. Благодаря ему стали общепотребительными такие слова, как **общество, достоверный, вероятный, безпристрастность, благодарность, злобность, почтительность, неосмотрительность, дальновидность и даже гласность**. А в поэзию он ввёл понятия **ямба и хорей**. Помните у Пушкина об Онегине: «Не мог он ямба от хорея, как мы ни бились, отличить?»

«Интеллигент» Петра Боборыкина

Слово **интеллигенция** происходит от латинского *Intelligens* — «понимающий». В русский язык его ввёл писатель и журналист Пётр Боборыкин в начале 1860-х годов. Боборыкин определял интеллигенцию как «совокупность представителей высокой умственной и этической культуры, а не просто работников умственного труда». Из русского языка слово интеллигенция перешло во множество европейских и считается на Западе чисто русским.

В современном русском языке это, пожалуй, единственное слово, по правильному написанию которого можно определить культурный статус пишущего.

Придуманные русские слова

«Язык никогда не находится в покое. Это означает, в частности, появление новых слов и, что, может быть, не менее важно, — новых значений у уже существующих слов».

Максим Кронгауз

ва того языка, на котором сейчас говорим мы с вами. Поэтому неудивительно, что благодаря Ломоносову мы используем самые разнообразные околонучные термины. **Градусник, преломление, равновесие, диаметр, горизонт, кислота, вещество** и даже **квадрат и минус** были введены в русский язык Михаилом Васильевичем.

При переводе на русский язык курса экспериментальной физики Христиана Вольфа (первого учебника на русском). Ломоносов вводит новые слова. В предисловии к учебнику Ломоносов написал:

«Сверх сего принуждён я был искать слов для наименования некоторых физических инструментов, действий и натуральных вещей, которые хотя сперва покажутся несколько странны, однако надеемся, что они со временем чрез употребление знакомее будут».

Ломоносов с большим тактом и тонким ощущением русского языка умело находил среди самых простых и обыденных слов такие, которые оказались вполне пригодными для выражения научных понятий. Такие слова, как **опыт, предмет, кислота, движение, наблюдение, явление, частицы** легко и свободно вошли с помощью Ломоносова в научный язык.

Он старался заменить иноязычные термины наиболее точными русскими аналогами (лат. *tubus opticus* — рус. зрительная труба) вплоть до терминализации диалектных форм (луда — подводный камень). Но обязательный перевод специальных терминов на русский язык не был для Ломоносова самоцелью. Без перевода оставались слова и сочетания, к которым невозможно было подыскать равнозначное русское слово, а также термины, уже получившие к тому времени широкое распространение во многих языках мира. Некоторые предложенные

необходимым, Ломоносов старался придать им наиболее простую и свойственную русскому языку форму.

Новые слова Ф. Достоевского



Говорят, что Фёдор Михайлович Достоевский, тоже бывший не прочь поиграть со словообразованием и неологизмами, очень гордился словом **штушеваться**, которое придумал сам. Слово получило серьёзное распространение ещё при жизни писателя как и глагол **лимонничать**. А слова **шлепохвостница, окраинец, слепондас и всечеловеки** не прижились.

«В литературе нашей есть одно слово — «штушеваться». Ввёл и употребил это слово в первый раз — я... Появилось оно 1 января 1846 года» — писал Ф. М. Достоевский.

Слово это — из повести «Двойник». Образовано оно от слова **тушевать** — накладывать тени на чертеже, делая незаметным переход от линии к линии, от плоскости к плоскости. Достоев-

ют российскую действительность — **головотяпство и благоглупость**, например.

«Бездари» Северянина

Поэт Серебряного века Игорь Северянин предпочитал в своей лирике эстетику и романтику, был весь утончён и лиричен, однако же в процессе «игры» в эгофутуризм и романтический идеализм он ввёл в обиход два слова, которые никак не вяжутся ни с тем, ни с другим. Аэропланы с его лёгкой руки стали называть **самолётами**, а безталантных людей — **бездарями**.

Экстравагантные плоды словотворчества В. Маяковского



Голоштаный — такую характеристику наряду с голодным получил в поэме «Владимир Ильич Ленин» народ, которому предстояло сделать выбор между Советами и буржуем. За **дрыгоножество** получает дом фаворитка Николая II балерина Кшесинская — в той же поэме о вожде мирового пролетариата. **Сердцелюдый** — так называет поэт подобие человека, говоря о возможных жи-



Центральные средства массовой информации как один из самых сильных инструментов безструктурного управления общественными процессами на уровне государства могут быть ориентированы на два направления:

- стремиться предоставить аудитории максимально объективную и востребованную информацию как необходимую для жизнедеятельности, так и обеспечивающую развитие кругозора и повышение нравственного уровня общества;

- или создавать такой информационный фон, который будет способствовать деградации потребителей информации, а также формировать благоприятную среду для всевозможных обманов и манипуляций в различных сферах общественной жизни.

Во втором случае управленческая сущность средств массовой информации максимально скрывается и подменяется ложными задачами самофинансирования, погони за рейтингами, обязательного плюрализма и так далее.

Предлагаем ознакомиться с основными методами формирования хаотичного (калейдоскопического) мировоззрения у массовой аудитории и устоявшимися информационными мифами, доминирование которых в информационном поле обеспечивает использование центральных СМИ преимущественно по второму сценарию.

Миф о нейтралитете

Для достижения наибольшего успеха манипуляция должна оставаться незаметной. Для этого требуется фальшивая действительность, где её присутствие не будет ощущаться. Важно, чтобы люди верили в нейтральность основных социальных институтов:

- Честность и безпристрастность правительства и его составных частей. Коррупция и обман оправдываются человеческими слабостями. Сами институты — вне подозрений.

- Люди должны верить, что СМИ лишь освещают события и мнения, а не формируют их.

- Наука (которая тесно связана с экономикой) тоже якобы нейтральна и объективна.

- Система образования от начальной школы до университетского уровня, согласно утверждениям манипуляторов, свободна от направленного идеологического влияния.

Все эти мифы призваны убедить население в том, что никакие частные взгляды не могут оказывать доминирующее влияние на процессы принятия решений в стране.

Миф о плюрализме массовой информации

Иллюзия информационного выбора основана на том, что люди готовы принимать обилие СМИ за разнообразие содержания. Информационные монополии предлагают лишь одну версию действительности — свою собственную. Но когда схожие мнения приходят из разных источников, создаётся представление о неуправляемой, свободной и естественной информации. Выбор действительно невозможен без разнообразия, но если на деле предметов выбора не существует, то выбор либо бессмысленный, либо носит манипулятивный характер (когда создаётся иллюзия того, что он имеет смысл). Мы растрчиваем свою свободу выбора на множество бессмысленных решений (какую передачу по-



Некоторые мифы, лежащих в основе манипуляций в СМИ

смотреть, какой стиральный порошок купить, а они все очень похожи), но действительно важные вещи всё время остаются скрытыми от нашего внимания.

Миф об отсутствии социальных конфликтов

Манипуляторы, рисуя картину жизни внутри страны, отрицают наличие социальных конфликтов. Всё внимание отвлекается на другие проблемы — стремление среднего класса пробиться вверх, образ внешнего врага и т. д. Наибольшим успехом и поддержкой со стороны СМИ пользуются те фильмы, телепрограммы, книги и массовые зрелища (Диснейленд), которые предлагают значительную порцию насилия, но не затрагивают социальных конфликтов. Подлинные, признающие реальность произведения теряются в этом потоке штампов.

Миф об индивидуализме и личном выборе

Выбор и свобода преподносятся как нечто желанное и сугубо личное, индивидуальные права ставятся выше групповых, поощряется стремление к материальному богатству у отдельной семьи. Ориентация на исключительно эгоцентричное мировоззрение, когда проблемы экологии и окружающей среды, социальные разногласия игнорируются, зато всё внимание направлено на увеличение темпов производства и потребления. Частная собственность во всех сферах жизни считается нормой: уже никого не удивит тем, что сфера здравоохранения, система образования, культурные учреждения — коммерческие и ориентированы в первую очередь на получение прибыли, а не на благо всего общества.

Миф о неизменной природе человека

Продвигаются теории, указывающие на изначально агрессивную сторону поведения человека и неизменность самой человеческой природы. Утверждается, что существующие конфликты заложены в человеке, а не навязаны социальными условиями. По-

пулярен «научный» подход, который подробно измеряет порочные стороны общества, но игнорирует важные социальные параметры. Внимание переключается на физическую сторону жизни: бытовые условия, моду, технические новинки, возможность смены пола и т. д. Если же вдруг появляются сообщения о благоприятных изменениях, возможных путях выхода из кризиса, то они критикуются или высмеиваются, людям быстро помогают «правильно» интерпретировать такую информацию.

Мифы создаются для того, чтобы держать людей в повиновении. Когда их удаётся незаметно внедрить в сознание масс, мифы обретают огромную силу, поскольку большинство людей не подозревают о происходящей манипуляции.

Способы подачи информации, формирующие калейдоскопическое мировоззрение

Дробление как форма коммуникации

Чтобы эффективно и незаметно внедрять мифы, используется специальный метод для распространения информации, который можно назвать дроблением. Новости на радио и телевидении дробятся на многочисленные, не связанные друг с другом сообщения, в газетах и журналах статьи намеренно разбиваются рекламными страницами. Реклама с одинаковым безразличием вмешивается во все информационные и развлекательные программы, независимо от того, о чём идёт речь, опуская любые социальные явления до уровня ничего не значащих происшествий. И без того низкая способность людей к критическому анализу информации совсем отключается. Общая особенность большинства центральных СМИ — в разнородности подаваемого материала и отрицании взаимосвязи между событиями.

Даже детские передачи строятся по аналогичной коммерческой модели и прерываются блоками рекламы. Объясняется это тем, что дети не могут долго сос-

редотачивать своё внимание на чём-либо и нуждаются в отдыхе. Но на практике постепенное увеличение промежутка времени, когда дети концентрируют внимание на чём-то одном, является фактором развития их умственных способностей.

Дискуссионные программы снижают значение самого предмета полемики и с помощью фрагментации переносят внимание на разрозненные точки зрения и незначительные подробности, упуская главное. Даже если кто-то выскажет здравую мысль, она теряется в последующем потоке рекламы, сплетен, интимных сцен, плоского юмора. Откровенность подачи информации и поток разнобразной критики создают иллюзию свободы мнения и доступа к информации.

Немедленность передачи информации

Немедленность не только связана с методом дробления, но и является обязательным элементом для его осуществления. Скорость при передаче информации не всегда является достоинством. Основанная на конкуренции система сделала информацию таким же товаром потребления, как и всё остальное. Выгода в том, чтобы заполучить и скорее продать, как новости. В случае возникновения кризисов нагнетается необоснованная атмосфера истерии. Информационные молнии и репортажи с места событий создают ощущение чрезвычайной важности, которая так же быстро рассеивается.

Постоянно чередующиеся сообщения о катастрофах, военных действиях, забастовках и стихийных бедствиях мешают разграничивать информацию по степени важности и не оставляют времени для анализа и взвешенных суждений. Всё внимание оказывается сосредоточено на происходящих событиях, а необходимая связь с прошлым разрушается. При этом речь идёт не о технических возможностях быстрой передачи информации, которая может играть положительную роль, а именно о приёме манипуляции, используемом эти возможности для распыления и лишения смысла. Мы

просто не успеваем осмысливать происходящие события, ведь для этого нужно время.

Важная цель манипуляционного сценария использования СМИ — пассивность общества

При успешном применении манипуляция неизбежно приводит к пассивности индивида, к состоянию инертности, которое предотвращает действие. И содержание (мифы), и способы подачи информации оказывают отупляющее действие.

- Снижается физическая активность: человек довольствуется просмотром телевизора, и уже не хочет быть участником событий. Его устраивает роль наблюдателя. Не будет противодействия в случае необходимости. На смену создателям пришли потребители.

- Ещё более опасное последствие — снижение интеллектуальной активности, усиление пассивности. Чувства, которые могут заставить предпринимать активные действия, усыпляют. Зритель

знает куда больше о жизни вымышленных персонажей с экрана, чем о судьбе реальных исторических героев и своих родителей. Знания утрачиваются.

Подобное воздействие напоминает убаюкивание, не раздражает, не вынуждает реагировать, освобождает от необходимости проявлять хоть какую-то активность. Все средства хороши: радио, телевидение, кино, массовые зрелища, всевозможные шоу. Да, изредка встречаются передачи или фильмы, пробуждающие осознанность и обращающие внимание на проблемы огромной важности. Но их не так много, ведь цель манипуляторов не в том, чтобы пробуждать, а в том, чтобы усыплять безбеспокойную экономическую и социальную действительность. Обо всех событиях рассказывают так, будто бы люди не имеют к ним отношения, не могут ничего изменить, а просто должны быть в курсе всевозможных событий. Размывается грань между новостями с реальными событиями и вымышленными сюжетами кинофильмов: для пассивного зрителя уже нет разницы.

Необходимы усилия по преодолению или хотя бы созданию противовеса этой системы, вызывающей пассивность и деградацию:

1. Первостепенная задача — осмысление управленческой функции информационных средств во всех её проявлениях. Развитие аналитических и критических способностей у широкой аудитории, способности выявлять оглашаемые и неоглашаемые цели СМИ, оценивать влияние комплексно.

2. Творческий подход как способ пробуждения осознанности. Переход от потребления к созиданию, создание и распространение информационного контента, мотивирующего к мировоззренческому и нравственному развитию.

Наталья ВАСИЛЬЕВА

Статья подготовлена на основе материалов книги Г. Шиллера «Манипуляторы сознанием» (М., 1980)

Книга немного переосмыслена, ведь 30 лет назад не было того, с чем мы сталкиваемся сегодня. Но предпосылки были уже тогда.



Загадочная Лесо-Кяфарь, или Как сохранить древний памятник культуры

Внашей стране немало удивительных мест, привлекающих внимание историков и исследователей мистических тайн прошлого и настоящего. Но не обо всех известно широкой общественности. Возможно, это правильно. Ведь многочисленные туристы, не умеющие правильно себя вести и уважительно относиться к историческому достоянию нашей земли, могут нанести непоправимый вред этим ценнейшим памятникам старины.

Мне бы хотелось рассказать об одном уникальном месте, энергетика которого притягивает многих людей, устремляющихся туда не только ради интересной экскурсии, но и чтобы это место помогло им найти ответы на волнующие вопросы и указать Путь.

Лесо-Кяфарское городище или просто Лесо-Кяфарь — загадочный малоизученный уголок в Карачаево-Черкесской республике, близ станицы Сторожевой. Это место давно обросло невероятными легендами, делающими его ещё более притягательным. Но что в нём особенного? Почему сюда устремляются толпы туристов и паломников?

Историки не проявляют особого интереса к Лесо-Кяфари, серьёзных исследований здесь не проводилось ещё с советских времён. И это странно. Ведь здесь есть что изучать и исследовать: дольмены, загадочные рисунки на камнях, руины древних построек и многое другое.

Краткие исторические сведения

Если спросить любого историка, который слышал об этом городище, то он, вероятно, ответит, что это была столица древнего аланского царства X века. И это действительно так. Но это лишь «поздняя» история загадочного места, уходящая корнями в более древние времена.

Первые упоминания о нём появились в XIX веке. В одном из военных сборников некий автор описывал место в верховьях реки Кяфарь, где находятся каменные статуи, здания с массивными стенами, на которых изображены животные и птицы. Но изучать городище начали только в середине прошлого века. Обнаруженные здесь дольмены были отнесены к эпохе позднего Бронзового века (II–I тысячелетие до н. э.). Какой народ и зачем строил эти дольмены, пока остаётся загадкой.

Считается, что после того, как основатели покинули это место, оно некоторое время оставалось пустующим, после чего сюда могли прийти сарматские племена. Это не доказано наверняка, однако такое предположение не случайно. В Нижнем Архызе, который находится недалеко от Лесо-Кяфари и куда тянется в горах древняя тропа, сарматы побывали. Поэтому не исключено, что и эти места стали их домом на какое-то время. А позже здесь поселились аланы. Точная датировка также неизвестна, но самые ранние аланские находки, сделанные здесь, относятся к VII в. н. э., а самые поздние — к XIII в. Историки полагают, что это ме-

сто стало резиденцией аланских правителей, а также приписывают ему статус политического центра древней Алании. Но царство аланов было разрушено монгольскими кочевниками. И с тех пор об этом месте многие забыли. А вспомнили только в XIX веке. Судя по различным письменным источникам, к тому времени здесь поселились адыги.

Энергетика места

Причин для высокого интереса всевозможных мистиков и эзотериков к Лесо-Кяфари предостаточно. Во-первых, его малоизвестность даёт повод для всевозможных фантазий и предположений, порой самых невообразимых. А, во-вторых, энергетика этого места, здесь она действительно необычная. Не раз мне приходилось слышать от многих людей, что есть здесь какая-то странная, необъяснимая сила. С этим соглашались даже ярые скептики. Странности замечаешь ещё на пути к посёлку. Вдоль дороги растёт множество деревьев и все они довольно необычной формы. Они будто искорёжены под влиянием какой-то внешней силы.

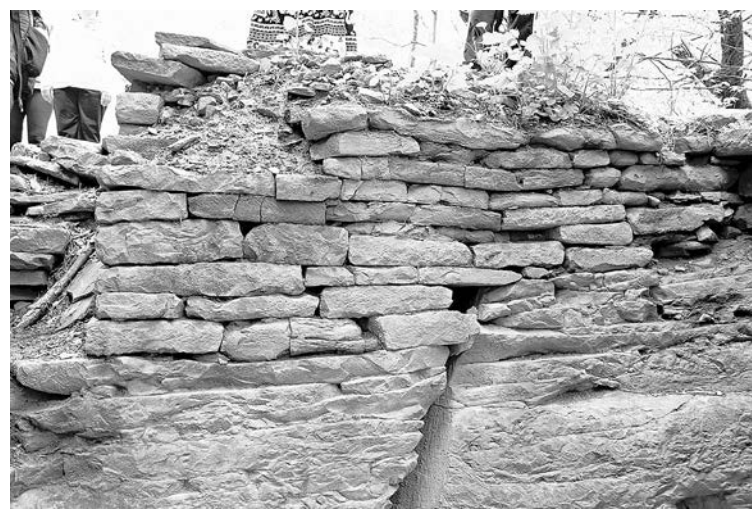
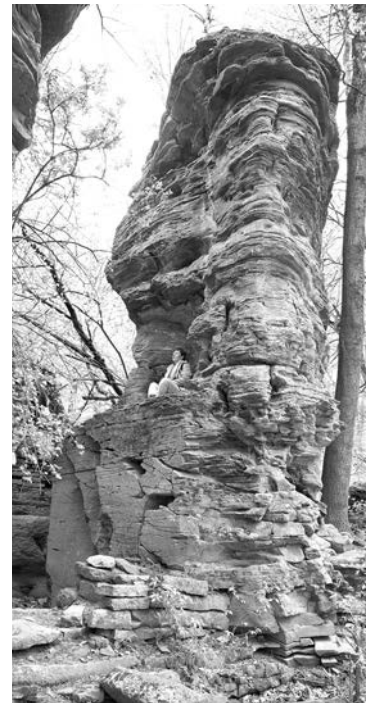
В тёплые месяцы здесь можно встретить группы людей, производящих странные на первый взгляд действия. Приверженцы различных духовных практик давно облюбовали для себя это городище. Они уверены, что это настоящее место силы, поэтому различные ритуалы и медитации здесь дело довольно обыденное.

Также стоит отметить, что и представители различных религий и верований считают эту землю своей исторически. Христиане, мусульмане, язычники — все находят здесь что-то, связанное с традициями и историей их народов. Едва ли можно осудить их за это. Лесо-Кяфарь имеет настолько давнюю историю, что всевозможные наслоения культур просто сбиваются с толку. Мне приходилось слышать разные версии от людей, занимающихся магией и эзотерикой. Одни рассказывали, что в древности это место было неким культовым центром, где жили жрецы с семьями и их помощники. А уничтожено оно было мощнейшим взрывом тысячи лет назад. Не стану делать никаких выводов из этих суждений, однако странно то, что слышать это доводилось мне от разных людей, даже не знакомых друг с другом.

Одним из подтверждений данной теории служит, по их мнению, одна особенность этого места. На стене городища, с внешней стороны, камни имеют характерный чёрный цвет. Это не краска и не копоть. Есть предположение, что они просто были оплавлены. Обычным огнём такого эффекта не достичь, это воздействие гораздо более высоких температур. Некоторые уверены в последствии большого взрыва в древности. Возможно, в будущем исследователи найдут ответ на загадку.

Также бытует мнение, что это место охраняется древними магами или белыми хранителями, иногда являющимися тем людям, которые этого достойны и готовы к общению с ними. Кроме все-

го прочего, здесь много дольменов, которые, как правило, строились не в произвольных местах, а только в тех, которые, по мнению их создателей, имели определённое и очень важное значение. Здесь расположен, например, «Дольмен любви». Название, конечно, дали уже наши современники — туристы, которых здесь всегда предостаточно. Здесь многие знают предание, что в этом каменном склепе нашла последнее своего возлюбленного. Этот дольмен как и все остальные покрыт многочисленными символами и знаками, в которых угадываются изображения животных, людей, а также свастика. Есть на городище и свой «Камень желаний». Существует поверье, что нужно полежать на нём какое-то время, загадав желание или попросив ответа на интересующий вопрос, и тогда желание (если оно от чистого



сердца) исполнится, а ответ придёт сам собой.

Территория городища

Городище находится в труднодоступном месте, куда не добраться на машине. От посёлка вдоль реки Кяфарь можно пройти только пешком и только тогда, когда она не разлилась от дождя. Вся территория комплекса уходит вверх и начинается зарослями больших деревьев, среди которых преобладает бук. Длина городища около 2 км, ширина — от 50 до 200 м. Тропа отчётливо видна, однако местами она довольно крутая. Вскоре появляются первые каменные глыбы, на которых нанесены различные изображения. Некоторые из них хорошо различимы. На одном из первых камней изображены квадраты, вписанные один в другой. Такие камни называют «вавилонками». Считается, что они предназначались для гадания жрецами культа. На других камнях, а также дольменах среди всего прочего изображены кресты. Возможно, именно поэтому река и само городище были названы Кяфарь, что у мусульман означает «неверный», то есть представитель иной (не мусульманской)

веры. Справа протянулись остатки крепостной стены. Отмечу, что все оборонительные стены комплекса возведены очень профессионально, именно поэтому они являлись надёжной защитой с севера и сохранились спустя столько лет. Характерная кладка позволяет отнести стену и ряд других построек к эпохе Раннего средневековья.

Тропа уходит всё дальше вверх и приводит к небольшой площадке, похожей на святилище. Здесь сохранились две стены. В одной из них — небольшое углубление, а на вершине второй — площадка из массивных каменных плит, покрытых рисунками, а также два больших плоских камня, один из которых прозван «Черепашкой» из-за сходства его формы с этим земноводным. Возможно, это были жертвенные камни. И сегодня многие туристы и паломники оставляют на них свечи или что-то съестное. К площадке ведёт вырубленная в скале лестница. Отсюда хорошо видна вся долина внизу. А недалеко от скалы можно увидеть характерные углубления в земле — остатки древних захоронений.

Дольмены находятся ещё выше по склону. Двигаясь вверх по тропе, можно заметить, что становятся чётко различимы линии улиц и кварталов. В этом районе, между святилищем и дольменами, расположены некие постройки, вернее, то, что от них осталось. Конечно, местные жители нанесли серьёзный ущерб городищу, унося отсюда камни для хозяйственных нужд, но ещё и сегодня от-

чётливо видны периметры здешних построек, которых довольно много. Материалом для их строительства послужил рваный песок, а раствор здесь не использовался вовсе. Их размеры различны, встречаются постройки, состоящие из одной, двух, трёх и более комнат. Нет точных сведений, чем именно являлись эти строения. Возможно, это были жилые дома или что-то другое. Вероятно, их предназначение могло быть различным в зависимости от эпохи.

Продвигаясь дальше, можно увидеть тот самый «Камень желаний», а также некое подобие дольмена, только меньшего размера, на котором находится камень с круглым отверстием в центре. Вероятно, у него было тоже культовое предназначение. Тропа ведёт к обрыву, которым заканчивается территория, прозванная Шпилем.

Чтобы добраться до дольменов, нужно спуститься в седловину, за которой следует крутой подъём к Иордану — так прозвали это место (легенда гласит, что это имя отшельника, когда-то жившего в этих местах). Дольмены расположены недалеко друг от друга. Аланы стали использовать их как погребальные камеры для представителей знати. Для незнатных жителей предназначались полуподземные склепы, которые также можно здесь увидеть.

На этом участке расположено около полутора десятков дольменов, но, к сожалению, они находятся в весьма плачевном состоянии. Некоторые разобраны, другие наполовину в земле. Вероятно, кто-то из местных жителей пытался их «спасти», для чего скрепил некоторые плиты цементом. Единственный хорошо сохранившийся дольмен был вывезен в ставропольский музей ещё в 50-х годах прошлого века, где он и выставляется сегодня под названием «Мавзолей аланского вождя XI века». На оставшихся дольменах всё-таки ещё чётко различимы рисунки — руны, животные, кресты. Это гигантское поле для изучения. Разгадка изображений, без сомнения, прольёт свет на всю историю этого места.

Как упоминалось выше, городище было предметом изучения ещё в советское время. Его первыми серьёзными исследователями стали П.Г. Акритас, который возглавил экспедицию студентов педагогического института Пятигорска, В.А. Кузнецов, составивший подробное описание комплекса, а также В.И. Марковин, датировавший здешние дольмены эпохой бронзы. К сожалению, после 90-х годов прошлого века никаких серьёзных исследований на городище не проводилось. Да и большинство предыдущих сведений, полученных при изучении Лесо-Кяфари, не было опубликовано. Это уникальное место продолжает разрушаться под воздействием природного и человеческого факторов. Остаётся надеяться, что учёные вновь «вспомнят» о нём и предпримут всё необходимое, чтобы изучить его как можно лучше и сохранить этот древнейший памятник культуры.

Елена БУТОВА,

член Русского географического общества (РГО), г. Армавир

Ярмарка

Условия размещения объявлений в ЯРМАРКЕ:
для тех, кто подписан на газету,
публикация в течение подписного периода бесплатная —
в редакцию (эл. адрес: yarmarka@zeninasvet.ru) необходимо
заранее прислать копию квитанции о подписке.
Для остальных — 200 рублей 1 публикация.

Реквизиты для оплаты
(обязательно сообщите дату, время и сумму оплаты):
Карта Сбербанка № 4276 1340 0961 2967
или кошелек Яндекс-деньги № 41001273246348.
По всем вопросам обращаться по тел. (4862) 78-08-62.

Товары и изделия

✓ «ФИТО-АПТЕКАРЬ» предлагает:

FitoAptekar

- алтайская высокогорная гадука (настойка);
- струя Алтайского бобра (настойка);
- система для очищения лимфы головного мозга по рецептуре Э. А. Витюка;
- препарат Супер-Онко по Соколову Н. С. (онкология);
- болиголов;
- «Стоп-Метаастазы», настойка и травяной сбор (сочетание более чем 20 видов специально подобранных трав и грибов);
- софора желтеющая (онкология, вирусные гепатиты В и С, заболевания лёгких, гипертония);
- мухомор и лисички;
- маньчжурский орех (сок, медовая вытяжка, тодикамп);
- ягоды бархата (сахарный диабет);
- пантокрин охотничий (приготовлен по народному способу из свежих рогов алтайского марала);
- ферментированный сок чистотела;
- мазь Голюка М. В. (псориаз и другие кожные заболевания);
- живой сок лопуха.

Вся продукция заряжена энергией пирамиды.
Мумиё, каменное масло и многое другое на сайте <http://оздоровительная-продукция.рф> и <https://fitto-doctor.ru>.
Тел. 8-929-327-0085 — Елена; 8-929-327-1740 — Владимир.

✓ **НАТУРАЛЬНАЯ ПРОДУКЦИЯ РОДОВОГО ПОМЕСТЬЯ ИБАТУЛЛИНЫХ.**



Кедровая: маслице кедровое сыродавленное, жимка, живица настоянная на кедровом и растительных маслах, орешки в скорлупе и очищенные ядрышки. ЖимкоМёд — суперфуд жимка с мёдом. Шишки кедровые.

Мука цельнозерновая, смолота на мельнице с каменными жерновами из зерна класса ОРГАНИК (БИО): пшеничная и ржаная.

Зерно.
Натуральная косметика ручной работы: мыло и крем-бальзамы на основе ценных косметических масел, прополиса, живицы.
Иван-чай. Башкирский мёд.

Для жителей Родовых поместий есть специальное предложение.
Альберт Ибатуллин, ПРП Чик-Елга, Башкортостан. Тел. 8-905-351-3125. ВКонтате: vk.com/ibatullin3000.

✓ **МАСЛО КЕДРОВОЕ** с деревянного пресса — 3500 руб./л; другое масло холодного отжима с деревянного пресса и жмых (грецкого ореха, льняное, подсолнечное, кунжутное, тыквенное, миндальное, фундучное); **ЖИВИЦА** кедровая на кедровом и льняном маслах 5%, 10%, 15%, 20%; **МАЗИ ЖИВИЧНЫЕ** «Жива», суставная, от пародонтоза; **ИВАН-ЧАЙ** цельнолистовой ферментированный, другие травы; **КОНФЕТЫ** натуральные сыродельческие; **МЫЛО** натуральное ручной работы и др.

Продукция производится в Родовых поместьях селения «Кедры Синегорья» (Свердловская обл.). Заказы высылаются почтой или транспортной компанией из Нижнего Тагила за счёт покупателя. Возможен обмен, особенно на семена, саженцы.
Информация о товаре и ценах — <http://vk.com/jasnoe.ural>.



ilja.yasnii@yandex.ru; тел.: 8-902-279-8615, 8-912-688-1564 (Артель создателей Родовых поместий «Кедры Синегорья», Илья).

Участки, дома

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 1,45 га **С ДОМОМ** в центре РП Благодать Ярославской области. Дом двухэтажный, кирпичный, обшит внутри кедром, с печью, погребом и баней внутри. Есть посадки. Подведено электричество. На территории есть летний домик, колодец, дровяница, навес на въезде.
Документы оформлены. Цена 4,1 млн. руб.
Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,23 га** между **Владимиром и Гусь-Хрустальным**, в поселении Родовых поместий **Добрая Земля**, участок находится в РП Родное. Можно строить.

В 3 км — средняя школа, ходит школьный автобус. На территории — лес, земляничная поляна, насаждения: вишни, груши, яблони. В пятистах метрах озеро.
Установлен столб под электричество, есть подъездная дорога. В проекте — проведение газа.

Хорошие соседи.
Не агентство. Цена 800 тыс. руб. Торг.
Тел. 8-900-584-9572, Александр.

✓ **ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК** 1,18 га между деревней Коняево и Ильино (Владимирская область, Судогодский район), в экопоселении Родное, с готовым фундаментом под каркасный дом, с баней 6x8 (проект разрабатывали сами, его тоже могу отдать, если нужно).

Участок с небольшим уклоном к лесополосе, поэтому проблемы скапливания воды не будет. На участке растёт красивый молодой лесок из сосенок, также имеется пруд; колодец в пешей доступности; подведено трёхфазное электричество (счётчик и щиток тоже есть). Места очень красивые, неподалеку есть озеро, летом соответственно рыбалка и грибы.

Это не дачный посёлок, это экопоселение с определёнными устоями и взглядами для осознанного проживания на своей земле и создания Родового поместья!

В данный момент экопоселение переходит в статус населённого пункта, подписи собраны, административная готова подписать проект. Тогда гектар официальной земли под ИЖС (присоединение к деревне Коняево) будет стоить дороже в разы. Звоните, пока цена низкая!

Стоимость 700 000 руб.
8-916-150-6262 — Ирина,
8-977-428-5357 — Алексей.

✓ **ПРОДАДИМ ДОМ** в 72 км от Иркутска. Дом бревенчатый, 30 м² с участком в 18 соток.

Трасса М-55, посёлок Большая Глубокая. Хорошая дорога, ходят электрички, маршрутки. За огородом родник и колодец. Электричество есть, сотовые ловят хорошо. В шаговой доступности грибы, ягоды, орехи. На участке много малины, клубники; большие кедры прямо во дворе плодоносят.

Земля в собственности. Дом в собственности, можно прописаться (даже под маткапитал). Дом старый, состояние «так себе», но печка есть, крыша под шифером, стены — брёвна толстые; обелено, покрашено, на стенах обои. Жить можно и зимой, а если строить новый дом, то в этом несколько лет можно зимовать.

Нет магазина и поликлиники. В посёлке 10 постоянных жилых дворов.

Один ненавязчивый сосед, по трём другим сторонам — свобода. Зарабатывать можно дарами леса: черемша, жимолость, голубика, черника, брусника — в шаговой доступности; хорошо продаются малина и клубника со своего огорода. Продажа продукции возможна прямо на туристической трассе, ведущей на Байкал.

За огородом много природных материалов, из которых зимой можно мастерить разные поделки.
Зимы здесь тёплые из-за близости Байкала. Густой лес. Очень красивый вид на Хамар-Дабан прямо с веранды.

Цена 550 тыс. руб. Торг реальному покупателю уместен.

Почему продаём? всю жизнь живём в этом регионе, хочется посмотреть и другие края нашей Родины, ищем себя. Можем выслать фото сколько угодно. Пишите на эл. почту.

Тамара Юрьевна. Тел. 8-924-291-2153, Почта: rodniki.sibirya@yandex.ru.
Тамара Шиверских.

Экотуризм

✓ Приглашаем в **УНИКАЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ-2018** к морю и дольменам Сочинского национального парка! Цель поездки — самосовершенствование, познание самого себя, решение внутренних задач и поиск ответов на вопросы с людьми, ушедшими в Вечность — мудрецами дольменов.

Размещение в посёлке на берегу моря, походы и поездки в горы — посещение 30 дольменов. Ночлеги у дольменов, походы по уникальному субтропическому лесу.

Проводник — лесник. Сопровождение — человек, общающийся с мудрецами дольменов. Количество мест в группе — до 12 человек. Стоимость — 17 тыс. рублей (в августе — 19 тыс. руб.). В стоимость входит проживание и транспортно-экскурсионное обслуживание.

Необходимо раннее бронирование по тел.: (в Челябинске) 8-951-787-6773; 8-919-349-8385; (в Сочи) 8-918-100-6402.

Даты поездок (включая дорогу поездом, билеты приобретаются самостоятельно, но централизованно): 29 июля — 19 августа, 9 августа — 29 августа, 1 сентября — 20 сентября. Время пребывания на юге — 14–15 суток. Даты могут быть смещены на 1–2 дня из-за расписания поездов.

Разное

✓ **КНИГИ** по ноосферному образованию, дольменам, О. Валеевой; развивающие правильные **ИГРЫ** для детей; **ЭКО-КОСМЕТИКА ЯГА**.

Интернет-магазин «БлагоДарья» — blagodaria.ru. Тел. 8-918-082-4515, Лидия.

Зимние полезняшки

Вышла из печати новая книга Оксаны Мицкевич «Полезные рецепты, вкусные истории. Зима».

Эта книга ничуть не похожа на другие авторские кулинарные издания. Будьте уверены, что, открыв первую страницу, вы уже просто не сможете оторваться, потому что, приобретая её как кулинарную книгу, начинаешь читать как художественную. Но при этом возникает огромное желание готовить, творить и создавать вместе с автором очень

вкусные и необычайно полезные блюда.

Благодаря весёлым рассказам и юмористическим иллюстрациям книга читается «на одном дыхании», заряжая весёлым настроением и большим позитивом. Теперь переход на здоровое питание станет для вас увлекательным процессом!

Итак, открывайте первую главу и ... никогда не откладывайте на завтра то, что можно съесть уже сегодня!

Рецепты в книге распределены по главам:

- Салаты. Зима
- Соусы. Зима
- Приправы
- Волшебные чудо-супчики
- Волшебная сила проростков
- КАШАлатки
- Блинный дух
- Овощные блюда
- Молочные реки, кисельные берега
- Напитки. Зима

Книга красочно и весело оформлена и будет интересным и полезным подарком не только для себя, любимых, но и для друзей.

Формат А5, переплёт пружинкой, 192 стр.
Цена 360 руб.

Книгу можно заказать:

в редакции «РЗ»: zakaz@zeninasvet.ru;
на сайте <http://zeninasvet.ru/>;
у автора: <http://na-polyanke.ru/>,
https://vk.com/na_polyanke_oksana.

Приглашаем всех к нам на сайт издательства

www.zeninasvet.ru

- интернет-магазин (книги, журналы, газеты)
- информация о газете «Родовая Земля»
- архив газеты — для чтения и скачивания
- около 1500 статей (постоянно пополняется)
- удобный поиск материалов
- описание наших издательских проектов
- информация для авторов статей и партнеров

с 14 по 18 сентября 2018 года
13 сентября — день заезда

14-Й ФЕСТИВАЛЬ-ПРАКТИКУМ
ДВУХ СЕРДЕЦ ОДНА МЕЛОДИЯ
ВСТРЕЧА С СУДЬБОЙ

посвящение
М.Н.Задорнову

Дорогие друзья! Приглашаем вас изо всех уголков нашей необъятной планеты окунуться вместе с нами в удивительную атмосферу пятидневного фестиваля-практикума «Двух сердец одна мелодия. Встреча с Судьбой».

Наслаждаясь свежим воздухом и красотой здешних мест, соединяясь со стихиями природы, занимаясь мощными практиками в атмосфере поддержки и открытости, вы получите незабываемый

опыт, легко и естественно откроете в себе новые грани своей души, раскроете свою внутреннюю силу и сможете воспользоваться этой мощью, данной нам природой, чтобы сделать мир лучше.

Фестиваль-практикум для семей и для ищущих. Новое место. Новые практики. Новые возможности. Организаторы мероприятия и мастера станут вашими проводниками в удивительный мир чудес, поделятся своими знаниями, созда-

дут условия для душевного отдыха и внутренней работы над собой. Вашей задачей будет только одно — получить то, зачем вы приехали: встретиться со своей Судьбой. Для кого-то это будет реальная встреча со своей половинкой, а кому-то откроет понимание своего истинного пути, предназначения.

В чём уникальность нашего фестиваля? Во-первых, изюминкой всех фестивалей (а этот уже 14-й) является командное взаимо-

действие. К концу пребывания мы все становимся одной большой, дружной семьёй.

Во-вторых, это пять дней интенсивного развития тела и духа, заряд энергии на всю дальнейшую жизнь. В течение этих дней каждому гарантирован интенсивный и полноценный отдых от повседневной суеты, полезные знакомства, приятное общение в компании родственных душ и новое ощущение себя.

В-третьих, фестиваль проходит на территории поселения Родовых поместий. Вы в реалии сможете увидеть первопроходцев, которые создают своё Родовое гнездо.

В-четвёртых, программа очень сильная и насыщенная. И при этом она мягко и гармонично даёт возможность хорошо поработать над собой и активно отдохнуть.

В-пятых, новое, удивительное, красивое место. Живописная поляна у леса, родник и пруд. А рядом, в пешей доступности, находятся дольмены, и у всех желающих будет возможность почувствовать силу этих загадочных сооружений.

В-шестых, вы зарядитесь энергией для построения такой жизни, о которой мечтаете.

Наш фестиваль синхронизирован с фестивалем в п. Возрождение, в долине реки Жане, поэтому вы вовремя успеете туда вместе с новыми друзьями.

Для тех, кто любит активный отдых, организуется поход на Возрождение.

Если вы готовы отправиться в это увлекательное приключение на встречу с Судьбой, то мы ждём вас по адресу: Краснодарский край, поселение Родовых поместий Ведруссия, поляна Солнечная.

Подробная информация: группа ВКонтакте «Двух сердец одна мелодия» https://vk.com/dvuh_serdets_odna_melodiya.

Контакты:

- творческая часть фестиваля: Виталий Пелевин — 8-918-451-1007 (МТС), e-mail: kiparis007@bk.ru, vk: <https://vk.com/id91412223>;

- техническая часть фестиваля: Игорь Мауль — 8-918-665-5684 (МТС),

- e-mail: maul82@mail.ru, vk: https://vk.com/igor_maul;

- продвижение и реклама: Александр Походнев — 8-918-983-3255 (МТС), e-mail: oven68@inbox.ru, vk: https://vk.com/alexandr_pohodnev.

хороводная программа и игры
музыкальные выступления и номера

10 - 12 августа 2018 г.
ФЕСТИВАЛЬ
"К ЗЕМЛЕ С ЛЮБОВЬЮ!"

МАСТЕР-КЛАССЫ и обучающие семинары, ярмарка
спортивные соревнования и мероприятия
общение с друзьями и поиск половинок
вечера у костра с гитарой

Друзья! Приглашаем вас на фестиваль «К Земле с Любовью», который состоится с 10 по 12 августа в поселении Родовых поместий Родовое Тульской области.

Цель фестиваля: подарить людям радостные, проникновенные чувства; познакомить с осознанным образом жизни в Родовых поместьях; создать атмосферу Добра, Любви и участия; ознакомиться с народными ремёслами; посетить интересные лекции и семинары; поучаствовать в хороводах и играх, молодецких забавах и танцах; отдохнуть под песни солнечных бардов; вдоволь наобщаться с интересными людьми; встретить близких и родных по духу людей, если кому-то повезёт — то и свою половинку; посетить экскурсию по Родовым поместьям; дать

возможность детям провести прекрасные выходные на природе.

В течение трёх дней фестиваля вы будете дышать чистейшим воздухом нашего поселения и пить чистейшую воду!



В этом году к нам приезжает Иван-царевич на Сером Волке со своей сказочной насыщенной программой, в которую входят:

- жаркие танцы и волшебные хороводы;
- сказки о волшебном Родовом поместье по 21 Ключам Народной Культуры;
- игротка сказочных настольных игр для детей и взрослых;
- утренняя зарядка с народными играми;
- молодецкие забавы для бо-

гатырей;

- прописи по Древлесловенской Буквице — устав, полустав, вязь;

- ярмарка книг и настольных игр Ивана-царевича.



Чудесная умелица Яна Кузнецова из Тулы — славного города мастеров — проведёт мастер-классы по ткачеству поясов.

Взрослые и дети смогут изготовить пояса-шнуры на специальном приспособлении — ромашке. Далее последует мастер-класс по заправному ткачеству на бердышке.

Те, кто научится заправному ткачеству на бердо, смогут смело обучиться бранному ткачеству — самому красивому и эффектно-

му обережному орнаментом.

Рукодельницы уедут домой с готовыми эксклюзивными памятными изделиями.



Травница Людмила Коршунова расскажет об основных видах заготавливаемых растений нашей полосы. Поведает об использовании трав, заготовке, сушке, ферментации и составлении травяных сборов.

Ещё одна тема Людмилы — травы для женщин. Разговор пойдёт о растениях для зачатия, о сборах во время вынашивания ребёнка, во время родов и после рождения малыша.

Травы и сборы нашей травницы вы сможете приобрести прямо на фестивале.

На фестивале пройдёт круглый стол с представителями Федерального координационного Совета политической партии «Родная партия». Мероприятие начнётся 11 августа в 14.30 (суббота).

Участники круглого стола: Александр Самохин — руководитель ФКС «Родной партии»; Евгений Бондаренко — член ФКС, курирующий регионы; Виктор Гридчин — член ФКС «Родной партии», ответственный за административно-финансовую часть; Людмила Белопипецкая — координатор регионального отделения «Родной партии» Тульской области; представители администрации Тулы и Общероссийского Народного фронта.

В ходе беседы будут рассмотрены основные вопросы, касающиеся деятельности «Родной партии», в том числе предстоящие выборы в городскую и областную Думы в 2018, 2019 гг. Удобный формат в виде вопросов и ответов ждёт вас, друзья.

Мы будем рады провести с вами счастливые августовские выходные!

Контактные телефоны по всем вопросам: Андрей Жимерин — 903-035-4378, Катерина Пуцарь — 8-920-778-1101, 8-910-164-2792, katusha.sunlove@mail.ru.

Ссылка на мероприятие ВК: <https://vk.com/club145521483>.

Группа ВК <https://vk.com/club162993618>.